

PARENTS & PROFESSIONNEL.LE.S DE PROTECTION DE L'ENFANCE PENSER ENSEMBLE DES SOUTIENS À L'EVARS (ÉDUCATION À LA VIE AFFECTIVE RELATIONNELLE ET SEXUELLE) Synthèse et fiches action - 2026

CONTEXTE DU PROJET

2025

- Ateliers avec des mères en lien avec l'ASE : émergence des thèmes et attentes autour de l'EVARS.
- Rédaction d'une synthèse à [lire ici !](#)



2026

- Ateliers avec des mères et des professionnel.le.s pour identifier les enjeux et les modalités pratiques.
- Élaboration des fiches actions et présentation à l'OMPE (17/06/26)

MÉTHODOLOGIE

- Réunions d'information en visio pour les professionnel.le.s (attentes et engagement)
- Mobilisation des parents concernés par l'ASE (échanges individuels au téléphone)
- TEMPS 1 : Avec des professionnel.le.s, échanges sur les modalités d'accompagnement des familles, sur leurs besoins et attentes liées à cette thématique.
- TEMPS 2 : Avec des mères : identifier les attentes et les modalités possibles d'un appui par les professionnel.le.s au sein des mesures ASE.
- TEMPS 3 : Atelier réunissant des mères et des professionnel.le.s pour identifier concrètement des outils à utiliser ensemble, des attentes et des conditions pour travailler ces sujets.

POURQUOI CE PROJET ?

- Faire avec les parents, en les associant en amont, en s'appuyant sur leurs analyses et leurs expériences ;
- Développer des soutiens en tenant compte des réalités de chacun : précarités vécues par les parents, complexités de l'action des professionnel.le.s ;
- Valoriser des outils et des postures pour que les parents en protection de l'enfance soient soutenus dans l'EVARS.

QUI SOMMES NOUS ?

- Concilia'bulles : Association d'intervention sociale collective et formation professionnelle dans le champ du soutien à la parentalité.
- MRIE (Mission Régionale d'Information sur l'Exclusion) : Connaitre pour agir contre la pauvreté, soutenir l'innovation sociale, renforcer les compétences des acteurs.

Deux associations aux expertises complémentaires valorisant le pouvoir d'agir, la participation des personnes, la prise en compte des conditions de vie.

CE QU'ON APPREND DES REGARDS CROISÉS PARENTS ET PROFESSIONNEL.LE.S. QUELLES CONDITIONS POUR TRAVAILLER ENSEMBLE CES SUJETS ?

- Les enjeux de l'EVARS sont multiples : professionnel.le.s et parents n'ont **pas les mêmes enjeux en tête** quand on annonce le sujet.

Du côté des professionnel.le.s, les enjeux pensés de prime abord : sexualité ; rapport au corps ; consentement ; prévention des violences...

Du côté des mères : accompagner les enfants dans la non-reproduction des violences sexistes (notamment conjugales) auxquelles ils ont assisté ; aider les enfants à sortir des violences et harcèlement entre pairs (à l'école, dans la famille...).

- Le vocabulaire et les objectifs des propositions ont donc besoin d'être **explicités et simplifiés**.
- Plus on passe de temps, plus on peut aborder des **enjeux intimes**. La **confiance et le cadre de la rencontre** sont indispensables pour le faire.

Pour se rencontrer réellement, et pouvoir aborder ces sujets, il est nécessaire de **tenir compte des conditions de vie des familles (précarités, isolement, trauma vécus, interculturalité...)**.

- Les temps en groupe favorisent **la pair-aidance** : sur ces sujets, c'est précieux !
- Une **posture "d'animatrice"** de la réflexion, à partir d'**outils choisis**, favorise le partage et la possibilité pour chaque parent de se saisir de ce qui sera **discuté, présenté, construit ensemble**.

Les besoins concernant l'Evars

... DÉCRITS PAR LES PROFESSIONNEL.LE.S

1. Être mieux outillé.e.s
2. Développer des actions collectives
3. Soutenir davantage la place des parents
4. Aborder l'EVARS de manière plus positive et progressive
5. Échanger entre professionnel.le.s concernant les pratiques
6. Mieux articuler accompagnement et orientation
7. Prendre en compte les dimensions culturelles et sociales

... DÉCRITS PAR LES PARENTS

1. Des outils concrets, accessibles et participatifs
2. Être valorisé dans leur rôle parental
3. Une relation plus collaborative avec les professionnel.le.s
4. Des espaces de parole sécurisants
5. Du soutien autour des enjeux de l'adolescence

AU SEIN DE L'EVARS, 3 THÉMATIQUES ABORDÉES

Les ateliers avec les mères en 2025, puis en 2026, ont permis de faire émerger plusieurs sujets pour lesquels il existait une demande d'un travail avec des professionnel.le.s dans le cadre des mesures de protection de l'enfance (accompagnement éducatif en milieu ouvert, rencontres médiatisées, placement, protection judiciaire de la jeunesse, prévention...). Cela ne signifie pas que l'EVARS se réduit à ces seuls thèmes pour ces mères, mais que concernant ces thèmes, il y a le sentiment d'être démunies et volontaires pour tester de nouvelles choses. Les professionnelles rencontrées ont confirmé leur intérêt pour construire avec les parents des actions permettant d'accompagner ces sujets.

FORCES ET DES COMPÉTENCES DES PARENTS

- Un point de départ à construire dans la relation d'accompagnement : l'importance de valoriser les compétences parentales, en reconnaissant les valeurs sur lesquelles elles s'appuient ;
- Pour co-construire une démarche respectueuse d'aborder les enjeux EVARS ;
- Besoin d'encouragements et de sortir d'un cadre trop normatif pour trouver des solutions adaptées.

VIOLENCES SUBIES EN TANT QUE FEMME, COMMENT EN PARLER AUX ENFANTS TÉMOINS ?

- Des mères qui se questionnent : sentant qu'il existe le besoin d'un dialogue avec leur enfant sur des scènes de violence conjugale qu'il a vu ou entendu.
- La reconnaissance du statut de victime de l'enfant qui a été témoin des violences subies par sa mère, sans pour autant de "mode d'emploi" sur l'accompagnement parental ensuite.
- Une inquiétude sur le risque pour l'enfant de reconduire des rapports de domination dans le couple et dans toute forme de relation, et de considérer comme ordinaires et acceptables ces violences.
- Une difficulté de faire avec le trauma existant à titre personnel et l'accompagnement du trauma de l'enfant, sans être dans une posture thérapeutique.
- Un besoin large et prenant diverses formes autour de ce sujet, nommé par les mères et observé par les professionnel.le.s.

