

# Maison des parents de Metz

Rapport d'activité

**2025**

AVEC LE SOUTIEN DE

# SOMMAIRE

<b>PREAMBULE.....</b>	<b>4</b>
<b>PRESENTATION DE L'ECOLE DES PARENTS ET DES EDUCATEURS DE LORRAINE .....</b>	<b>5</b>
<b>LA MAISON DES PARENTS DE METZ : UN ESPACE RESSOURCES DEDIE A LA PARENTALITE .....</b>	<b>6</b>
<i>Finalités de la Maison des parents.....</i>	<i>6</i>
<i>Principes d'intervention .....</i>	<i>6</i>
<i>Cadre de fonctionnement.....</i>	<i>7</i>
<i>Moyens humains .....</i>	<i>8</i>
<i>Articulation avec les autres services de l'EPE .....</i>	<i>8</i>
<i>Lieux d'intervention .....</i>	<i>9</i>
<b>CONSTATS CLINIQUES ET DIAGNOSTIC PARTAGE .....</b>	<b>10</b>
<b>L'OFFRE DE SERVICE : UNE PLURALITE DE REPONSES AUX BESOINS DES PARENTS .....</b>	<b>13</b>
<b>INDICATEURS CLES DE L'ANNEE 2025.....</b>	<b>13</b>
<b>LE CAFE DES PARENTS® .....</b>	<b>14</b>
<i>Description synthétique de l'action .....</i>	<i>14</i>
<i>Les principes fondateurs du Café des parents .....</i>	<i>15</i>
<i>Objectifs .....</i>	<i>15</i>
<i>Mise en œuvre opérationnelle .....</i>	<i>15</i>
<i>Les Chiffres clés 2025 et analyse qualitative.....</i>	<i>16</i>
<b>LES GROUPES D'ECHANGES THEMATIQUES .....</b>	<b>27</b>
<i>Les rendez-vous des parents.....</i>	<i>28</i>
<i>Les semaines de la parentalité proposées par la CAF, et auxquelles nous participons depuis 9 ans, offre un « coup de projecteur » sur nos actions durant la 1<sup>ère</sup> quinzaine du mois d'octobre. ....</i>	<i>28</i>
<i>La mise en lumière de nos dispositifs ainsi que ceux de nos partenaires, permettent aux parents de prendre conscience de la diversité de l'offre de services proposée sur le territoire et de s'y référer, en fonction de leurs besoins.....</i>	<i>28</i>
<b>LES CONFERENCES - DEBATS .....</b>	<b>29</b>
<i>Description synthétique de l'action .....</i>	<i>29</i>
<i>Objectifs .....</i>	<i>29</i>
<i>Mise en œuvre opérationnelle .....</i>	<i>29</i>
<i>Les chiffres clés 2025 et analyse qualitative.....</i>	<i>30</i>
<b>LES ATELIERS DE PARENTS ET LES ATELIERS PARENTS / ENFANTS .....</b>	<b>32</b>
<b>DESCRIPTION SYNTHETIQUE DE L'ACTION .....</b>	<b>32</b>
<b>OBJECTIFS.....</b>	<b>32</b>
<i>Mise en œuvre opérationnelle .....</i>	<i>32</i>
<i>Les chiffres clés 2025 et analyse qualitative.....</i>	<i>33</i>

LES ACTIONS « ALLER VERS » AUTOUR DE LA PARENTALITE ET DE LA SANTE MENTALE .....	36
Description synthétique de l'action .....	36
Objectifs .....	37
Mise en œuvre opérationnelle .....	37
Les chiffres clés 2025 et analyse qualitative .....	37
LE POINT ECOUTE PARENTS : CONSULTATIONS INDIVIDUELLES OU DE FAMILLE .....	39
Description synthétique de l'action .....	39
Objectifs : .....	40
Mise en œuvre opérationnelle .....	40
Chiffres clés 2025 et analyse qualitative .....	40
L'INFORMATION, L'ECOUTE ET LE SOUTIEN A DISTANCE .....	46
Description synthétique de l'action .....	46
OBJECTIFS.....	46
MISE EN ŒUVRE OPERATIONNELLE .....	47
LES CHIFFRES CLES 2025 ET ANALYSE QUALITATIVE.....	47
<b>IMPACTS DES DIFFERENTS DISPOSITIFS DE LA MAISON DES PARENTS MESURES PAR LES PROFESSIONNELLES .....</b>	<b>50</b>
<b>LE PARTENARIAT A LA MAISON DES PARENTS .....</b>	<b>56</b>
L'APERO DES PROS .....	57
OBJECTIFS .....	58
DESCRIPTION SYNTHETIQUE DE L'ACTION .....	58
LES CHIFFRES CLES 2025 ET ANALYSE QUALITATIVE.....	58
<b>LA COMMUNICATION A LA MAISON DES PARENTS.....</b>	<b>59</b>
LE SITE INTERNET, LA NEWSLETTER ET LES RESEAUX SOCIAUX.....	59
LES MOYENS DE COMMUNICATION TRADITIONNELS.....	<b>ERREUR ! SIGNET NON DEFINI.</b>
LES SUPPORTS DE COMMUNICATION .....	60
LA GAZETTE DU CAFE DES PARENTS.....	60
<b>SYNTHESE.....</b>	<b>62</b>

## Préambule

*Dans notre société actuelle, nous faisons le constat de discours et de théories de plus en plus normatifs qui soutiennent une parentalité performative issus des modèles occidentaux, psychologisants ou scientifiques, parfois perçus comme des vérités universelles. Ceux-ci sont véhiculés par des programmes, des ouvrages, les médias et notamment les réseaux sociaux.*

*Ces idéaux concernant la parentalité viennent se heurter aux réalités économiques, sociales ou psychologiques vécues par les parents dans toute leur complexité et leur singularité.*

*Malheureusement, ce décalage entre les « recommandations idéales » et les possibilités concrètes d'application peut générer de la culpabilité, de la frustration ou un sentiment d'échec chez les parents.*

*Ces tensions appellent donc à un changement de focale : **passer d'un modèle prescriptif à une approche située et contextualisée. Cela implique de « renverser le rapport de pouvoir »**, en faisant des parents des partenaires et non des élèves de la parentalité ; adapter le discours professionnel aux réalités des familles : valoriser les petits pas, proposer des outils simples et accessibles ; adopter une posture réflexive dans sa pratique ; et remplacer la quête de perfection par une logique de « suffisamment bon ».*

*Nous rappelons qu'en matière de soutien à la parentalité, l'expérience de la rencontre prévaut. La rencontre est en effet celle qui permet la transformation de nos représentations pour nous-mêmes et pour l'autre et soutient la créativité ainsi que l'émergence de singularités propices à nous humaniser.*

*Au sein de la Maison des parents de Metz, les savoirs expérientiels s'élaborent dans une **dynamique horizontale, fondée sur la reconnaissance mutuelle entre parents**. Ils sont souvent non formalisés, mais puissants parce qu'ils sont incarnés et contextualisés.*

*La paire-aidance est une démarche d'entraide et de soutien entre personnes partageant une expérience de vie commune (ici, la parentalité). Elle consiste pour un parent à mobiliser son vécu, ses épreuves et ses apprentissages pour accompagner, écouter et soutenir un autre parent confronté à des situations similaires.*

