



**Soutien à la parentalité :
à la rencontre de parents d'adolescents**



Historique, création d'une action régionale

La rencontre de trois éléments, en 2009 :

- FNMF : création d'un cahier des charges sur les Groupes d'Information et d'Echanges (GIE)
- IREPS 56 : enquête sur les besoins des parents : « Education pour la santé : mieux s'adapter aux attentes des parents. Résultats d'une enquête quantitative et qualitative dans le Morbihan »
- Mfb et ANPAA 56 : envie de créer une nouvelle offre de prévention pour les parents d'adolescents

Le principe

- Groupe d'information et d'échanges
- Pour qui ? Toute personne adulte, membre de la famille (parent, oncle, tante, grand-parent), en questionnement voire en souffrance par rapport à des situations et des comportements à risques et/ou des conduites addictives d'adolescent (12-18 ans)

La mise en place sur le territoire de Carhaix

Pourquoi ce territoire ?

- La Mfb et les mutuelles : volonté de s'éloigner des grands pôles urbains
- Un partenaire local, le CLAJ, très actif sur son territoire, et qui travaille sur la parentalité

Quels partenaires ?

- Le Claj du Poher
 - + le soutien du PAEJ Oxyjeunes et de l'Animation Territoriale de Santé du Pays Cob

La communication

- En amont, organisation d'un temps fort ludique pour faire venir les parents d'adolescents
- A l'issue du spectacle, présentation du GIE, et possibilité de s'inscrire

The poster features a central illustration of a green and yellow spaceship with a transparent dome. Inside, a boy and a girl are using mobile phones. Below the spaceship, a man and a woman are talking. The man says, "Mais si, Je Te dis que t'ai pris le Temps de les écouter..." and the woman replies, "Mais t'ai rien compris à ce qu'ils m'ont dit!".

Les adolescents : sur quelle planète sont-ils ?
Comment communiquer avec eux ?

Vous invite aux Rencontres Santé

Priorité Santé Mutualiste

Entree libre et gratuite

Mardi 15 octobre 2013 à 20h
Espace Glenmor
rue Jean Monnet **CARHAIX**

Pour plus d'informations, contactez : Veronique Diabonda - 06 81 77 04 50 - vdiabonda@bretagne.mutualiste.fr

Logos: ANPA 17, GLEN MOR, Poher, 3935, and a QR code.

Communication la + large possible, par les organisateurs et les partenaires

MUTUALITÉ FRANÇAISE
BRETAGNE
WWW.BRETAGNE.MUTUALITE.FR

vous invite aux
Rencontres
Santé

Priorité Santé
Mutualiste

PARENTS ET ADOS

COMPOTEMENTS A RISQUES ET ADDICTIONS DES ADOLESCENTS

mieux se comprendre

? **CARHAIX**
VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER AU GROUPE D'INFORMATION ET D'ÉCHANGE À DESTINATION DES PARENTS
4 SÉANCES LES MARDI SOIRS
INSCRIPTION AVANT LE 15 MARS
GRATUIT

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION : LUCIE KERMAGORET
SERVICE PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE DE LA MUTUALITE FRANCAISE BRETAGNE
06.72.65.74.92 / lkermagoret@bretagne.mutualite.fr

POHER
CORRESPONDANT
Poc'h'êr
BRETAGNE

WWW.PRIORITESANTÉ.MUTUALISTE.FR OU TÉLÉPHONÉZ AU 3935

Parents : des ateliers pour mieux comprendre ses ados



Parents et ados ont parfois du mal à se comprendre. Un groupe d'information et d'échange à destination des parents va pouvoir évoquer ce sujet et notamment « les comportements à risques et addictions ou excès de consommation (alcool, tabac, drogue...) des adolescents. Quatre séances vont être organisées les mardis soirs pour des groupes de parents de 10 personnes maximum, les 25 mars, 1^{er}, 8 et 15 avril en fin de journée (l'horaire sera au choix des parents, la durée de la séance est de deux heures). L'inscription est réalisée avant le 15 mars et les séances sont gratuites. Cette action est organisée par Poher

communauté, le Claj, la Mutualité Française et l'ANPAA (association nationale de prévention en alcoologie et addictologie). Pour les organisateurs, « la prise de risques de l'adolescent est inévitable, pour beaucoup de parents voire de grands-parents ça peut angoisser, l'ado tente de répondre à la question de son identité et cherche ses limites ». But de cet atelier : « permettre aux parents d'échanger entre eux et faire en sorte qu'ils puissent trouver des réponses ». Rendez-vous au Claj (23 rue des Martyrs). Inscriptions auprès de Lucie Kermagoret au 06.72.65.74.92/lkermagoret@bretagne.mutualite.fr



Objectif général

Accompagner les parents dans leurs problématiques autour des comportements à risques et/ou des conduites addictives des adolescents

Objectifs spécifiques

Développer la solidarité entre les participants

Mobiliser les ressources nécessaires pour affronter les difficultés en tant que parent

Réduire l'isolement des participants souvent générateur de souffrances

Donner à chacun la possibilité de devenir acteur de son changement, stimulé par la créativité que génère le groupe

