

Éducation positive... Et si l'on apprenait à devenir un parent bienveillant ?

Les bienfaits de l'éducation bienveillante et positive ne sont plus à prouver et de plus en plus de parents ont véritablement envie de s'engager sur cette voie. Retrouver une relation sereine et une atmosphère détendue et ne plus être constamment dans la confrontation avec son enfant, voilà qui fait rêver de nombreuses personnes.

Mais comment réussir à garder son calme lorsque son enfant pique une terrible colère au beau milieu d'une rue bondée de passants ? Comment ne pas s'énerver lorsqu'il ne vient pas à table malgré de nombreuses demandes ou qu'il enchaine les bêtises pour tester les nerfs de ses parents ?

Est-ce vraiment possible ? N'est-ce pas réservé à des personnes au tempérament calme et patient ? C'est pour proposer des solutions concrètes aux parents que le blog [Cool Parents Make Happy Kids](#) s'engage avec passion et bonne humeur en faveur d'une éducation positive accessible à tous.

Après le succès de son livre éponyme, Charlotte Ducharme sélectionne les meilleures formations à la parentalité positive.



Cool Parents
make Happy Kids

Cool Parents Make Happy Kids : apprendre pour ses enfants... et pour soi !

Depuis quelques années, les études scientifiques démontrent qu'une relation bienveillante, empathique et soutenante est essentielle au développement cognitif et affectif du cerveau de l'enfant. Les liens affectifs influencent à la fois les capacités de mémoire, d'apprentissage, de réflexion, mais aussi la gestion de nos émotions et la façon dont on communique avec les autres. Venue des pays anglo-saxons, la voie de l'éducation positive - ou parentalité bienveillante - connaît un succès grandissant.

Cependant, malgré l'envie et les convictions, il n'est pas aisé de laisser tomber des modèles et des principes d'éducation qui ont été durant de longues années nos seuls repères... À tel point qu'à l'heure de la pratique, après une journée de travail et quelques petites contrariétés, rester bienveillant face aux cris ou aux pleurs de nos enfants ne nous semble pas toujours être dans la nature du parent...

Pourtant, pour Charlotte Ducharme, maman bienveillante de 2 enfants, il n'y a pas de doute à avoir :

Non, ce n'est pas la nature du parent d'être autoritaire, impatient ou encore agressif ! Ce sont plutôt nos expériences passées, nos fausses croyances, une certaine pression sociale qui ont pu nous faire glisser vers ce type de comportement autoritaire. Prendre soin de nous est une condition sine-qua-non pour parvenir à s'occuper de ses enfants, les écouter et les accompagner avec davantage de patience et bienveillance. Or, retrouver de la sérénité passe par le développement personnel, la connaissance de soi, et c'est un véritable travail sur soi.

Pour accompagner tous les parents qui souhaitent, non pas devenir des parents parfaits, mais travailler sur eux-mêmes pour s'améliorer et améliorer leur quotidien, leurs relations aux autres et apprendre à devenir un parent encore plus bienveillant, Charlotte Ducharme a sélectionné des formations éprouvées et approuvées.

Elle confie,

Cool Parents Make Happy Kids propose des formations qui ont fait leurs preuves. Alliant coaching, échange d'expériences, mises en pratique, boîtes à outils, elles ont déjà aidé des milliers de parents à mieux vivre leur rôle et leur quotidien avec leurs enfants. On prend des cours de gym, de poterie, de photos... alors pourquoi ne pas se former au plus beau rôle de notre vie ?

Zoom sur les 3 premières formations sélectionnés par Cool Parents Make Happy Kids



Formation "Plus de complicité, moins de lutte avec nos enfants"

Cette formation sélectionnée par Charlotte dans le domaine de la parentalité ludique vise à apprendre à utiliser le jeu pour renouer avec son enfant.

Elle s'adresse à tous les parents fatigués d'avoir une relation basée sur l'autorité, la confrontation et l'opposition et voulant retrouver leur âme de parent drôle et léger.

Pour désamorcer les colères, et diminuer les refus de son enfant, la parentalité ludique propose de s'appuyer sur le langage préféré des enfants : le jeu. Non seulement elle permet d'établir une atmosphère alliant humour et joie, mais elle est surtout un moyen ultra puissant pour donner envie à l'enfant de coopérer et de faire équipe avec ses parents.

Transformer les contraintes et luttes autour du Brossage de dents, de l'habillage, du rangement ou encore du départ pour l'école en de vrais moments de partage, de rire et de joie, est une des choses à apprendre avec cette formation qui se révèle très efficace.

Formation à l'Education Positive

Parmi les nombreuses formations à l'éducation positive, Charlotte a choisi celle ayant eu les meilleurs retours de ses lecteurs. Elle est une véritable boîte à outils d'éducation positive avec des alternatives pour gérer le quotidien avec son enfant autrement que par le rapport de force.

Chaque semaine, il est possible de tester un de ces outils. L'avantage du E-learning et de cette formation, c'est qu'il est possible de tester chaque solution au fur et à mesure, au quotidien.