*Les savoirs qui circulent entre parents dans nos espaces d'intervention sont pluriels, incarnés et situés. Ils constituent une ressource précieuse, parfois en tension avec les normes institutionnelles, mais surtout complémentaire. Leur reconnaissance appelle à une dynamique **d'horizontalité, de co-construction et de reconnaissance des diversités parentales**.*

# Présentation de l'Ecole des parents et des éducateurs de Lorraine

Au cœur du champ social depuis près de 80 ans, l'Ecole des Parents et des Educateurs (EPE) de Lorraine est une association laïque à but non lucratif. Dans le cadre d'une mission de service publique, elle propose différents services d'écoute, d'information et d'accompagnement relatifs aux questions relationnelles et d'éducation. Ces services sont destinés aux professionnels de l'action sanitaire et sociale, de l'éducation, ainsi qu'à la population résidant sur le territoire mosellan. Tous les âges de la vie (enfance, jeunesse, âge adulte, vieillesse) sont concernés par les actions mises en place. L'Ecole des Parents et des Educateurs est en effet en prise directe avec les évolutions sociétales et constitue, en particulier, un observatoire privilégié des groupes familiaux.

L'association est aujourd'hui structurée autour de 3 domaines complémentaires :

- **Le soutien à la parentalité et à la famille :**
  - ✓ Maison des parents regroupant un Point Ecoute parents, un service de soutien à distance et un Café des parents (à Metz et à Audun le Roman)
  - ✓ Médiation Familiale
  - ✓ Prestations sur mesure
  
- **La prévention et la protection de la jeunesse**
  - ✓ Point Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ)
  - ✓ Maison des droits de l'enfant et des jeunes (MDEJ)
  - ✓ Espace de vie affective relationnel et sexuel (EVARS)
  
- **La formation des professionnel·le·s de l'éducation, du social et du médico-social.**

Au service du développement de la personne humaine et dans le respect de sa liberté de conscience et de pensée, l'EPE défend :

- Une indépendance politique et professionnelle.
- Une ouverture à toutes et tous sans considération d'origine sociale, culturelle ou économique.
- Le respect des personnes et de leurs différences à tous les âges de la vie, sans modèle familial normatif de référence.
- La valorisation de la parole en tant qu'expression de soi et outil de communication.
- La facilitation à l'accès à une vie sociale notamment par l'information et la culture.

# La Maison des parents de Metz : un espace ressources dédié à la parentalité

La Maison des parents de l'Ecole des parents et des éducateurs a pour ambition **d'accompagner les parents dans leur rôle de premier éducateur de leur enfant**, notamment par des actions d'information, d'écoute, de soutien, d'orientation et d'accompagnement, en favorisant l'entraide et l'échange.

Ouverte à tout parent, futur parent, grand-parent ou beau parent, la Maison des parents propose une offre de service adaptée à la singularité des profils et des situations.

## Finalités de la Maison des parents

- Renforcer l'accès à l'information des parents **au sein d'une même entité**.
- Valoriser les services existants et orienter les parents vers une réponse adaptée à leurs besoins, au plus proche de leur lieu de vie.
- Mettre à disposition des ressources diversifiées.
- Soutenir le vécu subjectif de la parentalité
- Valoriser, partager, enrichir les expériences parentales et développer des alliances éducatives.
- Mettre en relation les parents et les professionnel-le-s de l'éducation et du secteur sanitaire et social.
- Être un lieu de rencontre entre acteurs et professionnel-le-s du territoire sur des sujets communs autour du soutien à la parentalité.

## Principes d'intervention

La Maison des parents inscrit principalement ses actions dans **une démarche de prévention et de co-éducation**.

Nous prenons en compte toutes les dimensions de la personne et la considérons dans toute sa complexité, en interaction avec son histoire et son environnement.

Dans tous nos services, nous faisons le choix de ne fournir aucun « mode d'emploi » : nous proposons d'aider les personnes à trouver leur propre chemin en s'appuyant sur l'apport de la psychologie, des sciences humaines en général et des neurosciences. Nous croyons enfin que chaque personne a la capacité de mobiliser ses propres ressources.

Les objectifs de la Maison des parents s'inscrivent en cohérence avec **la charte nationale de soutien à la parentalité** dont l'Ecole des parents et des éducateurs est signataire :

- Reconnaître et valoriser prioritairement les rôles, les projets et les compétences des parents.
- S'adresser à toutes les familles, quels que soient la situation familiale, le milieu social, l'environnement, le lieu de résidence, la présence d'un handicap ou les références culturelles.
- Accompagner les parents en intégrant dans cette démarche toutes les dimensions et l'ensemble du contexte de la vie familiale.
- Proposer un accompagnement et un soutien dès l'arrivée de l'enfant et jusque son entrée dans la vie adulte.
- Respecter les principes d'égalité entre les femmes et les hommes dans la parentalité et au sein de la sphère familiale
- Quelles que soient les configurations familiales, permettre à chaque parent d'occuper, dans la mesure du possible, sa place dans le développement de l'enfant.
- Proposer des interventions diverses (collectives ou individuelles, dans des lieux dédiés) accessibles à toutes les familles sur l'ensemble du territoire et respectueuses des principes de neutralité politique, philosophique et confessionnelle.
- Garantir aux personnes qui recourent à une action de soutien à la parentalité que les professionnel-le-s qui interviennent dans ce cadre ont une compétence ou bénéficient d'une formation dans ce domaine, et disposent d'un temps de partage d'expérience et d'analyse des pratiques.

### **Cadre de fonctionnement**

Espace d'accueil, de soutien, de documentation, d'orientation pour les usagers, le lieu ressources offre une réponse adaptée en fonction des besoins exprimés sur des problématiques et thématiques spécifiques à la parentalité.

Dans cette lignée, la Maison des parents propose différentes modalités d'accompagnement déclinées ci-après.

La Maison des parents reçoit les usagers sur une amplitude permettant à chacun de bénéficier d'un accueil souple et s'adaptant aux contraintes et disponibilités.

Ainsi, le lieu fonctionne du lundi au vendredi de 10h à 18h et le samedi de 14h à 18h.

Tous les services proposés par la Maison des parents sont gratuits.

Nous veillons à garantir la confidentialité des échanges et l'anonymat des personnes accueillies ou accompagnées.

## **Moyens humains**

La Maison des parents dispose d'une équipe pluridisciplinaire composée de plusieurs consultantes dont six psychologues, une conseillère conjugale et familiale, une éducatrice spécialisée et psychopraticienne, une infirmière psychiatrique formée en thérapie familiale ainsi qu'une éducatrice de jeunes enfants, offrant une approche complémentaire de l'accompagnement et une culture commune.

Ces professionnelles sont appuyées par une équipe d'encadrement mobilisée sur le projet (directeur, responsables de pôle, responsable administratif et financier et secrétaire).

Chaque consultante est engagée dans un travail de supervision et d'analyse de pratiques nécessaire à la professionnalisation de l'équipe, au développement de la réflexivité et à la prise de distance face aux situations complexes (30 heures / an de supervision par un professionnel extérieur + 10 heures / an de réunion clinique). Ce dispositif est complété par 30 heures de réunion d'équipe centrée sur la conception des actions et l'organisation des services.

