

JOUR
2
OUTIL PRATIQUE

EXERCICE SUR LES VALEURS FAMILIALES

CHAQUE ADULTE DÉBUTE DANS SON RÔLE PARENTAL AVEC DES «VALISES» BIEN DIFFÉRENTES.

↳ L'éducation reçue, Les valeurs, Les croyances et La personnalité de chacun teintent la façon d'être parent et peuvent entraîner des conflits.

Ces dissensions sont courantes et normales, mais dans certaines familles elles prennent des proportions si grandes qu'elles peuvent engendrer des malaises importants chez les enfants et contribuer à la scission du couple.

Pour éviter que nos différences ne viennent pourrir le quotidien de tous, il importe donc chercher un terrain d'entente qui permettra, par la suite, d'établir un cadre commun à partir duquel on pourra ensuite établir les règles et les attentes envers les enfants.

À TITRE DE PARENTS, POURQUOI ne pas préparer ensemble votre CHARTRE DE VALEURS FAMILIALES?

- ↳ Afin de vous aider à cibler ce qui est important pour chacun de vous, voici un petit exercice de réflexion!
- ↳ Répondez individuellement aux questions suivantes, puis, avec votre conjoint(e), passez en revue vos réponses.

Préparez-vous à une formidable discussion qui vous permettra de beaucoup mieux comprendre votre conjoint et vous-même!





EXERCICE SUR LES VALEURS FAMILIALES

1- selon moi, quelles sont les trois qualités essentielles d'une bonne mère, d'un bon père?

1-

2-

3-

2- qu'est-ce qu'une bonne mère ou un bon père ne ferait jamais?

3- quelles sont les trois valeurs que je désire le plus transmettre à mes enfants?

1-

2-

3-

4- en quoi ces valeurs leur permettront d'être plus heureux dans leur vie d'enfant et d'adulte?





PARENTS-LEADERS

10 jours pour passer de parents RÉACTIFS à parents LEADERS!

5- QUELLES SONT LES VALEURS QUE MES PARENTS M'ONT TRANSMISES ET QUE J'AIMERAIS POUVOIR ENSEIGNER À MES ENFANTS?

6- QU'EST-CE QUE JE NE VEUX ABSOLUMENT PAS REPRODUIRE AVEC MES ENFANTS CONCERNANT L'ÉDUCATION QUE J'AI REÇU?

7- QUELLES SONT MES PLUS GRANDES CRAINTES POUR MES ENFANTS ET POUR NOTRE FAMILLE? QU'EST-CE QUE JE VEUX ÉVITER À TOUT PRIX?

8- DE QUOI AURAIS-JE BESOIN POUR SENTIR QUE JE FAIS DAVANTAGE ÉQUIPE AVEC MON CONJOINT OU MA CONJOINTE?





À LA LUMIÈRE DE CES QUESTIONNEMENTS, IL FAUT ÊTRE CONSCIENT(E)

DE 4 CHOSES ESSENTIELLES :



IL N'EXISTE PAS DE BONNES OU MAUVAISES VALEURS. AINSI, MÊME SI LES VALEURS DE VOTRE CONJOINT NE SONT PAS LES VÔTRES, ELLES APPORTERONT QUELQUE CHOSE D'IMPORTANT À VOS ENFANTS.



SI VOUS TENTEZ D'ALLER À L'ENCONTRE DES VALEURS FONDAMENTALES DE VOTRE CONJOINT, VOUS RISQUEZ D'ÊTRE EN CONFLIT PERPÉTUELS. VAUT ALORS MIEUX LÂCHER PRISE ET LE SOUTENIR DANS CE QUI EST IMPORTANT POUR LUI.



VOS VALEURS DEVRAIENT SERVIR DE BASE À L'ÉTABLISSEMENT DES RÈGLES, DES ROUTINES ET DU MODE DE VIE FAMILIAL.



FAITES ATTENTION À VOS PEURS! QUAND NOUS CRAIGNONS D'ÊTRE « TROP CECI » NOUS RISQUONS D'ALLER À L'EXTRÊME INVERSE ET DE N'ÊTRE « PAS ASSEZ CELA » AINSI, SI JE CRAINS D'ÊTRE TROP SÉVÈRE, JE RISQUE D'ÊTRE TROP PERMISSIVE. SI J'AI MANQUÉ D'AFFECTION, JE RISQUE DE DEVENIR CARRÉMENT COLLANTE ENVERS MES ENFANTS.

**NOUS VOUS SOUHAITONS UNE BONNE DISCUSSION
MAIS SURTOUT, UNE BELLE RÉFLEXION!**





PARENTS-LEADERS

10 jours pour passer de parents RÉACTIFS à parents LEADERS!



La matrice DES ATTENTES

CHOISISSEZ UNE
VALEUR IMPORTANTE
POUR VOTRE FAMILLE...

comment se **COMPORTE** quelqu'un QUI ADOPTE CETTE VALEUR?

ET QUE **ne FERAIT JAMAIS** quelqu'un QUI A CETTE VALEUR?

on se retrouve demain
POUR LE DÉFI #3!!

Pour nos Formations en Ligne :
INSTITUTCOACHINGFAMILIAL.COM

BESOIN D'UN COACH FAMILIAL?
SOSNANCY.COM

Pour rejoindre notre groupe Privé DÉFI 2023
(nous y sommes en Direct à tous Les Jours) :
GROUPE FB DÉFI Parents-Leaders 2023

NANCY ET MARTIN! XXX