Apprendre à communiquer de manière non-violente et à exprimer ses sentiments font aussi partie des nombreux atouts de cette formation.

Formation "Dépasser son énervement, son agacement"

Savoir comment dépasser son énervement fait aussi partie des fondamentaux retenus par Charlotte Ducharme.

Cette formation s'adresse à toute personne fatiguée de s'énervier, et de s'agacer face aux comportements de ses enfants, de son conjoint ou même de ses collègues !

La formation propose d'effectuer un véritable travail sur soi-même pour prendre les choses avec plus de recul, pour aborder la vie plus sereinement.

Donner les clefs pour chasser les émotions négatives et adopter une attitude plus calme, telle est la vocation de cette formation.

Les + des formations Cool Parents Make Happy Kids

- Charlotte Ducharme teste de nombreuses formations e-learning et sélectionne les meilleures et les plus pertinentes à ses yeux.
- Les formations sont testées par des centaines de parents et retenues en fonction de leurs meilleurs retours.

Les parents sont reconnaissants des apports de ces formations et observent une véritable révolution dans leur quotidien. Les témoignages de personnes reconnaissantes sont nombreux, comme celui-ci :

Merci, car depuis trois semaines maintenant, j'ai retrouvé le plaisir d'être une Maman avec un grand « M ». Je suis sortie de cette spirale infernale des caprices en tous genres, cris, punitions et j'ai laissé au placard mon costume de mère tyrannique et intolérante pour retrouver ma place de maman aimante (je n'avais jamais cessé de l'être mais je ne le montrais plus assez), bienveillante et complice.

Et toujours le livre Cool Parents Make Happy Kids !

Véritable boîte à outils de la parentalité positive, le livre Cool Parents Make Happy Kids de Charlotte Ducharme propose une mise en application empirique du concept d'éducation positive.

Vendu à plus de 15 000 exemplaires depuis le mois de janvier, il connaît un succès fulgurant et a notamment été élu coup de cœur de la Fnac.

Un bon comportement à adopter, une bonne parole à prononcer, une décision « réflexe »... sont autant de solutions concrètes et efficaces dont les parents peuvent s'inspirer pour trouver leur propre éducation positive.

Cool Parents Make Happy Kids n'est ni un essai inspiré de grandes théories, ni un énième manuel d'éducation... Cool Parents Make Happy Kids est un partage, un partage à la fois d'expériences et de solutions vécues et éprouvées par une maman. A travers les différentes situations vécues, ce livre amène les parents à prendre du recul sur les conflits du quotidien, et en fonction des valeurs qu'ils veulent transmettre à leurs enfants, à agir différemment, de manière plus positive.

Le livre Cool Parents Make Happy Kids est disponible dans les librairies, et en ligne :

- sur la Fnac : <https://livre.fnac.com/a10130187/Charlotte-Ducharme-Cool-parents-make-happy-kids#int=NonApplicable|10130187|NonApplicable|L1>

- sur

Amazon : https://www.amazon.fr/gp/product/2501118162/ref=as_li_tl?ie=UTF8&camp=1642&creative=6746&creativeASIN=2501118162&linkCode=as2&tag=cooparmakhapk-21



Je voulais juste vous remercier pour votre livre. Il m'a permis de trouver des astuces qui me correspondent pour être plus bienveillante avec mes enfants. Et le plus réjouissant c'est que dans la grande majorité des cas ça fonctionne. Alors merci à vous car ça fait terriblement du bien de ne plus crier, ou presque, pour obtenir ce que je veux.

Perrine, une maman plus cool

A propos de Charlotte Ducharme

Diplômée de l'université Paris Dauphine et de l'Em Lyon, Charlotte Ducharme a travaillé 10 ans pour des clients RH et n'hésite pas à s'inspirer parfois des nouveaux modes de management pour appliquer de nouveaux principes dans l'éducation de ses deux enfants !

Installée à Paris, cette maman de 34 ans est en effet une passionnée d'éducation, sensible aux émotions des enfants qu'elle croise dans son entourage, mais aussi au coin d'une rue ou dans les allées d'un parc. Alors, Charlotte Ducharme a eu envie de partager avec le grand public ses expériences et ses idées pour contribuer à rendre l'éducation positive accessible à tous. Un an après le lancement de son blog Cool Parents Make Happy Kids, elle publie son livre éponyme, paru en janvier 2017 aux éditions Marabout.



Sa philosophie ? « *Il n'existe pas de parents parfaits mais je suis convaincue que chaque petit pas que nous faisons vers une éducation plus positive, permet de faire de demain un monde de relations plus empathiques, moins basées sur des relations de dominé/dominant, mais davantage basées sur le respect mutuel. Chaque petit pas vers l'éducation positive est un pas de plus vers un monde de paix* ».

Pour en savoir plus

Site web : <http://www.coolparentsmakehappykids.com>

Facebook : <https://www.facebook.com/coolparentsmakehappykids/>

Contact presse

Charlotte Ducharme

Mail : charlotte@coolparentsmakehappykids.com

Tel. 06 74 48 14 39