L'équipe salariée bénéficie du soutien ponctuel de professionnelles bénévoles notamment dans le cadre des espaces collectifs, en apportant un regard et une expertise complémentaire (psychothérapeute, orthophonistes, éducatrice spécialisée ou proviseure).

## **Articulation avec les autres services de l'EPE**

La Maison des parents travaille en étroite collaboration avec l'ensemble des services portés par l'Ecole des parents et des éducateurs :

- **Le service de médiation familiale**
- **L'espace de vie affective, relationnelle et sexuelle (EVARS)**, financé par la DRDFE, qui centre ses missions sur l'accompagnement du désir ou du non- désir d'enfant (PMA, adoption, interruption volontaire de grossesse, etc.), sur les relations conjugales, l'égalité femme / homme ou encore la prévention des violences familiales.
- **Le Point Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ)**, porte d'entrée principale pour l'accompagnement des adolescents et des jeunes adultes de 12 à 25 ans (les parents d'adolescents en demande sont ainsi orientés vers la Maison des parents).
- **La Maison des droits de l'Enfant et des Jeunes de Moselle (MDEJ).**
- **Le service « animation » et le pôle régional de formation**, en fonction des besoins et des demandes exprimées.

Les professionnel·le·s de l'EPE s'attachent également à promouvoir la Maison des parents dans le cadre des dispositifs et des réseaux dans lesquels l'association est impliquée (programme de réussite éducative, réseau de lutte contre les violences sexistes et sexuelles, réseau de lutte contre les violences faites aux femmes, etc.)

## **Lieux d'intervention**

La Maison des parents est multisite et décline ses activités dans 3 lieux accessibles au plus grand nombre :

- **Son site principal**, situé au 32 rue Dupont des Loges à Metz, qui est le lieu central et exclusivement dédié de la Maison des parents.

*La Maison des parents bénéficie d'un espace convivial et aménagé de 121 m<sup>2</sup> (salon d'accueil, bar, espaces de jeux pour les enfants, espace ressources, espace de travail). Le lieu bénéficie d'une connexion internet haut débit, il est également équipé d'une TV et d'un vidéoprojecteur.*

- **Au siège social de l'EPE** (Maison des associations située en plein centre-ville de Metz), notamment pour les consultations individuelles.

*Le siège de l'EPE bénéficie d'un espace d'accueil spacieux, d'une salle d'attente, de 3 bureaux de consultation qui préservent la confidentialité des échanges, d'une salle de réunion et de plusieurs bureaux destinés aux professionnel·le·s (consultantes et fonctions supports).*

- **Ala Maison des bébés** située 6 rue du Haut de Sainte Croix à Metz (structure portée par la ville de Metz).

*A l'instar de la Maison des parents, la Maison des bébés bénéficie d'un espace convivial et aménagé afin de recevoir les parents ainsi que leurs enfants en bas âge. En ce sens, l'essentiel en termes de matériel de puériculture est mis à disposition des parents (table à langer, chauffe biberon, tapis de jeux, jouets premier âge...) La Maison des bébés bénéficie d'une connexion internet haut débit, et d'une télévision.*

## Constats cliniques et diagnostic partagé

Les actions et les dispositifs de soutien à la parentalité que nous proposons depuis plusieurs années dans une approche généraliste et préventive nous permettent aujourd'hui de faire valoir une connaissance fine de l'évolution des besoins, des attentes ou encore des préoccupations des parents.

Parmi les plus significatifs, on relève :

- Le **besoin d'informations et/ou de repères éducatifs** autour de problématiques comme l'autorité (définir des règles, poser des limites, gérer les oppositions ou les crises de l'enfant), le rôle du parent (dire ce qui est « normal » ou non dans la gestion du quotidien, des règles, de l'affection donnée à l'enfant (autrement dit la régulation entre l'axe affectif et l'axe normatif). Les professionnelles sont aujourd'hui face à des parents qui manquent de repères et qui cherchent une forme de validation de leurs choix. Les parents se retrouvent en effet au centre d'une multitude de théories et de débats (éducation positive vs autorité par exemple), entre excès d'informations parfois contradictoires (réseaux sociaux, internet, médias) ou au contraire manque d'informations ciblées, précises et validées (sommeil, alimentation, punition, troubles du développement, etc.)
- Le **besoin d'écoute et de réassurance** pour des difficultés émotionnelles vis-à-vis de l'enfant, lors des premières séparations et des questions relatives à l'autonomisation de l'enfant (relation parent / enfant, individuation, vie sociale de l'enfant), provoquant du côté des parents des angoisses ou de la culpabilité et du côté des enfants des sentiments d'abandon ou d'insécurité.
- Le **besoin de valorisation des compétences parentales** consistants en des encouragements ou des confirmations par rapport à leur rôle, leur place, leur posture éducative, leurs sentiments ou encore leur attitude de soins.
- Le **besoin de partager et d'échanger avec d'autres parents** (soutien communautaire et partage d'expériences, notamment éducatives) afin de rompre avec un sentiment d'isolement ou de solitude. Cet isolement familial et/ou social peut résulter d'une absence de réseau familial élargi, rendant les parents fatigués physiquement ou psychologiquement et qui n'osent pas demander d'aide. Les causes sont plurielles : monoparentalité, migration, situation de précarité, etc.

Le **besoin d'être soutenu** dans le cadre des transformations de la vie familiale (agrandissement de la famille, recomposition familiale, relations au sein de la fratrie, difficultés du couple parental, séparations, conflits, etc.). Les changements liés au rythme de vie ou à la situation socioprofessionnelle nécessitent également un soutien particulier (vie professionnelle, logement, difficultés financières, etc.).

**Le besoin d'être accompagné** pour faire face aux difficultés liées à une psychopathologie, notamment lorsque les parents ne sont pas assez matures, souffrent de dépression ou présentent des problèmes psychologiques ou lorsque l'enfant est confronté à des troubles du développement (psychomoteur, affectif / attachement, langage, etc.).

