

<p>BOOSTER N° 9</p>	
<p>Rendez-vous « Famille » Rendez-vous « Duo »</p>	
<p><u>DESCRIPTIF :</u></p> <p>Instaurez un moment privilégié dédié à l'échange et boostez la communication entre les membres de la famille. Mettez en place des « rendez-vous famille » et « rendez-vous Duo ».</p> <p>Le premier associera les enfants qui en seront les acteurs principaux. Le second se fera entre adultes. Il est important de dissocier les 2 rendez-vous qui n'auront pas les mêmes objectifs.</p> <p><u>Ordre du jour type pour un rendez-vous « Famille » :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bilan de la semaine écoulée • Humeur, difficultés, satisfactions du moment • Libre expression • Projection sur la semaine à venir • Projets/loisirs du mois <p><u>Ordre du jour type pour un rendez-vous « Duo » :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bilan des objectifs et de la semaine écoulée • Humeur, difficultés, satisfactions du moment • Bilan personnel (= Moi/Toi « en mieux », que peut-on améliorer ?) • Education des enfants • Projets/Objectifs semaine à venir • Point planning 	
<p><u>DUREE A PREVOIR - RYTHME / PERIODICITE :</u> 30' à 1h Max préconisé ; A faire <u>toutes les semaines</u>. Instaurez un créneau fixe à noter dans vos agendas.</p>	
<p><u>MATERIEL NECESSAIRE :</u> Ouvrir un cahier de notes dédié.</p>	<p><u>RESSOURCES :</u> Néant.</p>
<p><u>BENEFICES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Maintenir les relations, instaurer une complicité, une harmonie • Favoriser la communication, les 	<p><u>INCONVENIENTS :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Etre prêt à entendre et accepter ce que les autres ont à nous dire • Accepter de se remettre en question • Réussir à mobiliser les enfants

<p>échanges, le partage de ressentis, d'émotions</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faire le bilan, se projeter • Prendre des décisions communes • Prévenir, résoudre les problèmes, tensions, baisses de morale, de motivation • Se dire les choses, pas de sous-entendus, d'interprétation 	
<p><u>ASTUCES / CONSEILS :</u></p> <p>Pour faire participer les enfants dès le plus jeune âge et les inciter à parler, <u>rédigez au préalable quelques questions simples</u> à leur faire tirer au sort chaque semaine (De quoi es-tu fier cette semaine ? Qu'est ce qui t'a rendu triste ? Dessines ton « bonhomme sourire »,...).</p> <p>Les rendez-vous « famille » sont également l'occasion de se lancer des <u>défis hebdomadaires</u> (les enfants aux parents et vice-versa). De temps en temps proposez des défis rigolos.</p> <p>Quelques exemples : Ranger ta chambre ; papa doit venir nous chercher à l'école ; faire 3 fois de sport dans la semaine ; imiter le singe ; raconter une histoire drôle ; faire ta plus belle grimace ;...</p> <p>De ces réunions ressortiront des <u>« pépites »</u> dont vous n'avez pas idée...Par exemple dans notre cas, la mise en place des 5 Jokers par enfant. Concrètement, 5 interdits sont levés exceptionnellement 1 fois par an sur présentation de leur joker et sans contestation possible des parents.</p> <p>Exemple : Chaque enfant peut ne pas aller à l'école, manger ce qu'il veut, demander à papa/maman de ne pas aller travailler,...</p>	