VIOLENCES ENTRE ENFANTS DANS DIFFÉRENTS CONTEXTES

- Harcèlement : que l'enfant soit auteur ou victime
- Relation parent-enfant au niveau de l'autorité : quand un adolescent transgresse le cadre relationnel avec ses pairs
- Réseaux sociaux et leurs impacts sur l'estime de soi, sur l'exposition, sur les exemples donnés ou pris...
- Estime de soi et place de l'enfant dans le groupe
- Fréquentations entre jeunes, influence des pairs et place du parent dans des moments d'éloignement.

RESSOURCES PROPOSÉES :

- **FICHES - ACTION PAR THÈME TRAVAILLÉ**
- **RÉPERTOIRE DES OUTILS PRÉSENTÉS DANS LES ATELIERS**

Les participantes ont vu dans ces outils un intérêt fort, en tant que support facilitant :

- les échanges avec les enfants (par des outils qu'elles apprendraient à utiliser avec les professionnel.le.s)
- la communication avec les travailleurs sociaux ; les jeux, ouvrages, vidéos vues ensemble, etc. permettant un pas de côté dans le dialogue ordinaire.

Des fiches pensées comme des moyens d'inspirer et d'outiller : non comme des recettes toutes faites.

IDENTIFIER ET VALORISER LES FORCES ET LES COMPÉTENCES DES PARENTS

Des repères pour construire ensemble un cadre d'accompagnement de l'EVARS

FICHE ACTION

1



- Parents et professionnel.le.s, en individuel ou en temps collectif.
- Parents et enfants, en présence d'un.e professionnel.le.



Proposition de mise en place

- Présenter l'outil choisi en expliquant l'intérêt pour mieux se connaître, et partager le plus librement possible.
- Si possible à l'issue du temps garder une trace des points-clé, pour envisager ensuite d'autres outils, ajustés aux forces du parent, et permettant de les rendre visibles aux yeux de l'enfant.

En collectif ou en individuel ?

Les deux sont possibles !
Mais un temps en individuel entre parent et professionnel permet ensuite de débriefer pour retenir les points clés qui vont orienter la façon de travailler ensemble.



Quels outils pour quelles visées ?

1) IDENTIFIER LES VALEURS AU CŒUR DU TRAVAIL PARENTAL & LES ATTENTES CONCERNANT LE FORMAT DE L'ACCOMPAGNEMENT

Objectifs : Favoriser la confiance et l'interconnaissance ; aborder les enjeux intimes et concrets en évoquant d'abord les principes qui nous guident.

Concrètement : Avec par exemple l'outil "espace de liberté" ou "jeu des valeurs" ou "cartes des besoins" ou "Totem"... on propose de nommer, expliciter et identifier les valeurs clés pour chacun.e. On peut proposer de donner des exemples, et de les relier progressivement aux attentes pour travailler l'EVARS.



2) PARTIR DES RESSENTIS CONCERNANT LES LIENS PARENT-PRO

Objectifs : Nommer les émotions et les besoins, identifier les pas de côté et le cadre à construire pour solidifier la confiance. **Concrètement :** Plusieurs outils permettent de nommer les émotions et les sentiments : par exemple les cartes des émotions, les émotibulles (affiche)... et permettent de partir du présent, ou d'une situation vécue qu'on propose de raconter, pour lancer l'échange sur les attentes.



D'autres outils complémentaires sur ce thème

- Évoquer les valeurs et les visées dans le travail parental : "cartes des valeurs personnelles et familiales" (Grandir en pleine conscience)
- Avancer dans la résolution de tensions : "Les cercles d'entraide" (Collectif Fertile)
- Interroger les stéréotypes pour mieux les déconstruire, dans le lien parent / professionnel et dans la parentalité : "Jeu des stéréotypes" (Flaubert and co.)



VIOLENCES SUBIES EN TANT QUE FEMME, COMMENT EN PARLER AVEC LES ENFANTS TÉMOINS ?

FICHE ACTION 2

Pour quel(s) public(s) ?



- Des mères accompagnées d'enfants de tous âges : ces outils pouvant être adaptés selon l'âge et la compréhension de l'enfant.
- Des situations de violences passées, qui n'existent plus au présent, qui ont été nommées et reconnues par les mères.

Proposition de mise en place



- Lors d'un échange sans les enfants, présenter l'outil à la/les mère(s). Lui/leur proposer d'essayer concrètement l'outil (visionner les vidéos, ouvrir les thèmes de la cocotte en papier, parcourir les propositions de lettres à dessiner/écrire) : comment se projette-t-elle dans l'utilisation ? Pour vous, pourquoi cela vous semble-t-il adapté ? Et qu'en pense-t-elle ?
- Lors d'un autre temps, avec l'enfant, définir le temps et l'espace nécessaire pour réaliser une étape ou plusieurs parmi celles proposées.
- Pensez à proposer un bilan de cet outil et un partage d'expérience entre mères l'ayant utilisé.

En collectif ou en individuel ?

Les deux sont possibles !

Cependant, ces outils sont d'abord pensés pour que les mères puissent les mobiliser pour créer avec leur enfant un temps d'échange sur le sujet. C'est donc la mère, et l'enfant, qui sauront si ces outils seront plus ajustés de façon privée ou dans un temps collectif.



Quels outils pour quelles visées ?

1) "LA BOITE AUX LETTRES" :

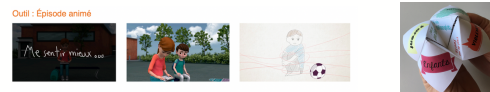
Pour un dialogue au long cours, par étapes progressives, sur les ressentis du parent et de l'enfant.

Objectifs : briser le silence ; espace de partage (bidirectionnel), expression des émotions ; valoriser le positif de la relation et le renforcer ; favoriser le pouvoir d'agir des femmes et des enfants.

Concrètement : la mère et l'enfant vont séparément (ou ensemble en "dyade") écrire/dire/dessiner, pour s'adresser l'un à l'autre sur un des 10 sujets proposés (notre histoire, ce qu'on aime, etc.)



2) "ME SENTIR MIEUX"



Une série d'activités : vidéos destinées aux enfants et jeu en papier "cocotte" (appelée coin-coin au Québec) pour faire correspondre des vécus avec des propositions pour se détendre et s'exprimer.