Sur le plan clinique, nous constatons plusieurs évolutions notables :

- ✓ **Des parents anxieux** qui manquent de repères et qui éprouvent des difficultés à se projeter vers l'avenir. Les crises successives (sanitaire, économique, climatique, guerres, etc.) traversées ces 5 dernières années génèrent un fort sentiment d'insécurité chez les parents.
- ✓ **Une dégradation de la santé mentale** de certains parents qui ne s'autorisent pas à demander de l'aide ou un accompagnement concernant leurs troubles psychiques.
- ✓ **Des parents fragilisés sur le plan de la santé globale** et qui ne parviennent pas à prendre soin d'eux-mêmes.
- ✓ Des parents qui se sentent impuissants notamment lorsqu'ils essaient de faire autorité et de poser un cadre. Les notions de **charge mentale** et « **d'épuisement parental** » se font de plus en plus présentes dans les vécus et dans les discours des parents.
- ✓ **Des parents qui se sentent dépassés** quand leurs enfants sont immergés dans des mondes qu'ils méconnaissent ou qu'ils ne comprennent pas (*les nouvelles technologies de l'information et la communication, les questionnements liés à l'orientation sexuelle ou à l'identité de genre, les conduites ordaliques chez les adolescents...*).
- ✓ **Une difficulté à vivre en couple** et à « faire famille » autour du couple, avec un projet et des valeurs communes ; l'existence de la famille étant davantage liée à la présence des enfants.
- ✓ Une tendance accrue des familles au **repli sur elles-mêmes**, l'extérieur étant parfois vécu comme dangereux ou insécurisant.
- ✓ Des **violences en augmentation** au sein de certaines familles : ces violences protéiformes s'exercent au sein du couple et/ou envers les enfants.
- ✓ **Une augmentation du processus de parentification des enfants** face à des parents débordés, perdus, impuissants qui se confient à eux et les envahissent bien involontairement de leurs préoccupations d'adulte.
- ✓ Des préoccupations professionnelles et une évolution des pratiques sociales (frontières entre vie privée et vie professionnelle, télétravail, connexion permanente via les smartphones, etc.) qui tendent à **réduire la disponibilité des parents à l'égard de leurs enfants**.

- ✓ **Un sentiment d'impuissance des parents** face à la dégradation de la santé mentale des adolescents, une multiplication des décrochages scolaires ou une augmentation significative des phénomènes de harcèlement scolaire et de cyberharcèlement.  
Si ces éléments d'analyse issus de nos pratiques de terrain ne sont pas exhaustifs, ils contribuent à nourrir nos réflexions et à adapter nos dispositifs.  
Ces éléments sont complétés par les diagnostics élaborés par les partenaires institutionnels (CAF, Département...).

## L'OFFRE DE SERVICE : UNE PLURALITE DE REPONSES AUX BESOINS DES PARENTS

Différentes modalités d'accompagnement sont proposées aux familles, permettant une appropriation facilitante de réponses aux besoins identifiés. Nous relevons de façon transverse deux modalités principales : les accueils en collectif et les accompagnements individuels.

### INDICATEURS CLES DE L'ANNEE 2025

#### Fréquentation globale des accueils collectifs en 2025 :

	Venues spontanées Café des parents	Accueils Maison des bébés	Conférences débats	Groupe d'échanges thématiques	Ateliers
Nombre de parents concernés en 2025	<b>611</b>	<b>154</b>	<b>113</b>	<b>74</b>	<b>34</b>
Tendance par rapport à 2024	547	62	67	86	37

En 2025, **986 parents** ont été accueillis dans les espaces collectifs de la Maison des parents, que cela soit dans le cadre de venues spontanées, de groupes de parole ou d'animations thématiques (799 en 2024).

#### Fréquentation globale des accueils individuels en 2025 :

	Entretiens individuels en présentiel	Entretiens de soutien à distance	Venues spontanées espace ressources
Nombre de parents concernés en 2025	<b>318</b>	<b>252</b>	<b>63</b>

Au total, **633 entretiens** ont été réalisés avec des parents sur la modalité d'accompagnement individuel. (463 en 2024)

Ce que les parents expriment avant tout, c'est le souhait d'être écoutés, aidés, accompagnés, dans leurs préoccupations et leurs questionnements relatifs à l'éducation et à la relation qu'ils entretiennent avec leurs enfants.

L'isolement et le sentiment de solitude sont retrouvés chez bon nombre de parents dans leur quotidien avec leurs enfants et pour lesquels plus aucune forme de socialisation n'est développée.

La richesse du collectif réside, pour les parents, dans le sentiment qu'ils ne sont pas seuls face à leurs déceptions, leurs incompréhensions et parfois, leur impuissance. Nous retrouvons une forme de réassurance pour les parents lorsqu'ils partagent et discutent autour d'une problématique commune, dans une dynamique de pair-aidance.

En effet, au-delà des théories, les études scientifiques tendent à montrer la pertinence des partages d'expériences et parcours de vie. Ces instances systémiques où se croisent différentes pratiques, dans un climat de bienveillance et de non-jugement, développent l'émergence de nouvelles habiletés parentales et favorisent le processus de résilience.

### Description synthétique de l'action

Le Café des parents de l'EPE est un lieu collectif qui s'appuie sur l'expression de chacun et la dynamique de groupe dans un climat convivial depuis son ouverture en 2004. Il mise sur les alliances atypiques et l'intelligence collective pour accompagner les parents et valoriser leurs compétences.

Le Café des parents est un espace de partage des savoirs et des savoir-faire au sujet de l'éducation, un lieu de questionnement et de recherche collectif.

Il représente une ressource à disposition de tout parent, grands-parents, beaux-parents, futurs- parents, il est également un lieu de brassage des idées et des modèles éducatifs.

Si la tasse de café symbolise un a priori de convivialité, le Café des parents est avant tout un lieu d'échanges et de paroles, ayant une fonction de prévention. Il met les parents en situation de s'épauler entre eux et/ou de s'appuyer sur un binôme de professionnel-le-s mais sous une forme différente du traditionnel « face à face individuel ».

Les parents trouvent au Café des parents, de la part des professionnelles, une écoute authentique, empathique, bienveillante et, de la part des autres parents, tolérance et soutien.

Au Café des parents, chacun est respecté dans son approche et les évolutions de chacun sont reconnues. Le lieu est investi comme un lieu constant, on vient y déposer sa difficulté du moment et les professionnelles s'attachent à faire circuler la parole et à animer le débat à partir de ce que les parents y apportent.

Mettre les parents en relation est une dimension centrale dans le Café des parents, la présence des intervenants permet de garantir un cadre d'échange sécurisé et respectueux de chacun.



## Les principes fondateurs du Café des parents

- Les orientations théoriques du projet se situent à la croisée des champs éducatif, psychologique et pédagogique.
- Nous nous centrons sur la personne, ses potentiels, son expression, ses besoins et non sur ses carences et sur ses échecs.
- Nous sommes attentifs à l'interculturalité, ainsi qu'à la mixité sociale en prenant en compte les spécificités de chacun.
- Nous souhaitons développer les compétences de solidarité entre les parents.

## Objectifs

- Sortir les parents de leur isolement éducatif et relationnel ;
- Soutenir les parents dans le vécu de leur parentalité de façon inconditionnelle ;
- Encourager la dynamique de groupe et favoriser les initiatives ;
- Valoriser le rôle et les compétences des parents ;
- Favoriser les échanges entre parents à travers la notion de pair-aidance ;
- Être un lieu de ressources pour les parents et les professionnel·le·s de l'éducation ;
- Être un vecteur de socialisation pour l'enfant et pour le parent.

## Mise en œuvre opérationnelle

Situé dans une rue passante de l'hyper centre de Metz, accessible par la proximité de l'ensemble des transports en commun, ce lieu est facilement repérable par sa grande vitrine et ses affiches colorées.

L'accueil y est libre, anonyme et sans rendez-vous.

Les parents peuvent venir avec ou sans leurs enfants et sont accueillis de façon inconditionnelle par les professionnelles, sans être l'objet d'un jugement critique, d'une indication, encore moins d'une stigmatisation.

