

Programme pour le Développement des Compétences Émotionnelles, Éducatives et Parentales



Le Programme

- ✓ Un programme d'Éducation Émotionnelle, groupal et participatif, conçu spécialement pour les parents
- ✓ Un contenu adapté aux questions les plus préoccupantes et motivantes pour les familles qui participent.
- ✓ Un accompagnement par 2 psychologues spécialisés dans l'Éducation Émotionnelle.
- ✓ Un maximum de 11 séances de 2 heures avec 16 participants.
- ✓ La psychologie de l'Éducation Émotionnelle à portée des parents : S'éduquer pour mieux éduquer.

Objectifs du Programme

- ✓ Faciliter les responsabilités éducatives familiales pour les parents, ou tout autre adulte qui endosse ce type de Responsabilité par une acquisition de stratégies personnelles, émotionnelles et éducatives qui permettent de s'engager de manière efficace dans la construction d'une dynamique de vie familiale positive et dans le développement de modèles parentaux adéquats pour les enfants et les jeunes.
- ✓ Permettre aux familles de prévenir et de faire face à leurs problèmes et conflits quotidiens de manière constructive.
- ✓ Développer les compétences émotionnelles: la conscience, la régulation, l'autonomie, la compétence sociale, les compétences de vie et de bien-être.
- ✓ Identifier les émotions des autres, en particulier les émotions des enfants. Comprendre comment nos émotions ont une influence sur les autres, et en particulier sur les enfants.

Les Séances

Séances du Programme – Guide pour le Développement de Compétences Émotionnelles, Éducatives et Parentales	
Séances	Contenus
Séance 1	INTRODUCTION, ATTENTES DE LA FORMATION DES PARENTS : Ce que nous souhaitons apprendre
Séance 2	CARACTERISTIQUES DES STADES D'ÉVOLUTIONS ET DE DÉVELOPPEMENTS DES ENFANTS : Comment sont nos enfants selon leurs âges
Séance 3	BESOIN D'ATTENTION, DE RESPECT, D'AFFECTION ET DE RECONNAISSANCE: Comment comprendre le comportement de nos enfants
Séance 4	L'ESTIME DE SOI ET L'AFFIRMATION DE SOI CHEZ LES PARENTS: Comment se sentir bien et en confiance en tant que parents
Séance 5	L'ESTIME DE SOI ET L'AFFIRMATION DE SOI CHEZ LES ENFANTS: Comment faire pour que nos enfants se sentent bien, nous fassent confiance et se fassent confiance à eux-mêmes
Séance 6	COMMUNICATION ASSERTIVE (I): L'ÉCOUTE ACTIVE ET L'EMPATHIE: Comment écouter et se mettre à la place de l'autre pour mieux se comprendre mutuellement
Séance 7	COMMUNICATION ASSERTIVE (II) : EXPRESSION DES SENTIMENTS ET DES OPINIONS : Comment s'exprimer positivement
Séance 8	RESOLUTION DES PROBLÈMES (I). SOUTIEN DES PARENTS AUX ENFANTS POUR RÉSOLVER LEURS PROPRES PROBLÈMES: Comment aider nos enfants afin qu'ils puissent résoudre leurs propres problèmes
Séance 9	RESOLUTION DES PROBLÈMES (II). PROCESSUS DE NÉGOCIATION ET DE MISE EN PLACE D'ACCORDS ENTRE LES PARENTS ET LES ENFANTS: Comment parvenir à des accords avec nos enfants
Séance 10	DISCIPLINE POUR L'AUTORÉGULATION. TRAVAILLER SUR SES LIMITES, SUR LES RÈGLES ET LES CONSÉQUENCES : Comment améliorer le comportement de nos enfants et favoriser leur autodiscipline : limites, règles et conséquences
Séance 11	EVALUATION FINALE DU DÉVELOPPEMENT DU PROGRAMME : Ce que nous avons appris et comment nous nous sommes sentis

Créons L'Avenir avec nos Enfants ! »

**Association
Française de
l'Intelligence
Emotionnelle**



**Apprendre, se Développer,
Grandir!**