D'autres outils complémentaires sur ce thème

Mettre des mots sur les émotions, les sentiments et les ressentis => par exemple avec les "Cartes des besoins" (Léa Brugger)

Partager autour des valeurs, des intentions, des idéaux (Jeu des valeurs : Bilan 5.3, cité par Labo Philo)

Déconstruire les stéréotypes sexués, réfléchir aux rapports femmes/hommes dans la société (famille, travail, sport, culture) => Jeu de cartes édité par Flaubert and co.



SOUTENIR LES PARENTS DANS L'ACCOMPAGNEMENT DES DIFFICULTÉS DE L'ENFANT DANS SES RELATIONS AVEC LES AUTRES ENFANTS

(violences, estime de soi, place dans le groupe...)

FICHE ACTION

3



- Parents et enfants ; groupe d'enfants
- Outils pouvant être adaptés selon l'âge et la compréhension de l'enfant.
- A partir de difficultés repérées par les parents ou évoquées par les enfants, ou si repérées par les professionnels déjà abordées avec eux.



Proposition de mise en place

- Selon que les enfants sont là ou non, adapter la mise en place. Proposer d'essayer concrètement l'outil. Quelle projection dans l'utilisation ? Pour vous, pourquoi cela vous semble-t-il adapté ? Et qu'en pensez-vous ? Des adaptations sont-elles nécessaires (traduction, utilisation de picto ?)
- Pensez à proposer un bilan de cet outil et un partage d'expérience entre parents l'ayant utilisé.

En collectif ou en individuel ?

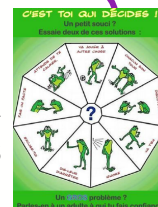
Les deux sont possibles ! Ces outils peuvent être mobilisés par les parents, ou par des professionnel.le.s, et s'adresser à un ou plusieurs enfants selon l'animation prévue.



Quels outils pour quelles visées ?

1) IDENTIFIER ENSEMBLE DES MOYENS D'AGIR DANS LES CONFLITS

Objectifs : échanger sur les conflits, sur les raisons du positionnement individuel, imaginer des alternatives... **Concrètement** : par exemple, en évoquant une situation qui a été difficile (mais pas dans l'instant, plutôt a posteriori), proposer à chacun d'identifier les solutions qui auraient pu être tentées, et échanger sur celles-ci. Ou bien, lancer des défis "demain, s'il se passe ceci, je tente cette solution ..."



2) ABORDER LES RELATIONS ENTRE ADOS (RÉSEAUX, AMITIÉS, SENTIMENTS..) : JEU FEELINGS (9 -20 ANS)

Objectifs : prévention du harcèlement, conscientisation, agir sur les mécanismes, comprendre les ressentis existants. **Concrètement** : un jeu créé par des professionnel.le.s de la protection de l'enfance et de l'égalité F/H, pour partir de situations concrètes (notamment insérer les vôtres) et démêler les positions de chacun. Puis animer des échanges individuels ou collectifs en prolongement.



D'autres outils complémentaires sur ce thème

Des albums à partir de 3 ou 5 ans pour aborder l'affirmation de soi, le respect des autres et des différences...

Des cartes affirmations pour lancer des débats sur les enjeux des écrans dans les relations sociales (Mpdia.fr / 3-6-9-12.org ...)

Le "respectomètre" pour échanger entre parent et enfant, ou entre enfants, sur des situations d'atteintes morales ou physiques et aider à définir ce que veut dire "se sentir bien dans sa relation avec les autres"...



REPERTOIRE DES RESSOURCES

En général, les ressources citées sont libres de droit et accessibles en ligne, les crédits devant être mentionnés. Certaines ressources sont cependant des jeux sérieux ou des ouvrages commercialisés, qui peuvent être disponibles dans les centres de ressources spécialisés.

Ce répertoire n'est pas exhaustif ! De très nombreuses autres propositions existent, à modifier en fonction des projets et intentions...

AVANT DE SE LANCER : DES CONDITIONS POUR UTILISER CES OUTILS...

Condition préalables pour sortir un outil du sac ou de l'étagère...

- Avoir déterminé la visée, l'objectif de l'utilisation d'un outil ;
- S'assurer de l'accord de la famille pour aborder cette dimension de leur vie avec cet outil ;
- Maîtriser l'outil (en le testant avec des collègues), être à l'aise pour l'adapter au pied levé ;
- A l'inverse, dans certains contextes, certain.e.s professionnel.le.s trouvent intéressant de partager ce temps autour de cet outil comme une piste qu'on découvre ensemble ;
- Proposer aux familles d'apporter également des outils d'expression qu'elles veulent partager ;
- Des temps ludiques pour donner du sens aux choix et aux pratiques, sans jugement.



Construire une stratégie pour aller vers les parents les plus éloignés... premières pistes et éléments encore en suspend.

- Vivre dans le présent : savoir repérer le moment où l'échange est possible, et celui où d'autres préoccupations sont plus fortes ;
- Tenir compte des conditions de vie et des situations d'interculturalité : pouvoir aborder des empêchements concrets, des valeurs et des principes issus de l'éducation reçue ;
- Garder en tête que ce temps proposé est "important mais pas sérieux" : savoir dédramatiser des deux côtés (parents et professionnel.le.s) ;
- La créativité dans l'accompagnement est d'abord nourrie par la posture, les outils ne sont que des outils... L'enjeu de la rencontre par une écoute réelle reste la condition indispensable pour aborder les enjeux EVARS ;
- L'EVARS est abordée différemment selon les positionnements éthiques et philosophiques des structures proposant des actions ou des outils. Les propositions qui suivent s'inscrivent dans les questions d'égalité F/H et de respect des droits des personnes.

REPERTOIRE DES RESSOURCES



IDENTIFIER ET VALORISER LES FORCES ET LES COMPÉTENCES DES PARENTS

Jeu des valeurs : www.labophilo.fr

Ressources pour développer les compétences psychosociales et animer des temps de réflexivité, pour les enfants ou les adultes.



Cartes sur les valeurs personnelles et familiales

<https://www.grandirenpleineconscience.com/produit-page/jeux-de-cartes-valeurs-personnelles-familiales>



Cartes des besoins : un support pour lancer l'échange sur les besoins et les choses déjà développées, ou non, pour y répondre...