Favoriser le relais éventuel vers d'autres dispositifs d'écoute et de suivi

Modalités de fonctionnement

- ❖ Un groupe de 10 mères de famille
- ❖ Quatre séances de 2h
- ❖ Horaires: 19h-21h les mardis du 25 mars au 15 avril 2014
- ❖ Repas pris en commun au cours de la séance
- ❖ Lieu confortable et accueillant: Le CLAJ (Culture Loisirs Animation Jeunesse) au centre ville de Carhaix
- ❖ Participation gratuite pour les participants

Principes de fonctionnement du groupe

- Confidentialité
- Respect et écoute réciproque
- Non jugement
- Contenu des séances en fonction de la demande et de l'expression des participants



Venir une fois par semaine pour parler de ses
difficultés de parent, pas facile surtout au début.....

Mais au fait c'est quoi être parent?

Etre parent c'est:

Répéter

Donner de l'amour, de la tendresse, des câlins

Poser des limites

L'aventure

Accompagner

Transmettre, apprendre

Laisser décider, choisir

Écouter

Anticiper

A vie!

Un combat

Faire confiance

Communiquer

Etre patient

Plein de belles choses...

Peut-être que je ne suis pas si « nulle » que ça!

Une qualité que je me donne en tant que parent:

- protectrice, attentionnée
- patiente, maternelle, à l'écoute
- joueuse, je donne du temps à chaque enfant, je ne triche jamais
- j'essaie d'être à l'écoute

Une qualité que l'on me donne en tant que parent:

- attentionnée
- gentille
- ne jamais avoir lâché
- toujours présente
- patiente
- ouverture d'esprit
- disponibilité



Une action dont je suis fière:

- de m'être battue jusqu'au bout aux côtés de mon enfant
- avoir fait de la musique et de la danse avec mon fils

En quoi je veux, peux m'améliorer?

- avoir confiance en moi
- être plus à l'écoute
- dédramatiser
- ne pas prendre tout à cœur
- arriver à tourner la page

Une devise en tant que parent:

- demain il fera jour
- les chiens ne font pas des chats
- ne jamais baisser les bras, toujours faire de son mieux
- j'en ai pris pour perpétuité!



Je suis parent mais j'ai été aussi un enfant, un adolescent!

Peut-être que je fais comme mes parents ou je fais
exactement l'inverse ou peut-être un peu des deux!

Ce que je fais comme mes parents

- J'accorde beaucoup d'importance au parcours scolaire en essayant d'expliquer que si on ne travaille pas, on a rien au bout. On a rien sans rien, sans mal.
- La valeur du travail
- L'humour, la dérision, la convivialité
- L'ouverture sur le monde
- Je fais appliquer les règles de base : rester à table, être poli, respect, gentillesse
- Encourager les enfants, les accompagner, leur faire découvrir des choses simples de la vie. Ça aide à prendre confiance en eux et à ne pas avoir peur
- Partir en vacances avec eux
- Maintenir le lien avec les grands parents, la famille
- Ne pas arriver à couper le cordon avec mes enfants
- Manque de confiance en soi

Ce que je fais de différent de mes parents

- Comme la société a changé, j'ai l'impression aujourd'hui de devoir davantage les pousser à
- Difficile de faire comme nos parents car trop de changements
- Je n'ai pas imposé d'éducation religieuse à mes enfants
- Je ne suis pas aussi sévère que mes parents (avant on ne discutait pas)
- Je raconte des histoires le soir
- Je m'écoute, je fais des choses pour moi
- Je suis attentive au bien-être de mes enfants
- J'explique toujours le pourquoi du comment
- Je suis à l'écoute
- Pas de TV à table
- J'ai peur pour mes enfants
- Je montre que je les aime

Le rôle des animatrices du groupe

- Créer les conditions favorables à l'échange
- Être garantes des règles de fonctionnement du groupe
- Se positionner en accompagnantes et non en « expert »
- Être attentives au ressenti des participants pendant la séance et à la fin de la séance
- Avoir connaissance des partenaires locaux pour orienter si besoin

Evaluation

« Le fait d'apprendre à relativiser, m'apercevoir que la situation entre mon fils et moi, est relativement sans problème. »

« Cela m'a permis de réfléchir sur ma place, ma position de mère. »

« Chaque parent se remet toujours en question, culpabilise dès que cela ne fonctionne pas et le premier « travail » demandé autour du blason a permis à certains parents d'être valorisés... »

« Il faut laisser l'enfant explorer, il doit rechercher son identité, se détacher de ses parents mais on doit lui montrer les limites et surtout lui prouver que nous sommes et serons toujours là pour lui »

« J'ai pris conscience de plein de choses.....Cela a permis de nous revaloriser en tant que mères »

« L'idée de le faire en plusieurs séances est excellent, car cela permet à chacun , à son rythme de prendre sa place dans le groupe, de s'autoriser à prendre la parole quand il se sent prêt »

« Qu'il y a toujours des solutions, des ressources si on pousse les portes..»

Les perspectives

- Les suites sur Carhaix
- Une demande d'un nouveau territoire : Scaër