

[ l'atelier des parents ]

# L'atelier des parents d'ados

L'adolescence, une question de dosage  
Adolescence, choisissez vos batailles



La bienveillance au cœur de vos relations

L'Atelier des Parents :: 56, av Beaurepaire :: 94100 St Maur des Fossés :: 01 41 81 64 42 ::  
[formation@latelierdesparents.fr](mailto:formation@latelierdesparents.fr)

### Objectif de la formation

**Apporter aux animateurs les connaissances et la posture pour animer des ateliers auprès de parents d'ados. Ils seront en capacité de transmettre à leurs participants des outils pour :**

- Recréer ou maintenir le lien, même dans les situations délicates.
- Appréhender l'adolescent autrement.
- L'accompagner dans ses moments difficiles (colères, frustrations, opposition), dans ses premières fois.
- Tisser avec lui une relation basée sur la confiance et le respect mutuel.
- Définir et mettre en place, avec bienveillance, un cadre qui encourage l'adolescent à se sentir responsable de son comportement.
- Susciter l'estime de soi des ados et des parents.
- Apprendre à gérer les conflits de manière positive et constructive pour tous.



La bienveillance au cœur de vos relations



### Méthodologie

Les animateurs repartent avec des outils qui répondent aux besoins des parents d'aujourd'hui. Ils pourront les accompagner dans un véritable cheminement pour comprendre les enjeux de l'adolescence, le « pourquoi » de certaines situations, l'impact des attitudes de chacun.

Une place importante est donnée aux partages d'expérience et à la réflexion sur les problèmes récurrents.

#### Pour chaque thème les animateurs vont pouvoir aider les parents à:

- **Prendre conscience** des changements liés à l'adolescence, de l'impact de leur attitude sur la relation avec les ados, sur l'estime de soi. Comprendre pourquoi les demandes restent sans réponses et comment apparaissent les multiples conflits quotidiens, si épuisants.
- **Découvrir** de nouveaux outils relationnels, souvent efficaces, toujours respectueux et sans conséquences négatives.
- **S'entraîner** à les utiliser grâce à des exercices et des mises en situation.
- Une formation continue sera mise en place avec obligation de suivre une journée de consolidation/ rappel tous les 3 ans pour continuer à animer.
- Il sera proposé aux animateurs une supervision individuelle, par Skype ou sur place (à un tarif adapté), ainsi qu'un forum de discussions.



La bienveillance au cœur de vos relations

# PROGRAMME

Formation à l'animation des ateliers pour parent d'ado

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

- Je découvre mon rôle de parent d'ado, l'adolescence et mon ado
- Je délimite, je pose le cadre, c'est ma responsabilité
- Je décrypte, j'apprends à écouter
- Je fais baisser la pression, je décris pour mieux communiquer
- Je donne du lien



Ce premier module permet d'aborder **tous les outils-clés de la communication** dans le but d'instaurer, restaurer ou de renforcer un **climat de communication bienveillante** dans la famille. Il permet également de dénouer une grande partie des « nœuds » rencontrés par les parents (ex : sorties le soir, internet, cigarettes, contraception...)

## Module 2 : Choisissez vos batailles

- Les premières fois : de l'expérience aux transgressions
- L'autonomie : la route vers l'indépendance
- L'estime de soi : la développer, la renforcer
- La motivation : en classe et ailleurs
- Le grand final



**La confiance, l'estime de soi, le lien** déjà abordés dans le module 1, sont traités **plus en profondeur** dans le module N°2 avec de **nouvelles thématiques** comme **l'autonomie, les prise de risque et la motivation.**



La bienveillance au cœur de vos relations

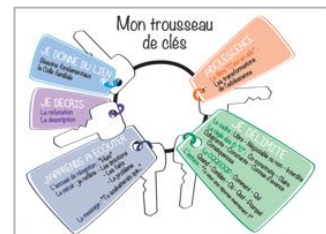
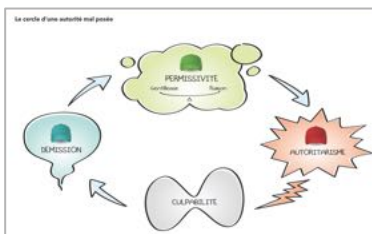
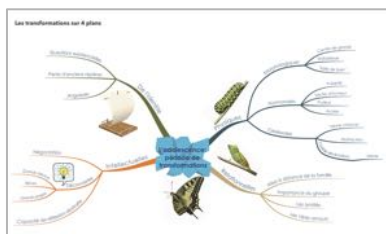
# PROGRAMME