Développées par Léa Brügger, psychologue clinicienne
<https://papapositive.fr/40-cartes-besoins-a-telecharger/>

LES CARTES DES BESOINS

- Sociaux
- D'estime de soi
- De liens familiaux
- Émotionnels
- De temps pour soi
- De sécurité affective
- Physiologiques
- Besoins particuliers



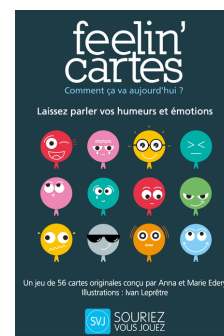
REPERTOIRE DES RESSOURCES



IDENTIFIER ET VALORISER LES FORCES ET LES COMPÉTENCES DES PARENTS

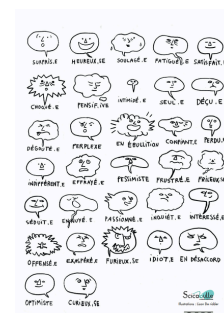
Feelin' Cartes - Cartes sur les émotions :

<https://www.jeux-cooperatifs.com/shop/le-langage-des-emotions/>

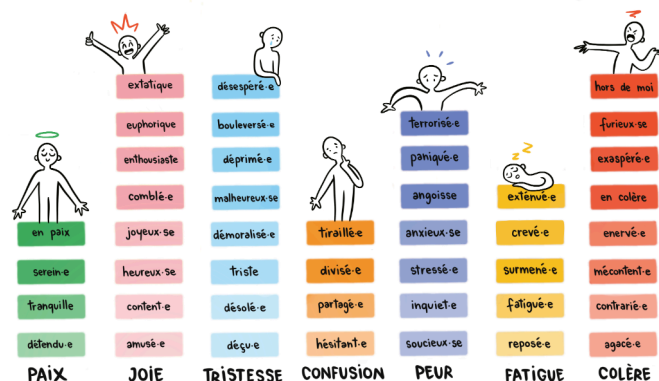


Les émotibulles de Scicabulle : une affiche à commenter pour définir ses ressentis

<https://scicabulle.com/media/images/p-56-emotibulles1.original.png>



COMMENT JE ME SENS ?



Comment je me sens ? A partir d'adjectifs, une affiche pour parler des émotions.

A télécharger sur inscription gratuite, site du Collectif Fertiles

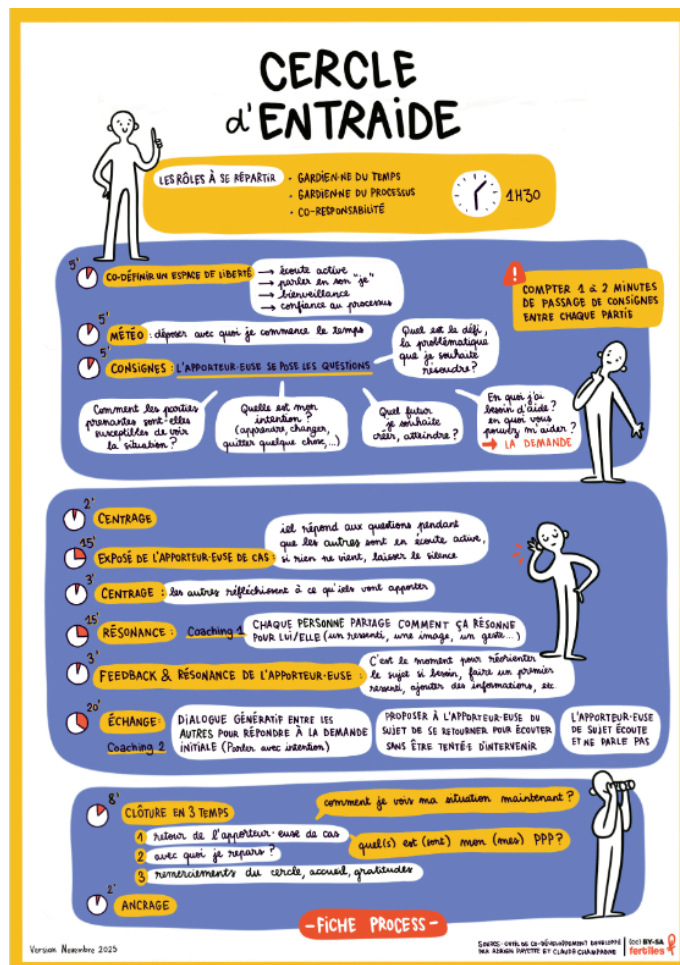
<https://fertiles.co/>

REPERTOIRE DES RESSOURCES

Cercles d'entraide - Collectif Fertiles

Proposition de méthode d'écoute collective animée.

Accessible gratuitement sur demande auprès du collectif :
<https://fertiles.co/>



L'espace de liberté - Collectif Fertiles

Pour aborder le cadre donné à une rencontre collective, ou un entretien individuel, en partant des valeurs et modalités attendues.

Cartes et affiche à télécharger librement sur inscription : <https://fertiles.co/>



INTRODUCTION :

Ces principes permettent de constituer un **Espace de Liberté** dont **Chacun-e** est **garant-e** et qui est toujours **Évolutif** et **Objectable**.

Avant de demander aux autres de l'appliquer, je me l'applique à moi-même.

Ce cadre est riche car il est réciproque :
Je m'applique ces principes, et les autres se les appliquent !

Le cadre ainsi créé permet de nourrir la **Confiance** en soi et envers les autres afin de pouvoir **Rendre visible** ce qui doit l'être et garantir un **Partage** apaisé et riche.

Ce cadre enfin demande de l'indulgence envers soi, envers les autres, et de l'entraide dans sa pratique, pas toujours facile !

CC BY-SA
Fertiles



BIENVEILLANCE

Version Novembre 2025

Bienveillance :

Bienveillance sans complaisance. Bienveillance envers moi-même et envers les autres. La bienveillance, c'est aussi de l'honnêteté, savoir dire non, savoir dire quand quelque chose ne va pas, savoir s'écouter...

C'est regarder les autres, se regarder soi, avec son cœur.

