



Approche empathique
& accompagnement émotionnel

Rachel Dietrich

Coach parental

07 82 96 24 48

rhl.dietrich@gmail.com

@dietrichcoaching

www.dietrich-coaching.com

CHARTRE DES VALEURS DU COACH EN APPROCHE EMPATHIQUE DE L'ENFANT

Le non jugement

Je m'abstiens de jugement tant sur les personnes qui viennent me consulter que sur les personnes les entourant, enfants, conjoints, parents, collègues... au profit d'un regard multifactoriel sur les situations.

L'empathie et l'accueil des émotions

Les émotions sont des réactions naturelles et adaptatives saines. J'encourage chacun à lever le refoulement, à éprouver et exprimer ses émotions pour autant qu'elles ne soient pas des réactions émotionnelles parasites. J'accompagne chacun dans le décodage de ces dernières. L'expression des émotions libère les tensions. L'expression des parasites les renforce.

La théorie de l'attachement

J'adhère à la théorie de l'attachement en ayant conscience de son incompatibilité avec la théorie freudienne des pulsions et de l'œdipe. L'humain n'est pas animé de pulsions à réprimer mais est un être social et l'attachement est un besoin primaire. Les pratiques de maternage et paternage de proximité, allaitement, cododo, portage sont naturelles. Elles diminuent les risques d'inceste. Je suis conscient(e) que l'allaitement maternel exclusif pendant les six mois suivant la naissance est à présent considéré comme un objectif mondial de santé publique(OMS) – Téter satisfait non seulement les besoins alimentaires, mais le besoin d'attachement.

L'approche empathique

Les comportements des enfants (ou des adultes) jugés inadéquats ou disproportionnés ne sont ni des caprices ni des provocations, mais des symptômes ou conséquences de besoins non satisfaits notamment d'attachement. Le comportement-problème est une tentative de solution, charge aux adultes de trouver le problème auquel l'enfant (ou l'adulte) fait face.

La non-violence

Les mains adultes sont là pour soutenir, protéger, aider, caresser, non pour frapper. Il est possible d'accompagner un enfant dans la vie sans gifle, ni tape, ni fessée, ni aucun châtiment corporel. Punitons, cris, menaces, jugements, dévalorisations, tout ce qui fait peur ou honte à l'enfant le blesse en profondeur. S'il arrive à un parent ou à un professionnel excédé d'y recourir, c'est par épuisement et/ou automatisme acquis dans sa propre histoire, ce n'est en aucun cas éducatif. La sexualité de l'enfant a besoin d'être protégée des désirs adultes.

Le respect de l'individualité et du pouvoir personnel des personnes qui viennent me consulter

Je peux donner des informations mais je m'abstiens de donner mon avis ou tout conseil voire d'orienter de quelque manière que ce soit les décisions du client quant à sa vie (travail, couple, famille, santé...).