



## « Atelier Gordon Parents – Mieux communiquer en famille » Communication non violente, bienveillante avec la méthode Thomas Gordon.

### Au-delà des livres, des Ateliers pour les parents...

Que vous soyez le parent d'un tout jeune enfant ou d'un adolescent, vous savez à quel point le rôle de parent est un défi à relever tous les jours !

Que vous soyez grands-parents, votre rôle est aussi compliqué. Aujourd'hui les parents adoptent souvent un mode d'éducation différent de celui que leurs parents leur ont prodigué, et il n'est pas toujours facile de trouver sa place comme grands-parents. Comment développer une relation avec ses petits enfants dans ce contexte ? Comment transmettre son expérience tout en respectant ses enfants dans leur parentalité ? Comment maintenir une bonne relation avec ses enfants devenus parents ?

Les **Ateliers de Parents** avec cette pédagogie de la relation et de la communication, vous permettent d'acquérir des outils de communication réellement efficaces, pour une meilleure communication en famille, de développer une écoute active, centrée sur la personne, une écoute permettant à chacun de pouvoir exprimer son ressenti face à une situation désagréable. Cette écoute mutuelle permet de sortir de la victimisation et si nécessaire de passer de la passivité ou de l'opposition à la confrontation. Une confrontation positive, constructive, sans dommage pour la relation, dans le but de désamorcer la discorde et de consolider le lien qui vous relie.

**Sans même attendre d'avoir à gérer un conflit, se pencher sur cette pédagogie, c'est se faire un beau cadeau à soi-même et à son entourage, notamment pour vos enfants, ces adultes de demain.**

### Pourquoi participer ? – Pourquoi des ateliers de Parents ?

- Vous arrive-t-il d'avoir l'impression de devoir répéter 10 fois la même chose ?
- Vous en avez assez de ces conflits à répétition avec votre enfant, votre adolescent ?
- Vous arrive-t-il d'exploser et de le regretter après ?
- Vous sentez-vous parfois démuni face aux problèmes et soucis que rencontrent vos enfants ?
- Trouvez-vous difficile parfois de dire non, difficile de trouver le juste milieu entre autoritarisme et laxisme ?
- Vous n'arrivez pas toujours à résoudre les conflits familiaux de façon satisfaisante ?

### **BIENVENUE DANS LE MONDE DES PARENTS !**

### Communiquer en tant que parent, ça s'apprend !

Nous trouvons normal d'apprendre à lire, nager, conduire, cuisiner, parler une langue étrangère...  
Et si nous apprenions ...

- A écouter nos enfants, pour qu'ils s'expriment.
- A nous exprimer, pour qu'ils nous écoutent.
- A résoudre nos conflits sans abimer la relation avec nos enfants.

La [Méthode Gordon](#) aide à résoudre de nombreuses difficultés de communication dans nos relations parents-enfants, avec la pratique de [l'Ecoute Active](#), du [Message Je](#), et de la [Résolution de Conflit sans perdant](#). Elle permet aussi de changer de regard sur la communication parents-enfants, en initiant une nouvelle forme de

communication afin que nos enfants deviennent des êtres autonomes, confiants en leurs capacités et respectueux de leurs proches et de leur environnement.

### **Au-delà des livres, la pratique !**

Bien que l'ensemble de la méthode Gordon et de nombreux cas concrets soient explicités dans les 2 best-sellers de Thomas Gordon, « *Parents Efficaces* » et « *Parents Efficaces au Quotidien* », de nouveaux ateliers sont créés chaque année partout dans le monde. Que se passe-t-il pendant ces ateliers qui dépasse les publications et la théorie ?

- La pratique, au travers des jeux de rôle

Elle permet d'intégrer en profondeur la théorie, de désamorcer nos anciennes habitudes et d'ancrer de nouveaux comportements.

- L'échange d'expériences entre parents

L'échange d'expériences encourage chacun à développer sa propre créativité, pour trouver des solutions propres à sa famille.

- La prise de recul

Le rythme d'un Atelier Parents permet de prendre du recul et de réfléchir à notre mode de communication en famille, pour ensuite choisir ce que nous souhaitons vraiment faire évoluer.

### **Ce que vous apprendrez**

- Comment parler à vos enfants pour qu'ils vous écoutent vraiment, grâce au [Message-Je](#).
- Comment écouter vos enfants pour qu'ils se sentent réellement entendus et compris, avec [l'Ecoute Active](#).
- Comment résoudre des conflits et des problèmes au sein de votre famille de manière efficace et durable, et sans que personne ne perde, avec la [Résolution de Conflit sans perdant](#).
- Comment faire le "diagnostic" pour comprendre où se situe le problème, et quelle compétence utiliser pour le résoudre.
- Comment fonctionnent les mécanismes qui régissent nos émotions.
- Comment poser des limites en vous affirmant de façon non-violente.
- Comment agir comme médiateur dans les conflits entre frères et sœurs.

### **Les bénéfices d'un Atelier Parents pour vous et votre famille**

- Vos enfants se sentiront plus libres de discuter avec vous de leurs problèmes et de leurs soucis.
- Ils seront encouragés vers l'autonomie et la responsabilisation.
- Vous apprendrez comment marcher l'un avec l'autre, et non pas l'un contre l'autre.
- Vous ferez l'expérience de moins d'explosions de colères, et davantage de résolutions de problèmes.
- Vous expérimenterez un plus grand respect des règles établies de façon participative en famille.
- Moins de luttes de pouvoir, moins de tensions, moins de ressentiments, plus de détente, plus de temps calme, plus de paix au sein de la famille !

### **Qu'est-ce qu'un Atelier Parents ?**

- Un Atelier Parents, c'est 28H de formations réparties en 4 journées, en semaine ou week-end.

- Un Atelier Parents, c'est 4 journées réparties en deux modules qui peuvent être suivis dans l'ordre et séparément, soit :

**Module 1 : Savoir dire et Savoir écouter**

**Module 2 : Résoudre les conflits et Agir en médiateur**

- Un Atelier Parents correspond au programme pionnier de [Thomas Gordon](#), enseigné à travers le monde depuis 50 ans, et déjà suivi par plus d'un million de parents.

- Un Atelier Parents est constitué : d'enseignements théoriques, de démonstrations, d'exercices concrets, de jeux de rôles, de partages en sous-groupes, accompagné de travail et de lectures personnels.

### **Comment se déroule un Atelier Parents ?**

- Ce programme intensif est enseigné exclusivement par des formateurs certifiés Gordon.

- Un Atelier Parents est limité à 12 participants.

Toutes les personnes : parents, futurs parents, grands-parents, professionnels de la petite enfance, enseignants, éducateurs, travailleurs sociaux... désireuses d'améliorer leurs relations en développant de nouvelles capacités à communiquer sont les bienvenues.

- Chaque participant reçoit, en début de session, un support pédagogique de plus de 100 pages, le "carnet du participant" proposant des articles complémentaires à la lecture du livre "Parents efficaces", des exercices à faire seul ou collectivement pendant et entre les séances, de nombreux espaces où chacun peut noter ses questions, ses objectifs, ses pistes d'amélioration, ses progrès pendant la formation, son bilan personnel... Le carnet est compris dans le prix du stage. Ce carnet est enrichi et remis à jour régulièrement.

### **Pour toute question ...**

Contactez-moi ! 06-11-93-53-17 / [contact@sandrine-mallet-lecharny.com](mailto:contact@sandrine-mallet-lecharny.com)

### **Horaires :**

9h30 - 17h30

### **Lieu de formation :**

Saint Mathieu de Trévières près de Montpellier