CC BY-SA
Fertiles

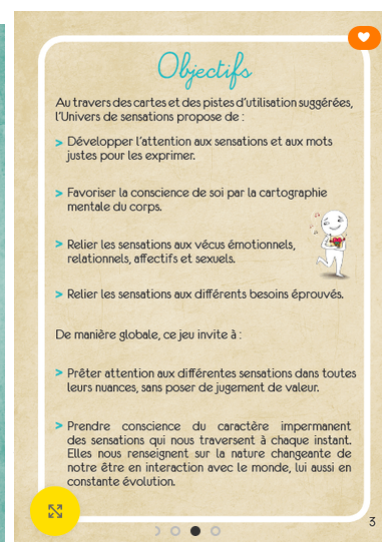
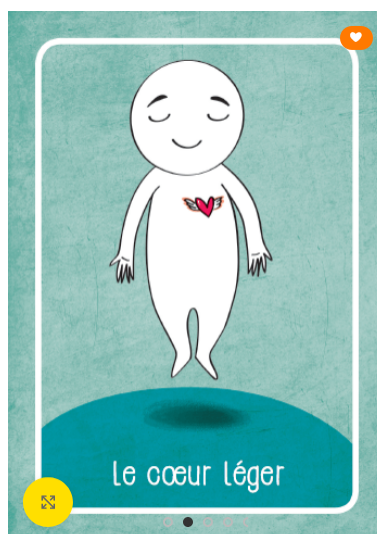
REPERTOIRE DES RESSOURCES

Cartes sur les sensations :

Outil à adapter selon les publics et intentions, pour favoriser la communication et l'expression des sensations : explorer ses propres ressentis corporels, les relier aux émotions, aux relations ou aux besoins.

Mettre du sens et des mots.

<https://www.jeux-cooperatifs.com/shop/l-univers-des-sensations/>



Charge mentale et prendre soin de soi

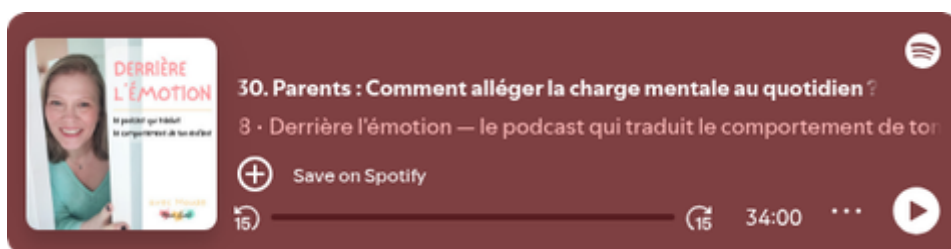
Un podcast où piocher des extraits à partager avec des parents, pour introduire les conditions de vie surchargées liées à la précarité, et le stress lié à l'exercice de la parentalité dans ce contexte.

Présenté ici :

<https://www.mercredi.com/podcast/comment-alleger-charge-mentale/>

et à écouter ici :

<https://open.spotify.com/episode/77FyiMqYTgpgBl6dNNoyAt>



REPERTOIRE DES RESSOURCES



VIOLENCES SUBIES EN TANT QUE FEMME, COMMENT EN PARLER AVEC LES ENFANTS TÉMOINS ?

L'impact des violences au sein du couple sur les enfants

Court-métrage et livret d'accompagnement

kit de formation, gratuit, à télécharger, composé d'un court-métrage de fiction et d'un livret d'accompagnement, traite de l'impact des violences au sein du couple sur les enfants ainsi que du repérage et de la prise en charge de la mère et de l'enfant victimes.

Une version du film est disponible pour les personnes sourdes, malentendantes ou malvoyantes (LSF, audiodescription et sous-titrage en français) en écrivant à formation@miprof.gouv.fr.

Le livret aborde de façon explicite et détaillée :

Le repérage systématique

Le mécanisme des violences au sein du couple et leurs impacts sur les enfants

Les entretiens du ou de la professionnelle avec l'enfant et la mère victimes

La prise en charge et l'orientation par le ou la professionnelle

Présentation : https://arretonslesviolences.gouv.fr/je-suis-professionnel/outils-violences-au-sein-du-couple#limpact_des_violences_au_sein_du_couple_sur_les_enfants1

Téléchargement : <https://arretonslesviolences.gouv.fr/je-suis-professionnel/outils-violences-au-sein-du-couple#download-form>



TOM ET LENA

L'impact des violences au sein du couple sur les enfants

Film réalisé par Johanna Bedeau.

Acteurs-actrices : Swann Arlaud et Sarah Le Picard.



Répertoire d'outils en violence conjugale :
<https://csf.gouv.qc.ca/ressources-externes/repertoire-outils-en-violence-conjugale/>

Une banque de ressources contenant des outils destinés aux professionnels et aux personnes concernées....

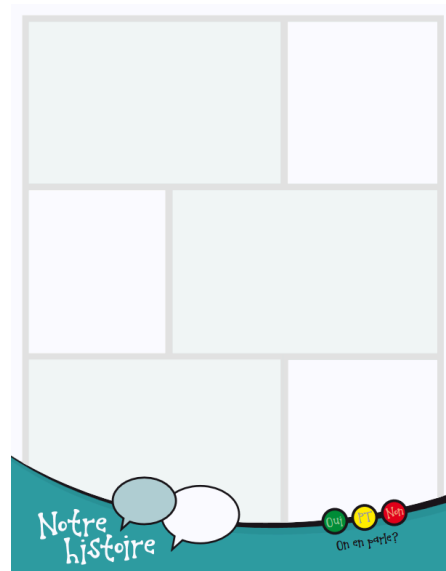
REPERTOIRE DES RESSOURCES

“La boîte aux lettres” pour favoriser la communication mère-enfant après un contexte de violence conjugale

Guide d'utilisation : <https://www.femanvi.org/wp-content/uploads/2016/02/guide-utilisation-4.pdf>

Ressources à imprimer (Pages 12-14 et pages 7-9) :
<https://www.femanvi.org/notre-boite-aux-lettres/>

Un outil pensé pour favoriser un espace de parole sur les liens entre parents et enfants dans ce contexte. Outil pouvant s'adapter à du dessin, des textes, ou être animé oralement...



Un “**Respectomètre**” dans l'esprit du “**violentomètre**”
Pour échanger avec l'enfant et son parent sur des situations, et les rapprocher de celles se produisant en contexte de violences conjugales.

