

Parents Plus: le cours destiné aux parents

Connaître plus de joie et moins de stress avec les enfants et briser la dynamique des éternelles situations énervantes. Ce cours destiné aux parents conforte les mères et les pères, mais aussi les grands-parents et les professionnels qui sont en contact avec les enfants dans leur tâche d'éducateurs.

Dans l'éducation au quotidien, il arrive souvent que des situations ne se déroulent pas comme le souhaiteraient les parents et qu'elles dégénèrent éventuellement en querelles et claquements de portes. A l'agacement et la frustration des parents qui s'ensuivent fait écho le sentiment d'incompréhension et d'abandon des enfants. Le cours Parents Plus® * peut aider les éducateurs à appréhender de telles situations [sans violence](#) et de manière constructive. La relation parents-enfants s'en trouve améliorée et, avec elle, le climat familial.

Contenus du cours

«L'éducation constructive» est le fondement de ce cours destiné aux parents: les parents adoptent une attitude bienveillante, chaleureuse et attentive envers leurs enfants, tout en leur inculquant des règles, des valeurs et des normes claires. Le cours n'offre pas de solution miracle mais présente plutôt des pratiques alternatives («outils»), à l'aide desquels les parents peuvent gérer différemment les situations sans issue qui dégénèrent.

Comment exprimer mes propres besoins et sentiments? Comment poser des limites? Comment mieux m'occuper de mon enfant? Comment faire en sorte que les règles soient respectées? Que faire quand je me mets en colère? Ce sont là quelques-unes des questions qui sont abordées durant le cours.

Echanges avec d'autres parents

A travers les échanges au sein du groupe, les participants au cours se rendent compte qu'ils ne sont pas les seuls à ne pas être parfaits et que d'autres parents sont aux prises avec des problèmes similaires. Beaucoup éprouvent un soulagement en faisant ce constat. Après avoir renforcé leur capital confiance et sur la base de nouvelles idées, les participants au cours sont en mesure de désamorcer les situations de conflit avant que celles-ci ne dégénèrent. De ce fait, les parents gagnent en assurance et en sérénité dans la vie quotidienne et sont moins confrontés à leurs limites. «Le cours nous a beaucoup enrichis» et «nous apprécions le climat familial plus détendu!» telle est la teneur des déclarations les plus fréquentes des pères et des mères.

Cours adaptés aux groupes cibles

En plus de la formation de base, destinée aux parents d'enfants de 3 à 10 ans, il existe aussi des formules de cours Parents Plus ® pour les parents d'enfants en bas âge et pour les parents d'enfants à la puberté. Une offre adaptée aux grands-parents est également proposée.

Les professionnels de la pédagogie ont aussi à leur disposition une formation continue adaptée à leurs besoins.

Le cours pour les parents est actuellement offert en allemand, en français et en turc.

*Parents Plus® est un cours de Protection de l'enfance Suisse destiné aux parents. Il a été conçu par le «Deutsche Kinderschutzbund».

Echos du cours



«Dans ce cours, j'ai appris énormément de choses. J'ai pu en retirer beaucoup de conseils pratiques et nous essayons de les appliquer en famille. Ce cours m'a vraiment ouvert les yeux sur ce que signifie éduquer un enfant.»

Andrea Neuhaus

«Ce cours m'a aidé à considérer les problèmes avec les enfants sous un autre angle et j'ai davantage de compréhension pour mon vis-à-vis. Le cours est conçu de manière très intéressante et les échanges entre participants apportent beaucoup d'idées et de suggestions pour résoudre une situation difficile.»

Andrea Muri, Sempach



«Ce cours m'a permis de prendre un peu de distance par rapport à l'éducation au quotidien et à considérer les difficultés qui se présentent avec un regard extérieur et avec humour.»

