

Commentaires de parents ayant suivi des ateliers de Parent d'Ado

« Parent d'Ado a été déterminant dans la poursuite de mes efforts afin de nous sortir, ma famille et moi, de ce tsunami familial. Merci du fond du coeur »

« Merci beaucoup pour ces ateliers qui nous permettent de cheminer sans préjugés avec d'autres parents »

« J'ai réappris à rire avec mon ado »

« Merci de nous encourager à nous aimer »



La Maison de Jonathan

est une ressource communautaire qui a pour mission d'aider les jeunes vivant des difficultés tant personnelles, familiales, scolaires que sociales en leur offrant des programmes favorisant la persévérance scolaire.

Formation en ligne gratuite
offerte aux parents
Inscription par téléphone ou
courriel

Session Hiver/Printemps 2021

Les mardis :

- Février : 2, 9, 16, 23
- Mars : 9, 16, 23, 30
- Avril : 6, 13

Heure : 19h00 à 22h00

Lieu : À déterminer en présence ou en Zoom (selon les recommandations de la Santé Publique).

Coordonnées :

Camille Tremblay, Formatrice
camillet@lamaisondejonathan.ca
450-670-4099

PARENT D'ADO... UNE TRAVERSÉE

Ateliers de soutien aux
parents



But du programme

Ce programme s'adresse aux parents qui désirent harmoniser leur relation avec leur adolescent. Il a pour but de les soutenir et de les outiller dans leur rôle parental.

Le contenu des dix rencontres s'inspire du programme : ***Parent d'ado... une traversée.***

Offert par l'organisme Entraide-Parents Québec.

Les thématiques abordées en groupe permettent de :

- Briser l'isolement des parents
- Favoriser l'échange entre eux
- Faire ressortir des pistes de réflexion
- Créer des liens d'entraide entre parents

DESCRIPTION DES RENCONTRES

THÈME 1 : AVANT D'ÊTRE PARENT

Comprendre comment le bagage unique d'une personne influence la façon d'être parent.

THÈME 2 : LA COLÈRE

Aborder l'impact des comportements de l'adolescent par rapport au vécu du parent. Apprendre à exprimer sa colère tout en proposant des moyens de la gérer plus sagement.

THÈME 3 : L'ADOLESCENCE

Approfondir les étapes de l'adolescence en soulignant les similitudes dans les étapes du rôle de parent. Réfléchir sur les droits et privilèges des parents.

THÈME 4 : SAINE COMMUNICATION

Identifier la façon dont les parents vivent leur relation avec leur ado. Aborder les pièges de la communication parent-ado. Proposer des pistes afin d'avoir une communication plus saine.

THÈME 5 : DISCIPLINE CONSTRUCTIVE

Réfléchir sur le rôle parental et les responsabilités associées. Proposer des pistes d'intervention afin d'avoir une discipline constructive servant à appuyer le parent dans son rôle et visant l'apprentissage de l'autonomie chez l'adolescent.

THÈME 6 : AUTORITÉ PARENTALE ET RÈGLES DE VIE FAMILIALE

Comprendre les différents styles d'autorité parentale. Proposer des pistes à l'élaboration de règles adaptées à la vie familiale.

THÈME 7 : RÉOLUTION DE CONFLITS

Identifier les différents conflits qu'un parent peut vivre avec un ado. Apprendre les manières d'agir lors de ces conflits.

THÈME 8 : LE COFFRE À OUTILS

Identifier les difficultés vécues avec leur ado et de mettre en commun avec les autres parents. À la demande des parents, certains thèmes abordés peuvent être approfondis.

THÈME 9 : PRÉVENTION DES DÉPENDANCES

Aider les parents à comprendre le phénomène et reconnaître les signes. Mettre de l'avant les mesures parentales favorisant la prévention des dépendances chez les ados.

THÈME 10 : BILAN

Échange sur les thèmes abordés lors de la session. Prise de conscience des forces et des connaissances acquises en le partageant avec les autres parents.