A télécharger gratuitement.
Édité par l'association l'Enfant bleu.
<https://enfantbleu.org/respectometre/>



REPERTOIRE DES RESSOURCES

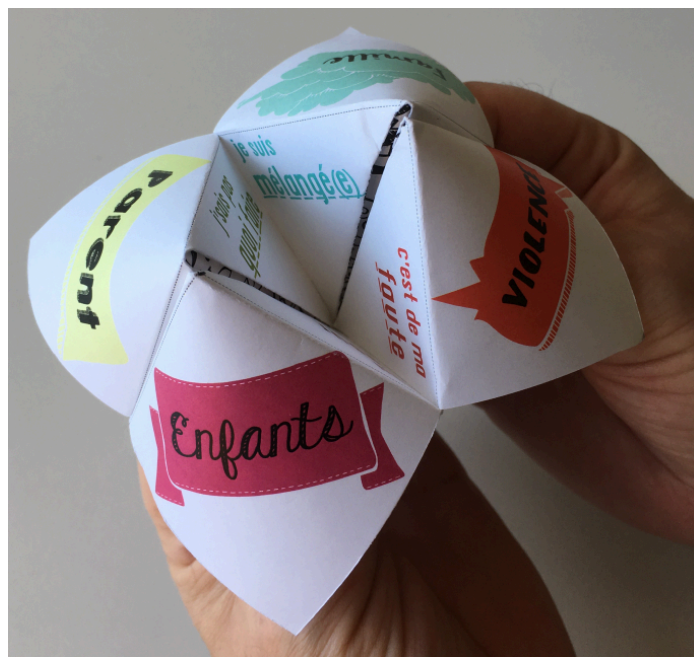
Me sentir mieux (enfants témoins de violences conjugales)

https://www.raiv.ulaval.ca/sites/raiv.ulaval.ca/files/publications/fichiers/me_sentir_mieux.pdf

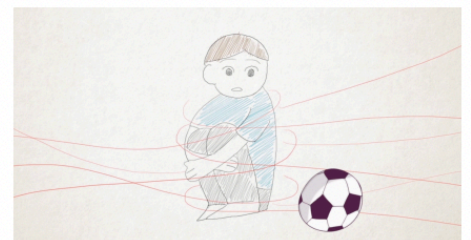
Cocotte en papier pour ouvrir les thèmes à discuter

Épisodes animés “Me sentir mieux” : disponible sur demande auprès de la Table de concertation conjugale (structure québécoise) par mail : tablecarrefour03@hotmail.com

Vidéo pour mieux comprendre la vision de l'enfant exposé à la violence conjugale
https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/portail/gscw031?owa_no_site=7385&owa_no_fiche=5



Outil : Épisode animé

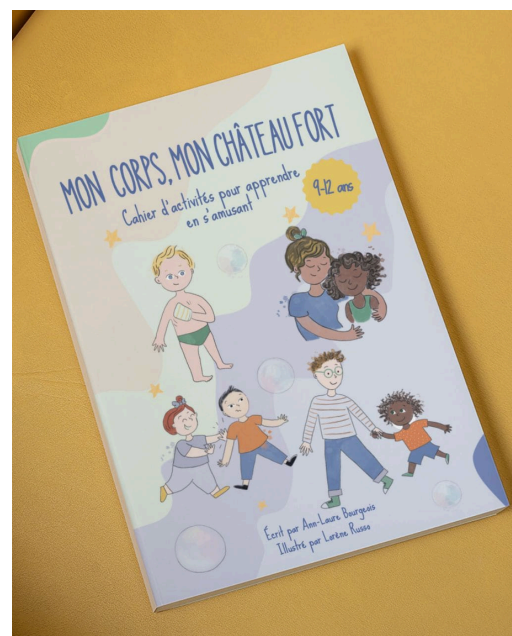
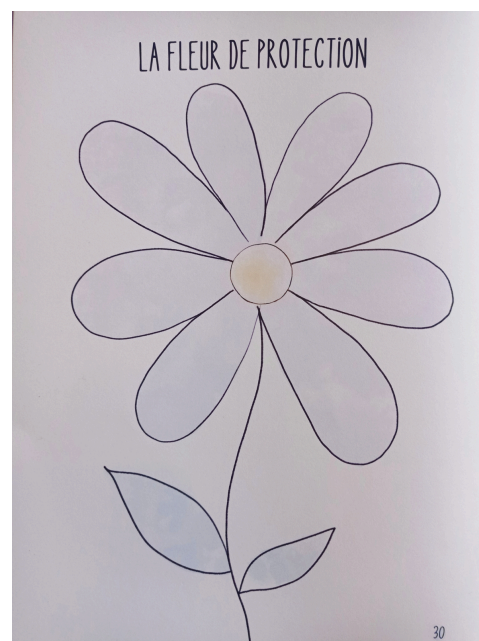


REPERTOIRE DES RESSOURCES

Fleur de la protection, tirée du Cahier d'activités payant des Ateliers Badass (Ann-Laure Bourgeois)
<https://lesateliersbadass.fr/produit/cahier-activites-mon-corps-mon-chateau-fort/> Prix : 19,90€

Pensé pour ouvrir le dialogue sans tabou, Mon corps, mon château-fort accompagne l'enfant dans la connaissance de son corps, l'expression des émotions et l'apprentissage des limites. Les illustrations sont douces, les activités ludiques et accessibles, et chaque page donne des repères simples pour repérer les situations à risque, identifier des adultes de confiance et poser des mots justes.

Le cahier existe en 2 versions adaptées à l'âge (3-8 ans ou 9-12 ans) et inclut des planches anatomiques couleur ainsi qu'une affiche A3 pour prolonger les échanges à la maison ou en classe. Un support clair, bienveillant et concret pour comprendre, prévenir et agir avec confiance.



REPERTOIRE DES RESSOURCES



Un outil pour prévenir les cyberviolences, et s'en protéger, créé par la Fédération nationale Solidarité Femmes : le cyberviolentoscope.

«À l'instar du violentomètre, le cyberviolentoscope propose une pluralité de situations de cyberviolences au sein d'une relation et permet d'en mesurer la dangerosité. L'objectif est d'apporter via cet outil un premier niveau de sensibilisation autour des cyberviolences conjugales, de permettre à tout un chacun de mesurer si sa relation est fondée sur du respect, du consentement ou si des violences existent.

Le cyberviolentoscope est à retrouver en intégralité sur notre compte Instagram @SolidariteFemmes.

Pour aller plus loin, Solidarité Femmes vous met à disposition d'autres ressources pour se protéger des différentes formes de cyberviolences.

D'autres outils présentés dans le manuel « Que faire face aux cyberviolences? ».

