

## **Une doctrine nouvelle : « la parentalité responsable »...**

### **...Ou comment aider les parents à gérer leurs émotions et leurs conflits avec leurs enfants ?**

Quel parent n'a pas été confronté un jour ou l'autre à un conflit avec ses enfants ? La situation est tellement courante que l'on finit par penser qu'il existe un lien de causalité entre famille et affrontement.

L'éducation des enfants s'apparente trop souvent à un parcours de combattant, dans lequel pères et mères sont emportés bien malgré eux dans la difficile gestion de leurs émotions et particulièrement de leurs colères (cris, énervements, agressivité, punitions, chantages, menaces, propos blessants, geste violents...). Que faire ?

#### **« La parentalité responsable »**

#### **...vs « la parentalité positive »**



Une doctrine nouvelle propose d'inverser le raisonnement et de changer de paradigme. A l'instar de la « parentalité positive » qui propose aux parents des outils pour apprendre à répondre aux besoins de leurs enfants, ce que Noémie de Saint-Sernin nomme la « parentalité responsable » repose sur le fait que

#### **La parentalité responsable par Noémie de Saint-Sernin**

l'enfant est un parent en devenir et qu'une fois parents, nous reproduisons des schémas souvent inconscients. Les problèmes d'éducation rencontrés ne se trouvent donc pas directement chez les enfants, mais dans le parcours de jeunesse de leurs propres parents. Et, elle pose une question : quel est l'impact de notre éducation dans notre rôle de parent ? Et une solution : et si l'équilibre familial passait d'abord par celui, intérieur, des parents ?

La formation nommée « [Les clefs de la Colère](#) » s'adresse alors à tous les parents perdus, qui ne savent plus comment procéder avec leur enfant et qui veulent revenir à une relation d'amour et de simplicité. Déjà suivie par plus de 2000 personnes, cette formation ambitionne d'aider les papas et les mamans à gérer leurs émotions de colère face à leurs enfants.



Se faire « obéir » sans crier. C'est possible, dès lors que l'on commence à comprendre que chacun porte la responsabilité de ses émotions. Car, ce n'est pas ce que fait ou refuse de faire l'enfant qui crée des énervements, mais bien les blessures du passé réactivées au contact, d'une situation, d'un geste, d'un mot... Et, il n'est pas nécessaire d'avoir eu une enfance douloureuse car comme le dit la coach : *Nous sommes tous porteurs de blessures émotionnelles profondes qui résultent de besoins non comblés dans l'enfance.*

La première étape réside dans la capacité du parent à se remettre en question, en admettant que le problème vient de lui et uniquement de lui. Chacun étant responsable de ses réactions émotionnelles, en attribuer la responsabilité à l'autre prive de trouver en soi les ressources pour guérir les plaies du passé. Et

**La parentalité responsable par Noémie de Saint-Sernin**

c'est une très bonne nouvelle, car si cela dépendait de situations ou d'événements extérieurs, l'on ne pourrait pas agir sur eux.

*Chacun possède le pouvoir de ne plus laisser le passé écrire son histoire.*

## **Noémie de Saint-Sernin...**

**...de la fillette battue à la working-mum battante  
devenue coach en parentalité**



*Noémie de Saint-Sernin*

Cette thèse, c'est Noémie de Saint-Sernin qui la défend. Elle propose des clefs pour comprendre et agir. Personne n'ayant jamais appris à être parent, autant se faire aider pour remplir le rôle d'une vie. Parent, oui, bien entendu, mais parent responsable.

Coach, écrivain, conférencière, formatrice en développement personnel, Noémie de Saint-Sernin sait de quoi elle parle. C'est parce qu'elle a su maîtriser les blessures de sa propre enfance, et en comprendre l'influence sur son comportement de mère qu'elle a pu bâtir un cycle de formation et de coaching pour aider les parents à faire face à leurs problèmes filiaux. Et pourtant l'auteure revient de loin : enfant maltraitée, adolescente suicidaire et jeune adulte sans domicile fixe, elle avait tout pour prendre les mauvais chemins. Une histoire personnelle difficile, mais dont elle a su s'affranchir pour ne pas injecter l'inconséquence de comportement obsolète à ses trois enfants. Passionnée de développement personnel depuis son plus jeune âge, elle a consacré plus de 15 années à l'étude et à la pratique de la psychologie, de la philosophie et de la spiritualité. Ce parcours lui a permis de mettre au point des méthodes pour se sortir de sa condition afin

**La parentalité responsable par Noémie de Saint-Sernin**

de réussir à donner à sa vie personnelle et familiale un nouvel élan.

