

Prévenir l'épuisement parental



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants et/ou des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté

OBJECTIFS

Mieux comprendre les mécanismes du burn-out parental pour s'en sortir ou l'éviter.

Les parents d'aujourd'hui doivent affronter un surprenant paradoxe : ils disposent certes de très nombreuses ressources et aides, mais subissent en parallèle la pression d'être de « super-parents ». L'épuisement parental peut dès lors concerner chacun d'entre nous. Pour l'éviter, il est essentiel d'en connaître les mécanismes.



extrait de la conférence



VOUS ALLEZ ...



Mieux comprendre les multiples pressions que subissent les parents aujourd'hui



Découvrir les 4 dimensions du burn-out parental



Identifier des pistes concrètes et pragmatiques pour offrir aux parents un répit adapté et



Hamid, papa de 2 enfants

J'ai enfin pu mettre des mots sur ce qui nous est arrivé avec mon épouse et revenir à la maison avec des pistes claires.