<https://solidaritefemmes.org/wp-content/uploads/2024/03/Manuel-cyberviolences-que-faire-vff.pdf>

Et la campagne de sensibilisation sur les cyberviolences conjugales :

<https://solidaritefemmes.org/2024/03/07/stop-cyberviolences/>

<https://solidaritefemmes.org/outils-de-sensibilisation-violences-conjugales/>



REPERTOIRE DES RESSOURCES



SOUTENIR LES PARENTS DANS L'ACCOMPAGNEMENT DES DIFFICULTÉS DE L'ENFANT DANS SES RELATIONS AVEC LES AUTRES ENFANTS

Feelings Harcèlement est un outil ludopédagogique ayant l'objectif de :

- Aborder préventivement la thématique du harcèlement.
- Conscientiser et diminuer les mécanismes du harcèlement.
- Comprendre les ressentis face aux situations problématiques.

Le jeu a été réalisé en partenariat avec :

- les Centres de Planning Familial Aurore Carlier et Denise Durant
- le service d'Aide en Milieu Ouvert Amosa
- les Femmes Prévoyantes Socialistes

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles et de la Région Wallonne.



<https://feelings.fr/fr/jeux-feelings/feelings-thema/article/feelings-harcèlement>

https://youtu.be/hZF1QJ-XXB8?si=FM63TXG7n_rCBF5G

Le jeu peut être acheté, mais la section Outils du site propose gratuitement des situations à générer, un kit pédagogique et des cartes à imprimer.



Jeu créé par Vincent Bidault et Jean-Louis Roubira



GÉNÉRATEUR DE SITUATIONS

CRÉER VOS CARTES SITUATIONS

Avec cette page, vous allez pouvoir imprimer vos propres cartes situations. Il est possible de mettre jusqu'à 8 cartes par feuille A4, chaque carte contenant 3 situations. Vous n'êtes pas obligé de faire les 8 cartes, dans ce cas, il suffit de laisser les champs correspondant vides, et les cartes correspondantes ne seront pas imprimées. La première étape consiste à remplir le formulaire ci-dessous pour indiquer les énoncés des situations que vous voulez.

INITIÉES À AJOUTER AU DOS DES CARTES CÉANALISÉES :

COULEUR DES CARTES :



CARTES SITUATION NUMÉRO 1 :

- Situation 1 :	
- Situation 2 :	
- Situation 3 :	



REPERTOIRE DES RESSOURCES

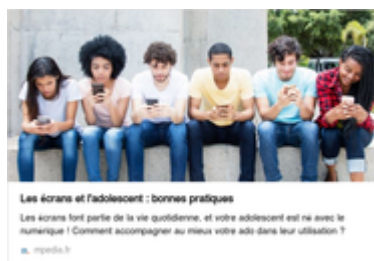
L'AFPA propose plusieurs outils gratuits et des campagnes de communication destinés aux professionnels afin de travailler **l'enjeu des écrans : addictions, relations complexifiées, harcèlement., et sur l'enjeu des VEO : violences éducatives ordinaires.**



<https://www.mpedia.fr/outils-prevention-ecrans/>

mpedia est le site grand public de l'AFPA (l'Association Française de Pédiatrie Ambulatoire)

Fondée en 1990, cette association regroupe la majorité des pédiatres ayant un mode d'exercice à prédominance libérale (cabinets de ville et maternités privées). Bon nombre d'entre eux exercent aussi une activité publique hospitalière ou communautaire (crèches, Protection Maternelle Infantile - PMI-, maisons et établissements d'enfants à caractère sanitaire -MECS-, structures de prise en charge des handicaps, médecine scolaire, etc.). L'AFPA compte aujourd'hui plus de 1400 adhérents.



REPERTOIRE DES RESSOURCES

Comment je me sens ? Outil visuel et de vocabulaire pour nommer les nuances.

A utiliser pour apprendre à formuler ou reformuler ses ressentis.

<https://fertiles.co>

COMMENT JE ME SENS ?

en paix	extatique	désespéré-e	tiraillé-e	terrorisé-e	exténué-e	hors de moi
serein-e	euphorique	bouleversé-e	divisé-e	paniqué-e	crevé-e	furieux-se
tranquille	enthousiaste	déprimé-e	partagé-e	angoisse	surmené-e	exaspéré-e
détendu-e	comblé-e	malheureux-se	hésitant-e	anxieux-se	fatigué-e	en colère
	joyeux-se	démoralisé-e		stressé-e	reposé-e	enervé-e
	heureux-se	triste		inquiet-e		mécontent-e
	content-e	désolé-e		soucieux-se		contrarié-e
	amusé-e	déçu-e				agacé-e
PAIX	JOIE	TRISTESSE	CONFUSION	PEUR	FATIGUE	COLÈRE

Version : mars 2026

Source : À partir de maintenant

(cc) BY-SA fertiles
Graphisme : Charlie Blanc

REPERTOIRE DES RESSOURCES

Tableau des émotibulles pour nommer et dialoguer autour des émotions;

Kit d'animation proposé par Scicabulle.

<https://scicabulle.com>

Scicabulle

ÉMOTIBULLES

Des smileys « scicabullisés » pour faciliter l'expression de ressentis



Catégorie
➤ Participer
➤➤ Exprimer ses ressentis



Entre 10 et 20 min
selon la taille du groupe



5-30 personnes

OBJECTIFS

- Faire exprimer les ressentis
- Ou Faire un bilan
- Préciser et enrichir son langage d'émotions

Contexte : Cet outil peut s'utiliser en début d'animation comme expression de ressenti ou en fin d'animation comme bilan.



À PENSER



Pré-requis pour le public
Aucun



Préparation
Affichez différentes Émotibulles format A4 sur les murs d'une pièce (disponible sur scicabulle.com et en annexe).

DÉROULÉ ET ANIMATION

Invitez les participant·e·s à se rapprocher de l'Émotibulle qui représente le mieux l'état dans lequel il/elle se trouve à l'instant T. Si votre groupe est constitué de moins d'une quinzaine de participant·e·s, vous pouvez inviter chacun·e à expliquer son choix en quelques mots. Si le groupe est plus nombreux, proposez aux différentes personnes qui sont face à une même Emotibulle de se concerter quelques instants, avant qu'un·e rapporteur·se par groupe présente au grand groupe les différentes raisons qui ont poussé chacun·e à se mettre où il est.

Laissez les participant·e·s s'exprimer. Vous pouvez à la rigueur si vous êtes pressé·e·s par le temps limiter la prise de parole de chacun·e à une phrase par personne par exemple.

