

Conscientiser les concepts de base pour les aider à mieux grandir

Comment se déroule le Coaching ENFANTS-ADOS ?

Souvent les parents qui m'appellent, mentionnent des problèmes émotionnels, de timidité, de trop plein d'énergie, de problèmes d'adaptation et de concentration. Je parle alors de **communication** car Emotions & Communication vont de pair.

Quand on aborde le côté émotionnel d'un enfant, on découvre souvent un lien avec des difficultés de communication. Ensuite vient l'apprentissage de sa propre individualité, qui va de pair avec sa confiance en lui et une autre couche émotionnelle. Apprendre à se connaître, est également savoir définir son profil d'apprentissage et cibler une méthodologie adéquate. L'action et l'apprentissage deviennent alors plus aisés.

Les parents sont les « demandeurs - payeurs » avec lesquels s'établit une partie du contrat. Leur demande est analysée et *l'enfant ou l'adolescent devient mon « client - travailleur »*. Une des conditions pour que je prenne en charge un jeune est qu'il soit partie prenante de son projet. C'est aussi lui qui doit avoir envie des coachings. Si ce n'est pas le cas, je l'invite à revenir lorsqu'il se sent prêt. Travailler sur de la méthodologie ou sur ses émotions demande un véritable travail que l'on ne peut imposer... Les parents font le premier pas pour lui, mais il reste responsable de ceux qui suivent.

Une grosse partie de ce qui se dit entre nous restera confidentiel et une partie sera partagée avec les parents responsables, les « demandeurs-payeurs ». Le client est informé de ce qui se partage. L'objectif des séances est validé par les 3 parties : Les parents-demandeurs, l'enfant-client, le coach. Parfois, quelques séances sont nécessaires pour clarifier ensemble l'objectif à atteindre. Quelquefois, et notamment lorsqu'ils sont encore jeunes, il leur est difficile de définir précisément un objectif de travail. Ce n'est pas grave, nous l'affinons au cours des séances.



En pratique, nous sommes à deux dans un espace confidentiel. La séance dure de 45 min à 1h00 suivant la disponibilité cognitive et émotionnelle du jeune. Ils sont souvent surpris de nos échanges lors des premières séances parce que le propre du coaching est de questionner pour les amener à ce qu'ils puissent faire émerger eux-mêmes leur solution. Ils s'attendent à des solutions « toutes faites » alors que je les invite à réaliser qu'ils sont capables de créer eux-mêmes leur « possibles solutions » en analysant leur propre raisonnement. Ils ne sont pas habitués à ce procédé, mais arrivent vite à s'y accorder, notamment les enfants intellectuellement précoces.

Suivant leur niveau de développement, **je varie les outils et supports.** Je peux passer par des cartes, des « doudous », des textes, des jeux, des dessins et d'autres techniques, telles que celles tirées de la PNL ou de la Brain Gym par exemple.

Concernant l'aspect méthodologique, je suis habituée depuis plus de 15 ans de travail avec des enfants et adultes, à m'adapter à ce qui se présente en séance. Je n'ai pas vraiment de « rituel standard », sauf s'il est nécessaire pour établir et ensuite maintenir l'équilibre émotionnelle de l'enfant (enfants atypiques, atteints d'autisme, etc.)

Les parents et la fratrie pendant le coaching

Les parents sont une pièce importante du puzzle. L'enfant en a besoin pour se construire. En complément, je peux également travailler en guidance pour aider les parents à être dans une communication bienveillante. Les frères et les sœurs ont aussi une place. Je suggère d'ailleurs d'avoir au moins une séance de travail avec eux. Ils sont malheureusement souvent oubliés alors qu'ils sont souvent impactés.



Conclusions :

Le coaching ne remplace en aucun cas une psychothérapie.

Il traite « aujourd'hui » et « demain », mais ne revient pas sur « hier ».

L'espace de confidentialité avec le jeune est préservé.

Toutefois, la première séance peut se faire en présence d'un ou des parents.

Un contrat « tripartite » est signé.

Une convention de coaching est signée par le jeune et par moi-même afin de déterminer les règles de fonctionnement du coaching. Une autre est signée avec le/les parents en charge.

