



## BÉBÉ MODE D'EMPLOI

de Catherine Dumonteil-Kremer

Accueillir  
& comprendre  
son bébé



Un cycle de 4 ateliers  
pour **accompagner les parents**  
durant une période clé :  
**la première année de bébé !**



### OBJECTIFS

Permettre aux parents de :

- Trouver des ressources pour démarrer sa vie de parents
- S'approprier des outils d'écoute et d'affirmation de soi qui facilitent la communication
- Mieux comprendre les besoins de bébé
- Découvrir la notion d'attachement
- Développer leurs compétences parentales pour faire face aux difficultés de la première année



### PUBLIC & PRÉREQUIS

- Parents seuls ou en couple, bébé né ou attendu. Bébés bienvenus. Il n'y a pas de prérequis spécifiques pour accéder à ce cycle.



### MODALITÉS

- Pédagogie active basée sur les dernières découvertes des neurosciences cognitives et affectives, alternance d'apports théoriques et d'outils pratiques.
- Durant la formation, les participants vivent et expérimentent des outils et pratiques afin de se les approprier et de les utiliser au quotidien.
- Ateliers en présentiel
- Groupe de 4 à 8 personnes
- 4 modules de 3 heures (12 h)
- 8 ateliers de suivis possibles



### TARIFS

- Devis et rendez vous sur demande
- Possibilité de prise en charge auprès du REAAP (Réseau d'Écoute, d'Appui et d'Accompagnement des parents)



### LIEU & HORAIRE

- Dans vos locaux ou à mon cabinet
- Horaires en journée, soirée ou week-end



### Contenu du cycle (voir au dos)

- 1 DES PARENTS VIENNENT AU MONDE
- 2 VIVRE AVEC BÉBÉ, ATTENTES CONTRE RÉALITÉ
- 3 S'ATTACHER POUR GRANDIR, LES BESOINS DES PREMIERS MOIS
- 4 SURVIVRE AU MARATHON DE LA PREMIÈRE ANNÉE

## Réseau Parentalité Créative

Le réseau Parentalité Créative est constitué de professionnel·les du soutien à la parentalité formé·e·s par Catherine Dumonteil-Kremer qui animent des groupes de parents, des conférences, effectuent des accompagnements individuels et proposent de la formation sur-mesure à destination des professions de la petite enfance, de l'éducation, de l'enseignement, du social et de la santé. Ces formations s'appuient sur les dernières recherches en neurosciences, les acquis de la psychologie positive, la communication non-violente, la théorie de l'attachement et les connaissances actuelles des mécanismes émotionnels des adultes et des enfants.

[www.parentalitecreative.com](http://www.parentalitecreative.com)

Réseau  
Parentalité  
Créative®

Catherine Dumonteil-Kremer

Formation créée par Catherine Dumonteil-Kremer

Ancienne enseignante, auteure et formatrice, pionnière du soutien à la parentalité en France

# CONTENU DU CYCLE

Réalisable en 2 jours ou 4 séances

- 1 Des parents viennent au monde**
  - Apprentissage et expérimentation des techniques d'écoute et d'affirmation de soi
  - Accueillir mes émotions autour de la naissance
- 2 Vivre avec bébé, attentes contre réalité**
  - Faire le point sur nos attentes de parents, les attentes de l'entourage
  - Accueillir la réalité et les difficultés d'être parent de bébé
- 3 S'attacher pour grandir, les besoins des premiers mois**
  - Exploration des besoins physiologiques et psycho-affectifs des bébés
  - Comprendre le mécanisme de l'attachement
  - Trouver un équilibre entre les besoins des parents et ceux de bébé
- 4 Survivre au marathon de la première année**
  - Apprendre à demander de l'aide
  - Se créer un groupe de pairs
  - Trouver des ressources pour faire face aux difficultés du quotidien avec bébé
  - S'approprier ses nouvelles compétences parentales

Pour un meilleur accompagnement, 8 séances de suivis optionnelles vous seront proposées en fin de cycle.

La naissance du parent est parfois très difficile. Elle demande de l'énergie, de la confiance, du soutien.... Avec ce cycle **Bébé mode d'emploi**, les parents se retrouvent entre pairs, accompagnés par un-e professionnel-le de la Parentalité, pour évoquer leurs difficultés, leurs doutes et trouver du soutien et des pistes concrètes !

WORK BOOK  
OFFERT  
À LA FIN  
DU CYCLE



Catherine Dumonteil-Kremer

## Les recherches montrent l'efficacité du soutien à la parentalité

L'efficacité des programmes de soutien à la parentalité et l'importance de renforcer les compétences psychosociales des parents pour promouvoir la santé et le bien-être dans la famille et la société dans sa globalité, ont largement été démontrés [1].

En 2017, une étude sur le cycle "Vivre et Grandir Ensemble" [2] montre que les pratiques parentales changent et évoluent au cours du cycle. Chez les personnes interrogées ont été observés : une efficacité liée au soutien du groupe, plus d'auto-compassion, un renforcement des compétences psychosociales (compétences cognitives, sociales et émotionnelles), plus de flexibilité psychologique, un mieux-être global des parents et une meilleure relation parent-enfant.

Les programmes de soutien à la parentalité permettent de réduire un nombre important de problèmes affectifs et comportementaux chez les jeunes [3], d'améliorer la santé psychosociale des mères en diminuant en particulier leur niveau d'anxiété et de dépression et en augmentant leur estime de soi [4], de limiter les pratiques parentales problématiques [5] et d'accroître le sentiment d'efficacité parentale [6].

Un rapport [7] fourni à l'Etat engage à promouvoir encore davantage ce travail fait auprès des parents. Cela permet d'économiser les coûts des programmes sociaux puisque ce travail agit en amont en développant les compétences parentales, en nourrissant le lien parent-enfant, en diminuant la violence éducative, et ainsi en baissant les scores d'agressivité, la délinquance à long terme, et en favorisant des comportements prosociaux.

[1] Kaminski, et al., 2008 ; Lundahl, et al., 2006 ; Petrie, et al., 2007 ; Reyno et McGrath, 2006 ; Hoghugh, 2004 ; Poole, 2003 ; Stewart-Brown, 2008 ; UNODC, 2010

[2] Glace Jabinet, Shankland, Cycle de soutien à la parentalité "Vivre et Grandir Ensemble" créé par C. Dumonteil-Kremer, Université de Grenoble Alpes, 2017.

[3] Barlow, 1997 ; Barlow, Parsons, 2003 ; Dimond et Hyde, 1999 ; Richardson et Joughin, 2002 ; Sanders, 1999

[4] Barlow, et al., 2002 ; Barlow, Coren, 2003 ; Sanders, Wooley, 2005

[5] Kaminski, et al., 2008 ; Sanders, Wooley, 2005

[6] Sanders, Wooley, 2005 ; Sanders, 1999 ; Rutledge et Pridham, 1987 ; Tucker, et al., 1998

[7] Hamel & Lemoine, 2012