



# Atelier « Parents d'adolescents » (Niveau 1 : « L'adolescence, une question de dosage »)

Référence : 29Av4 - Domaine : [Parentalité](#)

*Comment arriver à me faire entendre alors que j'ai l'impression de répéter sans cesse la même chose sans résultat ?  
Quelles sont les transformations que vit mon enfant ? Entre démission et autoritarisme : où est la juste attitude ?  
Quand il n'a plus besoin de nous (mais quand même encore besoin !), où est ma place de parent ?*

## Objectifs :

Conforter les parents dans leur rôle pendant cette période de changements plus ou moins confortables et améliorer la qualité des relations entre les parents et leur(s) ado(s).

## Contenus :

Module 1 : « L'adolescence, une question de dosage ».

5 rencontres :

- 1<sup>ère</sup> rencontre : Je découvre mon rôle de parent, l'adolescence, et mon ado
- 2<sup>ème</sup> rencontre : Je délimite, je pose le cadre, c'est ma responsabilité
- 3<sup>ème</sup> rencontre : Je décrypte, j'apprends à écouter
- 4<sup>ème</sup> rencontre : Je fais baisser la pression, je décris pour mieux communiquer
- 5<sup>ème</sup> rencontre : Je donne du lien

## Méthodes pédagogiques :

- Echanges entre les participants
- Apports de l'intervenant
- Exercices
- Jeu de rôles

## Modalités pratiques :

*Une salle assez grande pour au moins 15 participants en cercle, assis sur des chaises (avec tables, si possible) en ayant la possibilité de se déplacer pour certains exercices*

*2 paper-board avec des feuilles*

**Forme :** **Atelier**

**Public :**  
Parents d'adolescents

**Pré-requis :**  
Avoir au moins un enfant adolescent (ou au moins en classe de 6e).

## Intervenants habilités :

Benjamine LÉBOUCHER  
Hélène de MONCLIN  
Marie-Charlotte CLERF

**Durée :**  
5 rencontres de 2h30 en journée ou en soirée à 15 jours d'intervalle (hors vacances scolaires) ou 2 jours (14 heures) - horaires : 9h/12h30 et 13h30/17h

**Tarifs :** [Nous contacter](#)

**Nombre de personnes :**  
de 7 à 15 pers.

"Tout l'homme et tous les hommes"



**Institut Européen  
de Développement Humain**

65 av Paul Doumer  
92 500 Rueil-Malmaison  
Tel : 01 71 03 74 96  
Email : [contact@iedh.fr](mailto:contact@iedh.fr)  
Site web : [www.iedh.fr](http://www.iedh.fr)

Association (Loi 1901)  
Organisme de Formation N° 11910415291  
SIRET 421 422 130 00045

Retrouvez cette fiche sur le site IEDH ou [en cliquant ici](#).

Fiché éditée le : 25/04/2024