L'espace se présente comme un lieu convivial avec ses fauteuils confortables et son canapé, le bar comptoir (qui évoque l'esprit du salon) où les accueillantes préparent les boissons. L'endroit est décoré avec soin pour le rendre chaleureux. Le Maison des parents est ouverte sur les différents espaces, ce qui permet aux parents de garder un œil sur leurs enfants qui jouent à proximité, dans un espace qui leur est dédié.

**Les temps d'ouverture informels** favorisent la venue spontanée des parents tout au long de la semaine, de façon libre, sans prise de rendez-vous ou problématique identifiée. Durant ces temps « informels », les parents arrivent de façon aléatoire, leurs demandes sont hétérogènes, et la dynamique de groupe est spécifique à chaque accueil en fonction des personnes présentes.

Les professionnelles ont pour objectif d'accueillir les parents de façon inconditionnelle et de les mettre en relation.

Les temps de présence sont limités à deux heures, permettant un flux d'utilisateurs dynamique au cours de l'après-midi.

Le Café des parents est ouvert au public du lundi au samedi (après-midi) :

- **A la Maison des bébés** (6 rue du Haut de Sainte Croix) les lundis et les mardis de 14h à 17h dans le cadre d'un accueil axé sur les 1000 premiers jours (correspondant à la période allant du 4<sup>ème</sup> mois de grossesse au 2 ans et demi de l'enfant).
- **A la Maison des parents** (32 rue Dupont des Loges à Metz) du mercredi au samedi de 14h à 18h ; sur son site initial (depuis 2004) et accueille les parents d'enfants âgés de + de 2 ans et demi sans limite supérieure.

## **Les Chiffres clés 2025 et analyse qualitative**

Cette année, nous avons enregistré **765 passages d'adultes** (609 en 2024) et **281 enfants** (contre 371 en 2024), soit en moyenne **4 personnes par ouverture**.

- **247 accueils journaliers** ont eu lieu au Café des Parents (261 en 2024) un accueil représentant une demi-journée de 4h dont 88 à la Maison des bébés).
- **154 passages à la Maison des bébés** ont eu lieu sur un volet périnatalité (62 en 2024).

- **236 familles différentes** (contre 169 en 2024) sont venues sur les ouvertures quotidiennes tout au long de l'année.
- **Les familles restent en moyenne 1h30** à chaque passage au sein du lieu, signe d'une aisance à s'installer et à pouvoir échanger avec les autres parents et les accueillants présents.
- Parmi elles, **121 venaient pour la première fois** au Café des Parents (contre 114 en 2024).

Nous constatons une hausse d'année en année des nouvelles familles, signe de la visibilité du lieu et du travail conjoint avec les différents partenaires du territoire. En effet, l'orientation au Café des parents via un professionnel de santé ou du secteur de l'éducation est un vecteur privilégié.

En outre, l'articulation des deux équipements Maison des bébés et Maison des parents offrent davantage de visibilité aux familles sur le territoire en termes de soutien à la parentalité et d'espaces ressources.

**Le nombre moyen de passages est compris entre 3 et 4 pour chaque famille** au cours de l'année.

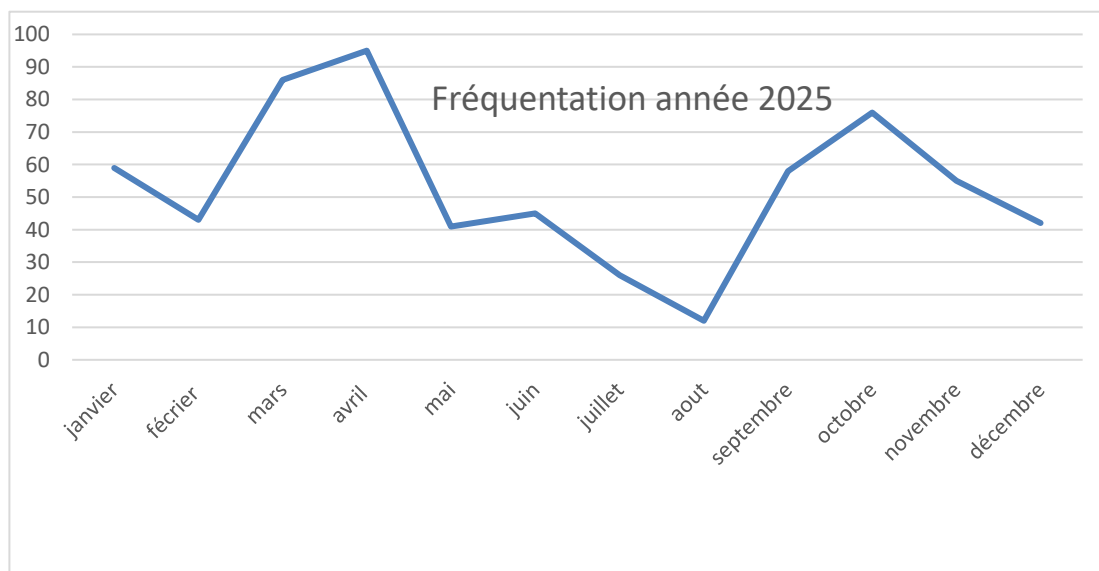
Les jours de plus grande fréquentation sont le **mercredi et le samedi**. A la Maison des bébés, les lundis ont été davantage fréquentés que les mardis (98 passages contre 56).

Depuis janvier 2025, nous proposons des groupes d'échanges thématiques sur l'accueil du lundi à la Maison des bébés pour mobiliser davantage les parents de jeunes enfants. Nous y traitons des sujets fréquemment questionnés par les parents tels que le sommeil, l'alimentation ou encore le développement, sous un angle psychologique, complémentaire aux actions déjà menées. Le mardi est resté un Café des parents de type « informel » ouvert aux parents et leurs questionnements spontanés.

La programmation thématisée du lundi vient sans doute expliquer la fréquentation plus élevée sur ce créneau.

- **Typologie des usagers**

- Les **mères** sont majoritairement représentées de façon très significative (86% contre 14% de fréquentation pour les pères)
  - Les familles sont essentiellement **monoparentales** (55% d'entre elles), suivies par les familles dont le couple est « initial » (41%). Les familles recomposées et les autres configurations familiales représentent 4% des accueils spontanés.
  - Les usagers ont connaissance du lieu **via les professionnels** du champ médico-psycho-social 76% des nouvelles venues, dont une proportion non négligeable par le biais de la Maison des bébés.
  - En majorité, les usagers proviennent des **quartiers de Metz** (39% d'entre eux) suivi de Metz centre (24%).
  - **Les familles accueillies sont composées de 2 enfants en moyenne.**
  - Fréquentation : il n'y a pas de distinction significative en fonction de l'âge de l'enfant. Nous constatons que **les parents de jeunes enfants (0 à 6 ans), d'âge scolaire (6-12 ans) et les parents d'adolescents (12-18 ans) voire les parents de jeunes adultes** sont concernés par nos accueils dans les mêmes proportions.
- **Variation de la fréquentation selon la période de l'année**



Nous constatons une fluctuation de la fréquentation du Café des parents en fonction de certaines périodes de l'année, avec une baisse significative en saison estivale, période où nous fermons le lieu durant 4 semaines consécutives.