Prenez garde à utiliser des Emotibulles diverses (pas que des positives, ou que des négatives par exemple), afin de ne pas influencer les réponses.

VARIANTE(S)

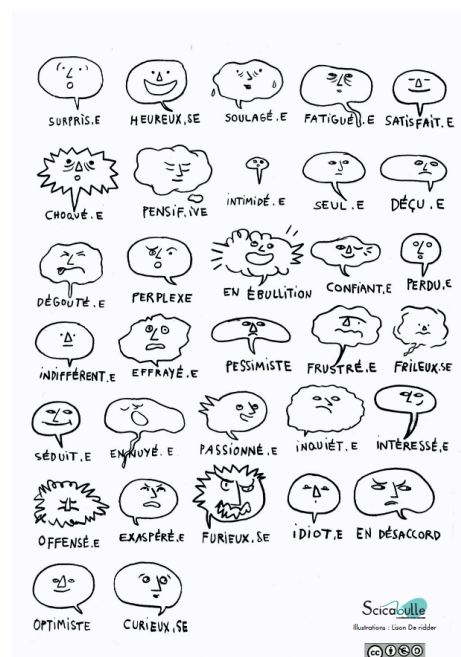
Il est possible d'imprimer l'ensemble des Emotibulles sur une feuille A5, et alors vous pouvez les distribuer à chaque participant avec un stylo, en leur proposant d'entourer l'Emotibulle de leur choix. Chacun prend ensuite la parole pour expliquer son choix.

Il existe différents modèles de représentation des émotions, par exemple par smileys, ou le « Chat va/Chat va pas », etc.



Analyse - intérêt

Ce support proposant à la fois un visuel et des émotions variées, cela permet d'élargir les possibilités d'expression de ressentis, afin de sortir du sempiternel « ça va bien », ou « c'était pas mal ».



REPERTOIRE DES RESSOURCES

Outils pédagogiques créés par l'association Scholavie : “

Cartes, jeux, cocottes, portraits, réglottes... Des dizaines de formats pour intégrer les CPS dans votre quotidien, de la maternelle au lycée.

Fondés sur la recherche et validés par notre Conseil Scientifique, nos outils sont adaptable à vos envies et à celles des jeunes.

Gratuits, téléchargeables, partageables, découvrez nos outils CPS !”

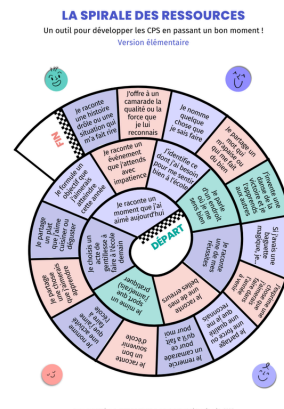
<https://scholavie.fr/ressources-pedagogiques/>



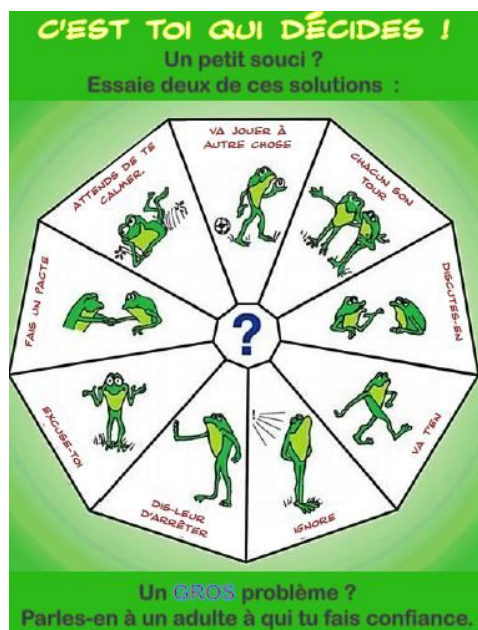
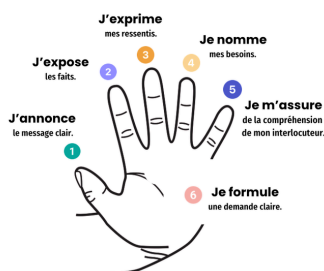
Association Compétences Psychosociales : Formation et outils

Découvrez ScholaVie, l'association engagée pour les compétences psychosociales à l'école : formations...

● ScholaVie /



LA MAIN DU DIALOGUE



C'est toi qui décides ! Roue des options pour animer un temps de résolution des tensions.

A télécharger sur <https://tournefle.wordpress.com/2018/09/22/cest-toi-qui-decides/>



C'est toi qui décides !

Affiche pour résoudre ses conflits sans violence
esoudre-les-conflits-sans-violence

tournefle.wordpress.com

PERSPECTIVES 2027

- Soutenir la création d'un groupe de professionnel.le.s et parents ressources au sein des services et des structures (lieux d'hébergement notamment).
- Identifier des services de la protection de l'enfance (services enfance, accueils mère-enfant, services AEMO...) souhaitant expérimenter les outils et démarches identifiés, tout en bénéficiant d'un accompagnement au démarrage.
- Développer une démarche d'« aller-vers » auprès de ces structures en proposant un appui aux professionnels directement sur leur lieu d'exercice.
- Mettre en place des temps collectifs à destination des parents, sous forme de co-animation ou d'accompagnement des professionnels par l'équipe de Concilia'bulles et la MRIE, afin de favoriser leur montée en compétences et leur autonomie progressive.
- Soutenir l'appropriation des pratiques par des espaces d'échanges entre professionnels, permettant d'identifier les leviers et les difficultés rencontrés lors de la mise en œuvre.
- Capitaliser les retours d'expérience afin de mieux comprendre les freins et leviers, et d'adapter les modalités d'accompagnement en conséquence.

MERCI

Aux mères impliquées dans le projet !

A la Direction Prévention et Protection de l'Enfance de la Métropole de Lyon pour son soutien.

Aux services et structures ayant pris part :

IDEF,

Services enfance Métropole de Lyon,

CSES (Centre de santé et d'éducation sexuelle)

Accueil Mère-Enfant Alynea

Apprentis d'Auteuil, Amicale du Nid 69.

MÉTROPOLE

GRAND LYON

CONTACTS

CONCILIA'BULLES, <https://conciliabulles.com/>
morgan.radford@conciliabulles.com

MRIE - Mission Régionale d'Information sur l'Exclusion, www.mrie.org
mrie@mrie.org / elisa.herman@mrie.org