

### Infos pratiques :

- **Durée** : séance de 2h30 toutes les 2 semaines (sauf vacances scolaires)
- **Lieu** : 47, rue des Sablons à Clamart
- **Nombre de participants** : 8 minimum à 10 maximum
- **Budget** :

125 euro : le module (5 séances) de Parent d'adolescent

165 euro : Parler pour que... (7 séances) & Rivalités et Jalousies (6 séances) par participants, payé à la première rencontre du parcours en un ou plusieurs versements à l'ordre de l'IEDH

### Intervenante :

Aude Collin, mariée, mère de 4 enfants (de 16 à 2 ans), formatrice à l'IEDH, depuis 13 ans, en anthropologie, caractérologie, développement personnel, enjeux relationnels, pour des personnes qui travaillent dans l'éducatif et le social.

Formée aux ateliers Faber et Mazlish & communication bienveillante depuis 5 ans ; à l'éducation affective et sexuelle des adolescents Teen Star au CEPP(Centre d'études pluridisciplinaire à la personnalité) ; certifiée en Ennéagramme ; praticienne en relation d'aide dans l'Approche centrée sur la personne (selon C. Rogers).

Si vous êtes intéressé(e),

**Contactez : Aude Collin**

**06 61 528 524 ou [a.collin@iedh.fr](mailto:a.collin@iedh.fr)**

[www.iedh.fr](http://www.iedh.fr)

## **Ateliers pour les parents en communication bienveillante et éducation positive à Clamart**

Acquérir bienveillance et savoir-faire pour améliorer les relations quotidiennes parents/enfants.

### Problématique :

Etre parent est, certes, la réalisation de soi la plus noble, mais pas forcément la plus facile. Nous pouvons nous sentir maladroit ou démunis face à nos enfants...

Comment arriver à me faire entendre ?

Comment faire avec l'agressivité ?

Comment le respecter et me faire respecter ?

Que faire quand ils sont jaloux entre eux ?

Comment favoriser l'estime de soi, la coopération, l'autonomie, la motivation et la liberté à bon escient ?

*Et avec un ado :*

Comment estimer jusqu'où lui faire confiance ?

Entre démission et autoritarisme : où est la juste attitude ?

Quand il n'a plus besoin de nous, mais quand même encore besoin, où est ma place de parent ?

Quand intervenir et quand ne pas intervenir ?

Comment encourager et non saper ses motivations ?

### Objectifs :

- Conforter les parents dans leur rôle irremplaçable
- Découvrir et s'entraîner à de nouvelles habiletés éducatives pour améliorer les relations parents/enfants. Il s'adresse à toute personne en relation avec des enfants (parents, grands-parents, nourrices, instituteurs, professeurs...).
- Questionner sa pratique éducative dans un cadre bienveillant

## Au Programme : **3 parcours**

### → **1 - Parler pour que vos enfants écoutent, et écouter pour que vos enfants parlent**

(Faber & Mazelich)

1. Aider les enfants aux prises avec des sentiments désagréables
2. Susciter la coopération des enfants (à la maison, à l'école...)
3. Remplacer la punition par des habiletés qui permettent aux enfants de se prendre en main et de mieux se comporter
4. Encourager l'autonomie tout en les aidant à développer leur potentiel
5. Apprendre à complimenter nos enfants de manière à les aider à développer leur estime d'eux-mêmes
6. Aider les enfants à cesser de jouer des rôles, à leur enlever « l'étiquette » qui les enferme
7. Révision

### → **2 - Jalousies & rivalités entre frères et sœurs**

(Faber & Mazelich)

1. Sentiments pénibles entre frères et sœurs
2. Chaque enfant est une personne distincte
3. Les rôles qu'on joue entre frères et sœurs
4. Quand les enfants se disputent
5. Résolution de problèmes
6. Révision

### → **3 - Parents d'adolescents** **NOUVEAU**

(de l'Atelier des Parents)

Pré-requis : Avoir au moins un enfant adolescent

## Module 1 : L'adolescence, une question de dosage

- 1ère rencontre : Je découvre mon rôle de parent, l'adolescence, et mon ado
- 2e rencontre : Je délimite, je pose le cadre, c'est ma responsabilité
- 3e rencontre : Je décède, j'apprends à écouter
- 4e rencontre : Je fais baisser la pression, je décris pour mieux communiquer
- 5e rencontre : Je donne du lien

## Module 2 : L'adolescence, choisissez vos batailles

- 6e rencontre : de l'expérience aux transgressions...
- 7e rencontre : l'estime de soi, une protection
- 8e rencontre : l'autonomie : pour une interdépendance progressivement acquise
- 9e rencontre : la motivation, une question qui nous concerne tous
- 10e rencontre : le grand final !

## Méthode pédagogique :

- ✓ Des **jeux de rôles** introduisent chaque thème, afin de comprendre ce que les enfants vivent dans les relations "habituelles" parent/enfant.
- ✓ Des **outils simples et efficaces** sont proposés pour améliorer la communication entre parents et enfants.
- ✓ Des **exercices d'appropriation** permettent d'apprendre de **nouvelles habiletés** à pratiquer ensuite dans la vie quotidienne avec ses propres enfants.