Noémie de Saint-Sernin a su faire preuve de résilience et de rétrospection constructive. C'est aujourd'hui une femme épanouie et heureuse qui souhaite apporter son savoir-vivre et son savoir-être aux autres, notamment aux parents.

Devenue Directrice des ressources humaines, Noémie aurait pu poursuivre son chemin en se satisfaisant de cette réussite qui lui procurait satisfaction personnelle et réalisation financière.

Pourtant, en 2011, elle démissionne de son métier pour mettre ses outils et ses compétences au service des personnes qui constatent des répétitions dans leur vie.

Elle annonce :

*J'avais trouvé les fameuses clefs du bonheur et je me devais de les partager. Je devais aider les autres à ne plus reproduire les schémas familiaux et accompagner les parents qui peinent à instaurer la bienveillance, se retrouvant aux prises avec des émotions douloureuses.*

Noémie est particulièrement sensible à la cause des enfants. Elle a fait de leur bien-être sa raison d'existence. En aidant les parents, elle aide leurs enfants. Convaincue que tous les parents doivent connaître et utiliser les outils de développement qu'elle a conçu, elle a accompagné des milliers de personnes, que ce soient des parents comme des professionnels de la santé et de l'enfance.

« 4 clefs pour ne pas passer à côté du bonheur d'être parent » ou le trousseau pour développer une parentalité responsable...



## Témoignages de parents accompagnés par Noémie de Saint-Sernin

*« Le chemin est encore long mais j'ai trouvé MA CLÉ. Je sais que je n'avancerai pas sinon. Gratitude, pardon, amour de soi. Tout ce que j'enseigne à mes enfants et que je n'appliquais pas à moi-même. Et j'ai vécu chacune de ces journées vraiment intensément, [...] mon mari aussi à soif de témoigner au quotidien de l'impact de la formation sur notre famille. Merci, merci du fond de mon cœur Noémie »*

Aude-Aline

*« Pendant ma 2ème grossesse avec la fatigue et la pression que je me mettais pour être une mère parfaite, j'ai commencé à être violente avec mon aîné en criant et en lui mettant des fessées. Je ne pouvais m'en empêcher et je ne pouvais pas supporter la mère que j'étais devenue, cela s'est accentué avec la venue du bébé. J'ai lu des tonnes de livres et écumé tous les sites possibles sur la parentalité bienveillante [...] puis de fil en aiguille j'ai trouvé "par hasard" ton site. [...] Heureusement tu es arrivée dans ma vie et tu m'as fait*

**La parentalité responsable par Noémie de Saint-Sernin**

*prendre conscience que la fatalité n'existait pas et que si je voulais radicalement changer les choses, je devais commencer par changer moi-même. C'est ce que j'ai accepté de faire et depuis tu m'aides efficacement à changer ma vie, pari tenu ! »*

*Sophie*

*« Merci Noémie pour ta contribution à l'amélioration fulgurante de ma vie. Merci pour les cadeaux précieux que tu m'as apportés : les exercices pratiques qui m'ont permis de faire tous ces pas de géant. Merci Noémie pour ta joie et ta bienveillance. Merci de m'avoir permis de me faire confiance. Merci Noémie pour l'ouverture sur les autres, pour ce forum qui a été pour moi un outil formidable d'échanges essentiels. Merci Noémie de m'avoir donné la main, de m'avoir accompagné sur le chemin qui mène à moi-même. »*

*Une maman « coccinelle »*

## **Pour en savoir plus**

Site Internet : [www.noemiedesaintsernin.com](http://www.noemiedesaintsernin.com)

Page Facebook : <https://www.facebook.com/damouretdeparentalite/>

## **Contact Presse**

Noémie de Saint-Sernin

Mail : [ndesaintsernin@gmail.com](mailto:ndesaintsernin@gmail.com)

Tel. 0660120629

**La parentalité responsable par Noémie de Saint-Sernin**