

COORDONNÉES

140 rue Nadon
Laval (Québec) H7L 1T5
(Dans le vieux Ste-Rose, à
l'angle de la rue des Patriotes)

Téléphone : 450 622-0524

Télécopieur : 450 622-5734

Courriel : info@rfmrl.org

Site Internet : www.rfmrl.org

Heures d'ouverture

Lundi au jeudi : 9h00 à 18h00
(18h à 20h sur rendez-vous seulement)

Suivez nous aussi sur



www.facebook.com/RFMRL



Rév. 01-2016

Samedi de m'en sortir



Regroupement des familles monoparentales et recomposées de Laval

Pour les enfants de 6 à 12 ans ayant vécu
ou vivant la séparation de ses parents.
Prix pour les membres : 30\$

BUT

Donner à l'enfant qui a vécu la séparation de ses parents, un temps et un lieu propice à l'échange et au partage. Un moment où il peut rompre son sentiment d'isolement, mais aussi, où il peut trouver des moyens pour gérer les perturbations émotives qu'il vit.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Identifier, nommer et extérioriser les peines, colères, situations douloureuses et pertes occasionnées par la séparation et aider l'enfant à les résoudre.
- Amener l'enfant à aller vérifier auprès de ses parents des aspects de la séparation qui sont encore obscurs pour lui.
- Amener l'enfant à reconnaître la permanence de la séparation de ses parents versus les faux espoirs qu'il nourrit.
- Amener l'enfant à se dissocier des conflits parentaux et à s'en protéger.
- Aider l'enfant à accepter et à s'adapter à sa nouvelle réalité familiale.

DESCRIPTION

Offert en six rencontres, l'atelier *Samedi de m'en sortir* aborde plusieurs thèmes qui rejoignent la problématique d'éclatement familial: l'exploration des émotions, le sentiment de culpabilité, la séparation vécue par l'enfant, la communication, le lien avec chacun des deux parents et les rôles joués par l'enfant dans la séparation.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

Atelier 1 : L'exploration des émotions

- Amener l'enfant à prendre conscience que tout événement suscite différentes émotions, agréables ou désagréables.
- Identifier les émotions et les relier à des comportements et des attitudes qui les traduisent extérieurement.
- Donner à l'enfant des outils pour composer avec ses émotions dans le quotidien. L'accent est mis sur les émotions négatives (colère, agressivité, tristesse, etc.).

Atelier 2 : La séparation, suis-je responsable ?

- Amener l'enfant à prendre conscience qu'il traversera, au cours de sa vie, de multiples séparations (amicales, déménagement, deuil, etc.).
- Retour sur les émotions vécues en lien avec ses séparations et les moyens qu'ils avaient trouvés pour les traverser.
- Apprendre à résoudre des conflits.

Atelier 3 et 4 : La séparation vécue par l'enfant: avant-pendant-après

- Désresponsabiliser l'enfant de la séparation de ses parents. Lui faire prendre conscience que c'est un problème d'adultes. Éliminer le sentiment de culpabilité.
- Permettre à l'enfant de revenir sur l'histoire de la séparation.
- Dédramatiser son vécu par l'échange avec les pairs.
- Prendre conscience des réactions et des comportements qu'il a développé pour s'adapter à la séparation.

Atelier 5 : Les rôles que l'on peut me faire jouer et la colère

- Sensibiliser l'enfant au(x) rôle(s) qu'on peut lui faire jouer (messenger-espion).
- Amener l'enfant à identifier les émotions qu'il ressent lorsqu'on lui demande de jouer un rôle dans la séparation.
- Amorcer une réflexion chez l'enfant sur les moyens qu'il peut se donner pour se dissocier des conflits parentaux.
- Faire verbaliser l'enfant sur des situations qui le mettent en colère et l'aider à se trouver des moyens socialement acceptables pour gérer cette colère.

Atelier 6 : Mes parents et moi

- Amener l'enfant à identifier les changements dans sa relation avec sa mère et son père depuis la séparation.
- Faire verbaliser l'enfant sur ses attentes, ses déceptions, ses frustrations et les bons moments qu'il vit avec sa mère et son père depuis la séparation.
- Amener l'enfant à s'exprimer face à l'arrivée du nouveau conjoint de son parent.
- Identifier si cette relation est satisfaisante ou trouver des moyens pour qu'elle le devienne.
- Explorer ce sujet auprès des enfants qui vivent en situation de monoparentalité.
- Bilan de la session et remise de diplômes.