Les mois de plus grande affluence sont les mois **mars, avril et d'octobre**, période où l'on retrouve des vacances scolaires et qui sont centrales dans l'année (en dehors de la rentrée et fin d'année scolaire, et en dehors des fêtes religieuses et républicaines).

- **Contenus des échanges entre parents dans le cadre des venues spontanées**

Cette année, les sujets et problématiques abordés dans les conversations entre parents au sein du lieu se sont centrées sur :

**→ Ecole / Relations familles-école / Devoirs / Harcèlement scolaire :**

Les parents s'accordent pour dire que la relation de confiance et la compréhension mutuelle entre les parents et l'école constituent un enjeu déterminant pour la réussite de tous les enfants. Néanmoins, la communication peut s'avérer difficile lorsque les représentations mutuelles sont teintées d'aprioris. Nous notons que des termes négatifs sont souvent employés pour définir ces relations (malentendu, distance, méfiance...).

Les devoirs sont toujours une source de conflit important à la maison avec l'enfant. Les premières rentrées des classes en maternelle ou en élémentaire sont souvent source d'appréhension pour les parents mais aussi de fierté car l'enfant sort de son statut de bébé.

La chute des résultats scolaires est fréquente chez les adolescents, elle est parfois révélatrice d'un symptôme (conflits intra familiaux, difficultés à trouver sa place dans la société...).

Cette année encore, les questions de décrochage scolaire et de harcèlement scolaire ont fréquemment été évoquées. Quand un enfant est timide, en difficulté scolaire, ou présente une différence, il est parfois stigmatisé par le groupe.

Enfin, les questions liées à l'orientation scolaire sont récurrentes, les parents déplorant leurs difficultés pour accompagner leurs ados à trouver un projet professionnel / de formation.

**→ Education / Communication parents-enfants / Coéducation :**

L'éducation dite « positive » a encore beaucoup été discutée au Café des parents cette année, en lien notamment avec les nombreux débats relayés dans la sphère médiatique. Les professionnels du Café des parents ont pu apporter des nuances importantes sur les différents points de vue et les parents ont pu exprimer les bénéfices et les limites qu'ils constataient à cette approche éducative.

Ainsi les émotions de l'enfant, l'épanouissement du parent, le cadre et les limites, ou encore l'estime de soi ont été des thématiques que nous avons régulièrement abordées ensemble.

Nous retrouvons deux phases de développement où les questions éducatives se posent davantage, à savoir la phase d'opposition de 2 ans et la crise adolescente à partir de 12 ans.

Pour ces deux périodes, le parent peut se sentir démuni dans la transformation de la relation qui peut s'opérer avec son enfant qui grandit et accède à une nouvelle étape de sa vie, de son autonomie.

La gestion de la parentalité numérique est souvent discutée, les parents se sentant souvent démunis face à une consommation importante des jeux vidéo ou des réseaux sociaux de leurs enfants, et des possibles impacts sur les différentes sphères de leur vie.

Aussi, la notion de coéducation est souvent discutée, que cela concerne les places et rôles de chacun en fonction des évolutions familiales, mais également le soutien et le relais possibles à travers l'implication des grands-parents ou de la famille élargie concernant l'éducation des enfants.

De même, la question des remaniements dans le cadre des familles recomposées et des différents impacts sur les parents et les enfants des conjoints respectifs est aussi une préoccupation récurrente.

### → Santé mentale et physique

Nous constatons que les sujets liés à la santé mentale s'expriment désormais de façon banalisée et souvent assumée au sein du café des parents.

Les parents abordent davantage leurs difficultés psychiques (troubles anxieux, dépressifs...) et le mal-être relatif à leur parentalité parfois (déprime, isolement, burnout parental, dépression post-partum...)

De même, les parents expriment le besoin d'être accompagnés sur le plan psychologique avec des entretiens de soutien ou via une aide médicamenteuse.

Les troubles psychiques ou les handicaps qui touchent l'enfant et l'adolescent ont également préoccupé les parents : dépression, hyperactivité, troubles du spectre autistique, troubles alimentaires....

### → Travail / Formation professionnelle / Reconversion :

Pour les parents qui travaillent, concilier la vie familiale et la vie professionnelle reste une priorité. Nous constatons que l'organisation des deux sphères peut-être source de pression pour les parents.

Des mères reconsidèrent leur carrière professionnelle dès l'arrivée des enfants, soit parce qu'elles veulent retrouver un sens au travail, soit parce qu'il faut trouver un emploi compatible avec les obligations liées à la vie de famille.

Ainsi, bon nombre de parents se tournent vers d'autres voies professionnelles, reprennent des études, engagent une formation.

### → Comportement de l'enfant :

Les parents peuvent se sentir désemparés face à des enfants intolérants à la frustration, que cela concerne des jeunes enfants lors de la phase d'opposition ou des adolescents guidés par une quête identitaire.

Dans cette lignée, des enfants ne parviennent pas à accéder à un minimum d'autonomie : refus de s'habiller seuls, de participer aux tâches de la maison.

En outre, d'autres abordent des troubles du comportement ayant pu être diagnostiqués chez leurs enfants : instabilité, agitations, troubles autistiques, sélections alimentaires sévères, handicap, colères à répétition, troubles sévères du sommeil, phobies scolaires...

Des parents viennent au Café des parents afin de parler de leurs difficultés, demander conseil sur des prises en charge ou simplement se faire accompagner quand ils sont sur la liste d'attente d'un lieu de soin ou de consultation.

Les spécificités du comportement de l'enfant, qu'elles soient passagères ou chroniques ont pu être évoquées par les parents, qui souvent, se sentent impuissants. Les troubles du spectre autistiques, les troubles obsessionnels compulsifs, les phénomènes de sélection alimentaire ont par exemple été des sujets évoqués régulièrement.

La notion de co-éducation apparaît souvent massivement dans les discours de ces parents qui ont besoin de sentir du soutien de la part de l'autre parent lorsque le comportement de l'enfant peut le mettre en difficulté ou l'interroger.

### → Société / Actualités :

Cette année encore, les événements nationaux et internationaux (crise économique, guerre en Ukraine, conflit israélo-palestinien...) ont indéniablement marqué l'année et les discussions des parents au sein du lieu. Les parents ont pu exprimer leurs craintes, leurs appréhensions, et leurs difficultés de projection dans un avenir à moyen-long terme pour eux et leurs enfants.

### → Activités culturelles, sportives et artistiques /Partage de temps familiaux :

Le thème des activités est récurrent au Café des parents, il est souvent une « porte d'entrée » qui facilite la mise en relation avec les accueillantes ou les autres parents présents. « *Aujourd'hui on a fait un gâteau ensemble* », « *nous sommes allés à la piscine* », « *c'était l'anniversaire de la petite cousine* ». Les parents apprécient partager des moments de complicité avec leurs enfants et se sentent comblés lorsque ces moments se déroulent comme ils l'avaient espéré.

Certains parents nous confient avoir du mal à jouer avec leurs enfants « *je n'ai pas assez d'imagination* », « *ça ne m'intéresse pas* » mais bon nombre d'entre eux font cet effort car ils en ressentent les bienfaits sur la relation qu'ils ont avec leurs enfants.

