

# LES GROUPES DE PAROLES

## POUR PARENTS ONT 30 ANS À EFA92

Créés depuis trente ans au sein d'EFA92, les groupes de paroles ont accompagné au fil des années plus d'une centaine de familles, pour des questions liées à l'éducation des enfants et aux préoccupations concernant l'adolescence, parfois bien prolongée. À l'occasion de cet anniversaire, Le Petit Canard a interviewé les trois accompagnantes des cinq groupes existant actuellement.

### Le Petit Canard : Un groupe de parole : pourquoi y participer ?

Citons quelques témoignages des familles concernées :

- « J'ai assisté à un groupe sur un thème qui m'intéressait et j'ai rencontré quelqu'un et ça a cheminé. »
- « J'aimerais parler avec des gens qui vivent des choses comme moi. »
- « Mon fils à partir de 12 ans a commencé à nous préoccuper. »
- « Je suis seule et je voudrais échanger ; parfois c'est difficile. »
- « En ce moment, ça va mais je voudrais anticiper l'adolescence. »
- « Ma fille nous fait vivre des... »
- « Je ne pensais pas que ça allait être ça ; comment faire ? »
- « Je n'ai pas beaucoup de temps, pourtant je vois bien que l'adolescence commence. On m'en avait parlé mais à ce point... »

### Est-ce que c'est une thérapie ?

Non, c'est un accompagnement avec des animatrices encadrant des groupes constitués de dix à douze parents. Chaque partici-

pant s'engage à respecter la confidentialité totale concernant les échanges dans les groupes afin de permettre à chacun de s'exprimer en pleine confiance. Une autre règle, à part le respect, est de laisser les participants s'exprimer sans vouloir à tout prix trouver de solution : chacun cherche dans les échanges, selon ses choix, ce qui va l'aider, car l'écoute des autres expériences est le plus souvent aidante et dédramatisante.

### Est-ce que les deux parents doivent être présents ?

De préférence oui, mais on peut aussi comprendre qu'un seul des parents ait le désir de réfléchir avec d'autres ou que l'un des deux ne soit pas disponible ; bien sûr les groupes sont ouverts aux célibataires.

### Quel est le rythme des rencontres ? À quel moment ont-elles lieu ?

Nous nous réunissons trois fois dans l'année, de préférence à partir de 20 h ou 20 h 30. Au fil du temps, nous nous sommes aperçues que trois séances par an étaient un bon rythme.

### Pour quelles raisons ?

Pour que les groupes ne pèsent pas trop dans l'emploi du temps des familles, parce qu'un temps de réflexion est très important entre deux rencontres et, enfin, parce que les parents sont les personnes qui connaissent le mieux leur (s) enfant (s) et qu'ils vont eux-mêmes être moteurs de l'évolution familiale à partir de ces moments partagés.



### Combien de temps durent les sessions ?

De deux à trois heures selon le nombre de personnes dans le groupe. Un groupe rassemble entre sept et dix familles.

### Qu'est-ce que ça peut apporter ?

Une réflexion avec un groupe de pairs, dans un cadre confidentiel et sans jugement, amène à trouver d'autres façons de penser, à expérimenter différentes manières d'agir et, au bout du compte, à améliorer la dynamique familiale. Ainsi, certains ont pu, a posteriori, nous dire que leur participation à l'un de ces groupes leur avait permis de tenir dans une période problématique ou encore que ces rencontres avaient été source de réflexion et transformé les relations intra-familiales, notamment avec un enfant en particulier ou au sein de la fratrie, etc.

Les parents cheminent, apaisent leurs angoisses, trouvent des stratégies qui sont propres à leur famille et finalement,

arrivent, petit à petit, à traverser et à supporter l'adolescence de leur jeune, parfois un peu dérangement, voire tumultueuse.

### Y a-t-il des possibilités de se joindre à un groupe ?

Oui, si vous êtes adhérents à EFA92.

Il suffit d'envoyer un mail à :

**[secretaire.efa92@gmail.com](mailto:secretaire.efa92@gmail.com)**.

### Et vous, qui êtes les animatrices, pouvez-vous vous présenter ?

Nous sommes toutes les trois membres d'EFA92, mères adoptives, formées et expérimentées dans le secteur social, le conseil conjugal, l'animation et la psychologie. Nous travaillons en coordination avec l'équipe d'accompagnement à la parentalité de la Fédération EFA.

**Remerciements à Danielle Le Négaret, Elisabeth Maillet et Mylone Rouanne**