Iris Wenger

«Dans ce cours, j'ai appris à comprendre que nos enfants vivent souvent dans leur petit monde et que nous n'y sommes que sporadiquement les bienvenus. Depuis lors, l'éducation au quotidien est devenue globalement plus calme et détendue. Bien sûr, les situations difficiles continuent de se produire. Mais je réussis mieux à les gérer, je les accepte mieux et je réussis mieux à réagir de manière appropriée. Notre vie de tous les jours est devenue plus harmonieuse, plus respectueuse de chacun, plus inventive mais aussi plus cohérente et plus claire.»

Shirin Zemp, Inwil



«J'ai décidé de suivre ce cours car je voulais savoir comment mieux communiquer avec mes enfants et mieux les écouter. C'était fantastique de se rendre compte que tous les parents qui suivaient le cours vivaient des choses similaires.»

J'ai pris conscience, grâce aux jeux de rôle, de ce que peuvent ressentir mes enfants et j'ai réalisé que nos besoins étaient les mêmes. J'ai appris à écouter mes propres besoins sans avoir mauvaise conscience. Cela m'a beaucoup apporté de savoir que, selon la manière dont je dis les choses, mon enfant est plus réceptif et se sent compris. Depuis que je mets cela en pratique, nous avons moins de discussions et de disputes.

J'arrive de nouveau beaucoup mieux à être à l'écoute des besoins de mes enfants et à les aider.»

Daniela Küng-de Capitani, Zurich



«Depuis le cours, je suis plus attentive à la façon dont je formule mes phrases et j'essaie de me mettre plus souvent à la place de mes enfants. Grâce au carré de la communication, par exemple, je réussis mieux à répondre à leurs besoins. Je suis moins soupe au lait et ils comprennent mieux ma réaction.

Ce cours m'a aidé à maîtriser de manière positive l'éducation au quotidien qui peut être parfois exigeante et éprouvante.

Comme dans tous les domaines – dans celui de l'éducation aussi – c'est en forgeant qu'on devient forgeron: tout ne marche pas du jour au lendemain. Il faut parfois un peu de patience!

Je ne peux que recommander ce cours.»

Nadine Rosinus, Wangen

«Ce cours était très utile! Notre vie de famille est plus détendue parce que nous communiquons de manière plus constructive. J'ai appris en particulier à être plus attentif à la perspective des enfants et à établir des limites sans avoir mauvaise conscience.»

Roland E. Peter, Winterthur

```
(function($) { var slider = $('.mod_rocksolid_slider').last(); slider.find('video[data-rsts-background], [data-rsts-type=video] video').each(function() { // Disable mejs for videos this.player = false; }); slider.rstSlider({ "type": "slide", "direction": "x", "navType": "bullets", "scaleMode": "fit", "imagePosition": "center", "centerContent": false, "random": false, "loop": true, "videoAutoplay": false, "autoplayProgress": false, "pauseAutoplayOnHover": false, "keyboard": true, "captions": false, "controls": true, "thumbControls": false, "combineNavItems": true, "autoplay": 10000, "visibleAreaAlign": 0.5, "gapSize": "0%" }); // Fix missing lightbox links $(function() { if (!$.fn.colorbox) { return; } var lightboxConfig = { loop: false, rel: function() { return $(this).attr('data-lightbox'); }, maxWidth: '95%', maxHeight: '95%' }; var update = function(links) { links.colorbox(lightboxConfig); }; slider.on('rsts-slidestop', function(event) { update(slider.find('a[data-lightbox]')); }); update(slider.find('a[data-lightbox]')); }); })(jQuery);
```

-

[Parents Plus®](#)

[Informations pour les parents](#)

-

[Le thème prioritaire de Protection de l'enfance Suisse](#)

[Les enfants et la violence domestique](#)

-

[Livre sur le cours Parents Plus® destiné aux parents \(en allemand\)](#)

—
[P.-Honkanen Schoberth:](#)

[Starke Kinder brauchen starke Eltern](#)

[Der Elternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes \(2012\) ISBN 978-3451611117](#)