### → Couple / Vie affective et relationnelle :

Se mettre en couple, les hauts et les bas de la vie conjugale, les séparations, les trahisons, ... sont des sujets fréquemment évoqués par les parents.

Faire le deuil du couple quand on se sépare, trouver un terrain d'entente au sujet des enfants, sont des étapes chargées de nombreuses difficultés.

Trouver un nouveau compagnon / une nouvelle compagne peut s'avérer difficile quand il y a des enfants, certains parents utilisent la carte de l'humour pour décrire leurs rencontres.

La difficulté de prendre soin du couple conjugal lorsqu'on a de jeunes enfants est redondante.

En outre, la problématique des violences conjugales est également abordée lors de certains accueils.

### → Développement de l'enfant :

Les questions essentielles concernent exclusivement les grandes acquisitions du jeune enfant, notamment : l'acquisition de la marche, du langage et de la propreté. Des parents nous font part de leurs inquiétudes ou de leurs questionnements sur ces sujets.

La phase d'opposition est également un passage développemental qui met à mal les parents, devant composer avec l'idée d'être à l'écoute de la frustration de leur enfant qui s'assume tout en lui posant un cadre clair et ferme pour sa sécurité physique et psychique.

### → Relations intrafamiliales :

Les rivalités fraternelles constituent une problématique générant des conflits familiaux plus denses, souvent culpabilisants pour les parents qui ont l'impression de passer beaucoup de temps à essayer de faire autorité face aux rapports de force qu'ils vivent au quotidien entre leurs enfants.

Les outils de gestion de conflits, la réassurance concernant l'émotion normale qu'est la jalousie, permettent aux parents de relativiser et de prendre de la hauteur concernant ce phénomène.

Familles monoparentales, familles recomposées, familles homoparentales : l'évolution des configurations familiales est toujours d'actualité et pose les questions de la place et du rôle de chacun.

Le manque de soutien de solidarité familiale lorsque la famille est éloignée géographiquement peut par exemple être difficile au quotidien.

En outre, certains parents ont fait le choix de couper les ponts avec leurs familles, notamment lorsqu'ils ont pu analyser la toxicité ou l'emprise qu'ils pouvaient ressentir dans leur enfance ou adolescence par exemple.

Dans certains cas, une présence intergénérationnelle peut être active de la part des grands parents, qui ont un rôle important à jouer dans l'accompagnement de l'enfant d'un point de vue affectif et éducatif.

Dans cette thématique, la place des beaux-parents au sein des familles recomposées est également source de questionnement et de confrontation éducative. Quelle est leur place dans l'éducation des enfants de leur conjoint-e ? Jusqu'où peuvent-ils intervenir ? Peuvent-ils imposer les mêmes règles qu'à leurs propres enfants ? Ils osent exprimer parfois le manque d'affection pour leurs beaux-enfants ou au contraire la difficulté à accepter le rejet de certains pouvant remettre ainsi en question leur relation conjugale.

Faire famille reste un désir pour nombre de parents qui restent attachés aux moments partagés, aux récits familiaux.

### → Comportement de l'adolescent :

Les parents ont pu échanger sur les transformations inhérentes au processus adolescent et aux répercussions que celles-ci pouvaient avoir sur les relations qu'ils avaient avec eux.

La socialisation de l'adolescent, se détournant de la sphère familiale pour se concentrer sur la sphère amicale, a été mise en avant par les parents.

Les questions inhérentes à la crise identitaire, la quête d'une sexualité ont été partagées par les parents.

L'adolescence et son lot de reviviscences constitue la période relative à bon nombre de questionnement chez le parent concernant l'éducation qu'ils transmettent « *je ne peux plus me permettre de le protéger de tout, mais c'est dur pour moi de lâcher prise* ».

Les parents nous font part de conflit multiples avec leurs adolescents : la gestion des écrans, les demandes de sortie, le manque de participation aux tâches ménagères, les résultats scolaires, le non-respect des règles, le manque de respect, etc... Le parent est souvent déstabilisé par l'adolescence, nouvelle période de la vie de leur enfant. Les revendications, les portes qui claquent, le détachement de la vie familiale, l'importance de plus en plus grande du réseau amical le laissent souvent démuni avec l'impression de ne plus avoir d'autorité et que son enfant lui échappe. Il ne sait plus quel cadre éducatif maintenir, notamment lorsqu'il s'agit d'enfants majeurs qui revendiquent leur autonomie tout en vivant sous le même toit. Ces tensions régulières épuisent le parent et instaurent un climat délétère au sein de la famille. À bout, certains interrogent leurs propres réactions et avouent, parfois, avoir adopté une attitude violente (ou craignent d'en arriver à cette extrémité). D'autres disent ne plus supporter leur enfant, relèvent uniquement les aspects négatifs de la relation et expriment un sentiment de rejet par moment.

La complexité de la relation parent-adolescent et les incompréhensions réciproques qu'elle implique nous amène parfois à proposer une orientation vers notre « *Point Accueil* ».

*Ecoute Jeunes* », ou notre service de « *médiation familiale* » afin qu'ils puissent bénéficier d'un accompagnement personnalisé en lien avec leurs problématiques relationnelles.

#### → **Comportement du jeune adulte :**

La prise d'autonomie et d'indépendance ont caractérisé les échanges entre parents sous cette rubrique concernant leur jeune adulte en recherche de projets professionnels.

Certains parents ont pu exprimer leurs satisfactions de constater la maturité et la responsabilité qu'elle retrouve chez leur enfant devenu adulte.

Pour d'autres, dans le prolongement de la phase adolescente, il peut être difficile pour certains jeunes adultes de s'ancrer dans une vie autonome et indépendante. Le vivre ensemble peut alors devenir compliqué entre les parents et leurs enfants. « *C'est un adulte mais il vit encore sous mon toit, donc je continue de commander* ».

#### → **Périnatalité**

Les discussions autour du bouleversement que constitue l'arrivée d'un enfant fait l'unanimité. Les parents peuvent exprimer le fait qu'ils n'étaient pas forcément préparés et déplorent les messages toujours positifs que nous pouvons entendre sur la maternité et la parentalité de façon plus large.

De façon générale, les jeunes parents apprécient de trouver soutien pour les questions d'allaitement et du sevrage de leur enfant, la gestion du sommeil des petits ou des pleurs du nouveau-né. Ils apprécient de sortir de l'isolement que crée parfois cette période.

Plus rarement, les complications liées à la grossesse ou à l'accouchement, la prématurité, la dépression post-partum, les phobies d'impulsion, ont été également évoqués.

#### → **Modes de garde :**

Le mode de garde du jeune enfant est vécu comme un temps de pause ou de répit pour les parents, en particulier quand les mamans ne travaillent pas. Les places occasionnelles sont rares sur certains secteurs et souvent annoncées libres aux parents le jour même, ce qui ne leur permet pas d'organiser leur temps personnel.

Trouver un mode de garde adapté au lieu de vie et aux horaires reste une vraie difficulté pour de nombreux parents. Les parents parlent souvent de façon positive des modes de garde et aimeraient parfois en bénéficier plus aisément en particulier pour faciliter leurs démarches de recherche d'emploi.

