



## Coaching familial

### Notre approche du coaching familial

La majorité des familles traverse des périodes plus ou moins difficiles, des moments de crise où se ressent le besoin à certaines étapes de leur vie de famille de faire le point, de mettre les choses à plat ou encore de prendre un nouveau départ.

Le coach systémicien considère la famille ainsi que chaque membre avec tout ce qui fait sa spécificité, sa singularité et aborde l'accompagnement avec la question centrale du « comment » : comment la famille et comment chacun des acteurs fonctionnent, comment ils vivent leur problème, leur développement et comment puis-je les accompagner pour qu'ils trouvent les solutions les plus adaptés pour eux dans leur environnement spécifique ? Le coach systémicien va construire avec la famille une intervention sur mesure et totalement personnalisée qui garantira une progression respectueuse de la famille, des acteurs eux-mêmes et de leur environnement. Le coach systémicien considère la famille, les acteurs individuellement, les interactions cognitives de chacun avec eux-mêmes, les interactions dans la famille et les interactions avec l'environnement, avec le système dans lequel elle évolue, mais aussi avec les contraintes, la culture et les spécificités de chacun et de l'environnement.

Le coaching familial est une alternative à la thérapie familiale et les familles qui font appel à un coach considère généralement que leur difficulté n'est pas suffisamment proche d'un comportement pathologique pour faire appel à un thérapeute.

Un coaching systémique de famille se déroule sur une moyenne de 2 à 10 séances avec un espacement de 2 à 4 semaines entre les séances en fonction de la situation, de l'urgence, des sujets abordés ou encore des échéances particulière liées à l'activité de la famille et de chacun. Un coaching se déroule en général sur une période de 2 à 12 mois, le facteur temps étant dans certains cas un point majeur pour obtenir les évolutions souhaitées, la consolidation qui garantira la pérennité et l'autonomie de la famille qui pourra ainsi poursuivre ses apprentissages et ses évolutions.

Avant que le coaché et la famille ne s'engagent dans la démarche de coaching, ils se rencontrent pour un entretien préalable qui sera l'occasion de faire connaissance et de mettre à jour les besoins et objectifs de la famille et de chacun des membres. Le coach pourra alors dire s'il peut répondre à la demande, de quelle manière et répondra à toutes les questions qui seront nécessaires pour permettre à la famille de prendre sa décision. Un temps de réflexion et de recul sera alors proposé afin de définir si elle souhaite s'engager ou non.

Les spécificités des demandes peuvent amener à rencontrer l'ensemble de la famille ou une partie, voir un seul membre de la famille. Il est à noter qu'avec une approche systémique, ce n'est pas forcément une personne désignée par les autres comme posant des difficultés qui sera suivie, le coach pouvant travailler avec un autre membre tout en permettant le changement et l'évolution attendue.



### **A qui s'adresse le coaching familial ?**

Le coaching familiale s'adresse à toute famille qui souhaite solutionner des difficultés relationnelles, faire le point et mettre à plat les difficultés, passer une période difficile, aider un des membres de la famille en difficulté, gérer une situation extérieure qui agit sur l'harmonie de la famille, prendre des décisions communes difficiles, retrouver un nouveau souffle...

### **Exemples de sujets abordés en coaching familial**

- Difficultés relationnelles, conflits, tensions
- Apprendre à échanger, écouter, mieux connaître les autres
- Savoir concilier les besoins et envies de chacun
- Trouver ou retrouver un équilibre, une harmonie
- Savoir concilier projets individuels et projets de famille
- Se respecter tout en respectant les autres
- Traverser ensemble une période difficile, de crise
- Mieux gérer ensemble les aléas de la vie, un épisode compliqué
- Savoir faire le deuil ensemble d'une personne, d'une situation
- Passer les étapes de vie ensemble
- Gérer l'arrivée d'un nouveau membre dans la famille
- Gérer un enfant, adolescent en difficulté scolaire
- Gérer ensemble les relations avec les familles respectives élargies
- Préparer son projet familial
- Accompagner l'autre dans la difficulté, la souffrance
- Concilier des personnalités différentes
- Gérer et aider un enfant différent : maladie, handicap, apparence, surdoué, orientation sexuelle...
- Gérer au mieux la séparation : pour le couple, pour les enfants, pour la famille
- Gérer une famille recomposée
- Bien vivre ensemble sa différence familiale : ethnie, religion, familles mixtes, idéologie, handicaps...

### **Tarifs**

En fonction de la mission – Devis à l'issue de l'entretien préalable