



Eduquer dans la bienveillance et prendre soin de la relation pour construire l'estime de soi.

Anne Férot-Vercoutère

Formatrice Atelier du Lien

www.atelierdulien.com

Formatrice Génération Médiateurs

www.gemediat.com

06 30 61 15 05 / 04 76 38 50 88

Des outils de communication pour prendre soin de la relation, construire l'estime de soi et vivre la joie en famille

☀ Pour qui ? Public

Il n'y a **pas de prérequis** pour la formation.

Cette formation s'adresse aux parents d'enfants et d'adolescents et à tout acteur professionnel en lien avec des enfants et ayant le désir d'améliorer et/ou renforcer la relation.

Elle rassemble un groupe stable de **12 parents maximum**, ayant le désir d'améliorer ou renforcer la cohérence éducative, la posture d'autorité bienveillante et d'être pleinement acteur vers un mode de relation apaisé et serein, en famille.

☀ Comment ? Modalités

La formation est prévue sur un parcours de **8 rencontres de 3h** chacune, avec un **groupe stable** de parents soutenant l'évolution de chacun.

Diaporama, jeux de groupes, mises en situation, apports de problématiques vécues, courts topos théoriques, viennent enrichir le parcours.

On peut prévoir de répondre à tout ou partie du parcours évoqué ci-dessous.

☀ Pour quoi ? Objectifs

- ❖ Améliorer la communication parents / enfants et la posture d'autorité ;
- ❖ Prendre conscience de son propre fonctionnement relationnel et se rendre attentif à son rôle éducatif ;
- ❖ Découvrir l'impact des paroles du parent dans la construction de l'estime de soi, et dans le tissage de la relation ;
- ❖ Découvrir de nombreux outils de communication bienveillante pour prendre soin de la relation à l'enfant et s'entraîner à les utiliser ;
- ❖ Acquérir quelques notions précises en neurosciences affectives et sociales pour mieux comprendre l'enfant et son fonctionnement ;
- ❖ Repérer et accueillir les émotions de l'enfant, tout en posant le cadre ;
- ❖ Appréhender les "biais de communication" et les obstacles au dialogue ;
- ❖ Découvrir une façon différente de communiquer avec la Communication Non-Violente ;

Processus

Chaque rencontre comporte :

- 1- Temps de partage et d'échange du vécu et des tentatives de mises en place en famille.
- 2- Découverte d'une thématique qui fait difficulté
- 3- Découverte d'une série d'outils de communication
- 4- Entraînement à les utiliser, par des jeux de rôles et mises en situation
- 5- Evaluation de la séance



Rencontre 1

Contenu

1. **Co-construire le cadre avec bienveillance** et travailler sur sa posture d'autorité.
2. **L'éducation bienveillante et positive** : qu'est-ce que c'est ?
3. **Apport des neurosciences** : les dernières recherches sur le cerveau de l'enfant.



Rencontre 2

Contenu

1. **Tisser un lien d'empathie, accueillir les sentiments de l'enfant.**
⇒ **Des outils de communication** pour se montrer à l'écoute sans jugement, ni déni, tout en maintenant le cadre.



Rencontre 3

Contenu

1. **Susciter la coopération, favoriser l'adhésion à ce que nous demandons aux enfants.**
C'est souvent frustrant pour des parents d'échouer dans la tentative de faire participer les enfants dans des tâches ou des activités.
⇒ **Des outils de communication** pour susciter, encourager les enfants à coopérer, sans les manipuler.



Rencontre 4

Contenu

1. **Eviter les pièges de la punition.** L'obéissance obtenue par la punition est bien peu efficace, nous nous en apercevons. Souvent, l'enfant recommence, nous en veut, devient de plus en plus agressif et nourrit un sentiment d'injustice.
⇒ **Des outils de communication** pour remplacer les punitions par une démarche qui permettent aux enfants de se prendre en main et d'assumer les conséquences de leur comportement.
2. Travail autour de la **distinction sanction/punition.**



Rencontre 5

Contenu

1. **Encourager l'autonomie, développer le potentiel.** Sans le savoir ou sans le vouloir, nous posons quotidiennement des gestes qui empêchent les enfants de développer leur potentiel et devenir de plus en plus autonomes.
⇒ **Des outils de communication** pour l'aider à devenir un individu indépendant, différent de nous, responsable et plein de ressources.



Rencontre 6

Contenu

1. **Construire l'estime de soi et complimenter.**
 - a) Clarifier le concept d'estime de soi au regard des recherches en neurosciences.
 - b) Il existe un lien très étroit entre les compliments que nous donnons à un enfant et le développement de son estime de soi.⇒ **Des outils de communication** pour encourager, complimenter et aider l'enfant à se sentir de plus en plus compétent, confiant en lui-même et construire ainsi l'estime de soi.



Rencontre 7

Contenu

1. **Porter un regard positif sur l'enfant et l'aider à cesser de jouer des rôles.** Dès son plus jeune âge, en famille, à l'école, ou ailleurs, l'enfant reçoit des qualificatifs le concernant : têtu, mauvais perdant, paresseux, lent, gentil, tricheur. Nous pouvons l'aider à se percevoir autrement, si on l'aide à changer cette image qu'il s'est faite de lui-même.
⇒ **Des outils de communication** pour l'aider à transformer son regard sur lui-même et de ce fait, son comportement, en se débarrassant de préjugés et d'étiquettes.



Rencontre 8

Contenu

1. Approche de la Communication Non-Violente
2. **S'entraîner** à utiliser ces outils de communication
3. Elaboration d'un mind-mapping sur l'ensemble des outils découverts
4. Evaluation de fin de formation : quel chemin ai-je parcouru ?



Démarche pédagogique :

L'animation se fait sous forme d'ateliers participatifs, interactifs et expérientiels pour un groupe stable de 12 personnes maximum.

Les parents découvrent des **outils concrets** adaptés à l'âge de leurs enfants, ils les expérimentent et s'entraînent à pratiquer.

Ces outils leur fournissent des **compétences relationnelles** utilisables ensuite dans la relation avec leurs enfants mais également dans toutes relations humaines.

Référents

Marshall Rosemberg
Catherine Gueguen
Dr Haim Ginott
Adèle Faber et Elen Mazlish
Pierre Faure
Isabelle Filliozat
Thomas d'Ansembourg
Danie Beaulieu
Christophe André
Jeanne Siaud-Facchin
Thomas Gordon
Maria Montessori
Philippe Meirieu
Antonella Verdiani
Céline Alvarez
Germain Duclos

À l'issue de la formation, les parents seront à même de s'évaluer sur leur capacité à utiliser les outils de communication acquis :

- Co-construire un cadre de sécurité ferme et bienveillant ;
- Accueillir les émotions de leur enfant ;
- Susciter sa coopération ;
- Comprendre le fonctionnement de leur cerveau ;
- Éviter les pièges de la punition ;
- Encourager l'autonomie ;
- Renforcer l'estime de soi et complimenter, etc...

**Choisis bien tes mots
Car ce sont eux qui créent
le monde qui t'entoure.**

Pensée Navajo

TARIFS : Le devis est établi en fonction de trois critères :

- l'enveloppe de subvention REAAP attribuée par la CAF,
- le nombre d'heures de formation (tout ou partie du parcours)
- les frais de déplacements.

Pour se faire une idée du devis : **110€ / heure**

Numéro de déclaration d'activités : 84380654538 Préfet Région Auvergne Rhône Alpes
Personnes en situation de handicap : l'accueil est assuré par l'organisme client