



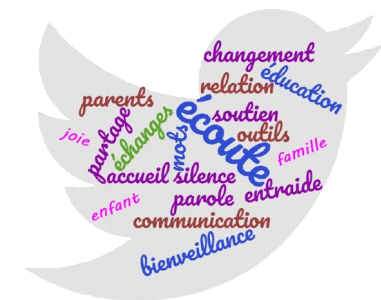
L'envol relationnel

Karen BILLON

06 23 59 34 40

lenvolrelationnel@gmail.com

Site internet : <https://lenvolrelationnel.fr/>



Coach parental, accompagnatrice et soutien à la parentalité.

Pourquoi mettre en œuvre des cafés-parents, ateliers, groupes de parents ?

La parentalité est le fait d'exercer un rôle de père, de mère et de subvenir aux différents besoins de son enfant.

Être parent est un véritable travail à temps plein pour lequel il n'y a pas de formation et duquel il est impossible de démissionner.

Avoir des enfants est certes une source de joie, de bonheur et de satisfactions.

C'est également être soumis à des éléments de stress, de peurs, de projections, d'anticipation, de comparaison, d'injonctions....

1) Objectifs et modalités d'un groupe de parents.

- **Travailler en groupe avec les parents présente plusieurs intérêts :**

- rencontrer des parents qui vivent des problématiques similaires et différentes
- rompre l'isolement de certains parents
- créer une solidarité entre les parents
- sortir de la honte en exprimant ses difficultés
- trouver des solutions à des problèmes rencontrés
- s'enrichir de l'expérience d'autres parents



- **Objectifs de ces temps dédiés à la parentalité :**

- proposer un espace d'échanges, dans un cadre posé, en direction des familles afin de soutenir les parents dans l'accompagnement de leurs enfants



- permettre aux parents de se dire et d'être entendus dans leur vécu
- accroître la confiance des parents dans leurs compétences parentales
- apaiser les conflits intra-familiaux
- accompagner les parents et leur famille dans leurs questionnements liés à la fonction parentale
- informer les parents sur les dispositifs existants
- améliorer le bien-être de l'enfant et de ses parents
- améliorer leurs connaissances sur des thèmes liés à l'enfance, l'adolescence, en leur proposant des conseils pratiques, des outils, des réflexions, des partages d'expériences
- créer un réseau de parents

- **Selon les objectifs visés, je peux proposer plusieurs modalités de groupe.**

Le groupe régulier permet de travailler plus en profondeur et de transmettre aux parents des outils qu'ils vont pouvoir s'approprier au fur et à mesure des séances. Il y a une notion de progression possible.

Le groupe régulier peut être fermé ou ouvert : il est fermé lorsque les participants ne peuvent pas arriver en cours de cycle. Il est ouvert si les parents peuvent venir à tout moment dans le groupe. Ce groupe peut fonctionner toute l'année ou une partie de l'année seulement.



Le groupe ponctuel peut être organisé sous forme d'atelier unique sur un thème précis. Il est moins contraignant et moins engageant pour les parents.



Je peux également, organiser un groupe de parole, café-parents. Dans ce cas, l'accent est mis sur l'aspect « espace de parole ». Il ne s'agit pas de transmettre certains outils ou certaines connaissances, mais d'avoir un moment de partage entre les parents, je suis alors surtout là pour réguler la parole et rebondir mais il ne transmet pas d'outils.

2) Les thèmes

Tous les thèmes peuvent être abordés, en voici certains pour exemples :

- l'autorité
- les émotions
- les conflits
- les relations dans la fratrie
- les écrans
- l'opposition
- le non
- les crises
- le sommeil
- l'alimentation
- l'école
- la séparation des parents...

3) Le cadre d'un groupe de parents.

Pour le bon déroulement de ces temps, je vous propose de poser un cadre afin que la parole puisse circuler librement.

Les dates et horaires sont fixés à l'avance et j'encourage l'engagement des participants à être présents à toutes les séances (en cas de groupe régulier). *Pour pouvoir profiter pleinement de ce moment entre parents, les temps d'échanges se déroulent sans enfants.*

- **Confidentialité** : ce qui est dit dans le groupe ne sera pas divulgué, nous partageons la confidentialité des messages reçus entre nous.
- **Authenticité** : Parler de soi et pas de l'autre ou sur l'autre, partager ses propres expériences.
- **Respect** : Écouter sans juger ce qui est entendu car chacun fait de son mieux avec sa propre histoire.
- **Courtoisie** : Prendre le temps d'écouter et respecter les tours de parole, je propose l'utilisation d'un bâton de parole.

