



C P COACHING

# Le co-développement parental



## Pour quoi ?

Le Co-développement est un outil puissant d'intelligence collective où chacun.e se met au service de l'Autre.

Il s'agit d'un processus qui permet à un groupe, en toute autonomie, de régler la problématique de l'un des membres.

Appliqué au champ de la parentalité, il permet à des mamans et des papas de trouver un espace de parole et de soutien, d'échanger entre pairs sur les problématiques communes afin d'y trouver des solutions et pistes de réflexion.



## Les ateliers de co-développement permettent de :

- Échanger sur des problématiques en lien avec la parentalité
- Clarifier des problématiques et y trouver des pistes de solutions
- Prendre du recul sur le vécu quotidien
- Prendre du temps pour Soi
- Briser l'isolement et obtenir du soutien
- Apprendre à aider et à être aidé(e)
- Prendre du temps pour la réflexion
- Améliorer sa relation à Soi et à son enfant
- Structurer sa pensée
- Créer du lien entre parents



## Exemples de sujets abordés

- Difficultés dans le positionnement face à un tout petit
- Conflits familiaux
- Changement dans la vie de l'enfant : changement d'école, déménagement, séparation...
- Le passage à l'adolescence
- Restaurer une relation avec son enfant



## Bénéfices :

A chaque atelier, que vous soyez «client.e» ou «participant.e», vous repartez avec des apprentissages, des idées pour vous-mêmes.

Atelier après atelier, vous découvrirez que les problématiques des uns croisent celles des autres faisant du co-développement un outil d'enrichissement mutuel.



## Modalités :

Un minimum de 4 participant(e)s est requis pour ouvrir un groupe.

Les groupes peuvent être de 10 personnes maximum.

Après le premier atelier auquel vous assistez, vous vous engagez pour une durée de 6 mois renouvelables. Cela permet de donner au groupe la stabilité nécessaire pour échanger en confiance.

Chaque atelier permet de traiter une problématique.



## Informations utiles et déontologiques :

Ces ateliers ne peuvent se substituer à un accompagnement par des professionnels de santé si des troubles psychologiques sont avérés.

Ils sont en revanche un complément à une prise en charge de la famille ou de l'enfant.