## Formation à l'animation des ateliers pour parent d'ado

### Matériel pédagogique :



Ce matériel est une création de l'Atelier des Parents. Il a été réalisé par une équipe de 4 professionnels internationaux ayant sélectionné les outils les plus pertinents dans la communication et l'éducation en France, en Belgique, au Québec et aux USA. En couleurs, il est basé sur l'approche humaniste, sur les dernières découvertes neuro-scientifiques. Il est simple, teinté d'humour et concret afin d'être accessible au plus grand nombre.



### Infos pratiques :

Durée : 21h

Nombre de participants : 10 à 16 personnes.

Tarif par module:

- Particulier : 500€ TTC  
Prise en charge par la formation professionnelle : 650€ net de taxe  
Ce tarif comprend le matériel pédagogique.

*(Possibilité de paiement étalé. Faible revenu nous contacter).*

*L'hébergement et les repas ne sont pas compris (possibilité de loger sur place dans le cadre des formations sur Paris).*

**Inscription :** L'inscription est validée à réception du bulletin d'inscription accompagné d'un chèque d'acompte de 100 € à l'ordre de l'Atelier des Parents et Cie.

Si vous bénéficiez d'une prise en charge professionnelle, merci de demander une convention.



La bienveillance au cœur de vos relations

L'Atelier des Parents :: 56, av Beaurepaire :: 94100 St Maur des Fossés :: 01 41 81 64 42 ::  
formation@latelierdesparents.fr

# PROGRAMME

## Formation à l'animation des ateliers pour parent d'ado

### Les formatrices :



**Sophie Benkemoun** : médecin, mère de 3 garçons, Sophie a créé l'Atelier des Parents en 2006 afin de permettre aux parents, aux professionnels de l'enfance et de l'adolescence d'avoir accès à de nouveaux outils de communication. Ces outils permettent de mettre en place une relation adulte-enfant (ou adolescent) basée sur une autorité bienveillante. Sophie anime régulièrement des conférences, des formations et des ateliers.



**Nadège Larcher** : maman de 3 enfants, Nadège est formatrice en communication bienveillante depuis 2009 et anime l'Atelier des Parents en Touraine. Ancienne responsable en ressources humaines, elle a repris des études en psychologie et est titulaire d'un Master 2 « Développement de l'enfant et de l'adolescent ». Elle intervient auprès des familles et des professionnels de l'enfance et de l'éducation, par le biais d'ateliers, de conférences et d'analyses professionnelles.



**Marie Charlotte Clerf** : maman de 4 enfants dont 3 ados, Marie Charlotte est coach en développement personnel et psycho-praticienne Vittoz (thérapie à médiation corporelle). Marie-Charlotte a créé coach-famille pour permettre aux membres de la famille de renouer une communication bienveillante et de travailler sur l'estime de soi de chacun, pour plus d'harmonie familiale. Elle travaille également avec le corps enseignant et les professionnels de l'enfance.



**Francine Lavergne** : maman de deux grands fils et grand-mère, Francine est thérapeute et animatrice d'ateliers pour les familles depuis plus de 25 ans au Québec. Son travail comporte 3 volets : des consultations privées, des conférences et des animations d'ateliers (estime de soi, couples, familles recomposées). Elle forme depuis 15 ans, les futurs animateurs à différents ateliers de communication bienveillante dans toutes les régions du Québec et en France depuis 2008 (sur invitation de l'Atelier des Parents). Elle a à cœur tout ce qui touche les relations adultes-enfants.



La bienveillance au cœur de vos relations

L'Atelier des Parents :: 56, av Beaurepaire :: 94100 St Maur des Fossés :: 01 41 81 64 42 ::  
[formation@latelierdesparents.fr](mailto:formation@latelierdesparents.fr)