Entre parents séparés ou divorcés, le sujet de la garde alternée est souvent évoqué, en considérant les bénéfices et les inconvénients de cette modalité de garde.

Certaines familles peuvent compter sur leurs aînés pour garder les plus petits, ce qui peut être pointer de façon valorisante pour les grands qui peuvent gagner en confiance en eux lorsque le parent leur confie les plus petits.

#### → **Logement :**

La question du quartier où l'on habite reste fondamentale. Des quartiers d'habitat social de Metz apparaissent pour les parents comme manquant de sécurité, en particulier pour les femmes élevant seules leurs enfants.

Le logement est parfois peu adapté au confort de la vie de famille (trop exigü, délabré, mal chauffé ou dans un quartier peu sûr).

Pour autant, habiter Metz est une priorité pour de nombreux parents, en particulier pour des questions de mode de garde, du coût de la cantine et des périscolaires, mais aussi pour l'accès à l'emploi via les transports urbains.

Nous avons, cette année encore, suivi régulièrement des parents hébergés en foyer. Intégrer un nouveau logement est essentiel au nouveau départ de ces parents.

#### → **Isolement social :**

Certains usagers verbalisent un sentiment de solitude en lien avec l'éloignement géographique de leur entourage, un contexte de famille monoparentale ou encore des conflits familiaux importants qui ont conduits à une rupture relationnelle.

Au second plan, nous retrouvons les problématiques **liées à la multiculturalité, à l'argent ou encore aux traumatismes et à la violence.**

#### → **Les violences subies et/ou agies.:**

Dans une moindre mesure, le conflit dégénère et les parents évoquent des violences subies de la part de leur enfant. Il s'agit ici de toute situation où un enfant profère régulièrement des insultes, menaces ou utilise la violence physique, psychologique et/ou financière, sur l'un de ses parents ou les deux. Les parents signalent donc des bousculades, du chantage au suicide, de fugue afin d'obtenir vêtement de luxe, smartphone, jeux vidéo ; des insultes, des humiliations, des menaces à l'arme blanche, des coups de pieds, de poings. Ces violences concernent aussi bien les pères, les mères, mais aussi les couples. Cette violence des enfants n'est pas forcément évoquée d'emblée par les parents. La « porte d'entrée » de la problématique peut être présentée comme un problème de gestion des écrans, un manque de respect des règles, des disputes... C'est souvent lorsque la relation de confiance est installée, que les parents peuvent mentionner les violences dont ils sont victimes. Ces parents violentés font état de leur épuisement, des sentiments de honte, de peur ; certains avouant être terrorisés au point de craindre de rentrer chez eux. Beaucoup n'osent pas demander de l'aide par

crainte de se voir retirer la garde de leur enfant. Ils sont à la recherche d'outils pour faire face à cette violence récurrente pouvant les aider à adopter la bonne attitude pour éviter une escalade de la violence. En effet, certains rétorquent en retour, engendrant culpabilité, tandis que d'autres disent subir, ne plus réagir ou céder en espérant ainsi un apaisement rapide.

- **L'accueil des enfants au sein du lieu**

Bien que les parents puissent apprécier et avoir besoin de répit dans le cadre d'un accueil au Café des parents sans la présence de leurs enfants, le lieu peut également représenter un lieu de socialisation pour les enfants pour certaines familles.

Les aires de jeux proposées dans un espace ouvert et sécurisé permettent une forme de tranquillité pour les parents qui y voient un double bénéfice pour eux et leurs enfants.

Cette présence des enfants représente également la possibilité pour les accueillantes professionnelles d'observer la relation d'attachement ou les difficultés de développement évoquées par le parent et de pouvoir leur en faire un retour.



## LES GROUPES D'ÉCHANGES THÉMATIQUES

**Les groupes d'échanges thématiques** sont des temps de partage autour d'un sujet commun, défini et programmé en amont.

Durant ce temps, les parents présents vont évoquer de leur situation en lien avec le thème, de leur expérience personnelle, des questionnements auxquels ils sont confrontés.

Le professionnel qui anime le débat reformule les éléments saillants et invite les autres participants à témoigner. En fin d'échange, il peut être amené, en fonction du thème abordé, à donner quelques pistes à explorer.

Chacun repart, non pas avec des théories, mais bien avec un nouveau savoir, singulier, qu'il s'est approprié.

Ces temps d'échanges thématiques sont communiqués au début de chaque mois et positionnés le samedi après-midi, jour de plus grande affluence au Café des parents. **Les thèmes sont choisis en amont par les parents**, recensés sur les temps d'accueils ou via les questionnaires d'évaluation transmis après chaque rencontre thématique (conférences, débat, ateliers...).

Les débats durent en moyenne 2h et font l'objet d'un compte rendu présenté dans notre gazette, (décrite ci-après) après relecture et validation de chacun des participants.

Trois temps d'échanges thématiques sont proposés au cours de chaque mois selon un calendrier et un programme établi.

### **Thématiques des 28 groupes d'échanges proposés en 2025 :**

- 11 janvier : **Mes bonnes résolutions de parent**
- 18 janvier : **Vie affective des adolescents**
- 29 janvier : **Garçons-filles : même éducation ?**
- 8 février : **La charge mentale**
- 15 février : **Parentalité : et mon couple dans tout ça ?**
- 22 février : **Réussir à limiter les écrans à la maison**
- 8 mars : **Être mère, être femme**
- 22 mars : **Le parent confronté à l'agressivité de son ado**
- 12 avril : **La gestion des devoirs**
- 26 avril : **La culpabilité parentale**
- 17 mai : **Prendre soin de soi en tant que parent**
- 24 mai : **Accompagner les émotions de mon enfant**
- 7 juin : **Les écrans à la maison**
- 14 juin : **Être parent en étant séparé de mes enfants**
- 28 juin : **Parler des émotions en famille**
- 19 juillet : **La charge mentale : parlons-en !**
- 26 juillet : **Parentalité d'hier, d'aujourd'hui et de demain**
- 13 septembre : **Le développement psycho-affectif**
- 27 septembre : **Vivre avec un enfant en situation de handicap**
- 11 octobre : **Jeu éduc'écrans : gérer les écrans à la maison**
- 15 octobre : **Portes ouvertes et ateliers à la MDP**

- 25 octobre : **La charge mentale des parents**
- 15 novembre : **Le rôle des grands-parents dans l'éducation**
- 22 novembre : **L'amour et les ados : prévention, information**
- 29 novembre : **Parentalité et lâcher prise : un casse-tête ?**
- 6 décembre : **Concilier couple parental et couple conjugal**
- 13 décembre : **La parentalité à l'heure des réseaux sociaux**
- 20 décembre : **Favoriser le lien parent-enfant**



**Au total, 74 personnes ont participé à nos échanges thématiques cette année**  
(contre 73 personnes en 2024).

## Les rendez-vous des parents

Les semaines de la parentalité proposées par la CAF, et auxquelles nous participons depuis 9 ans, offre un « coup de projecteur » sur nos actions durant la 1<sup>ère</sup> quinzaine du mois d'octobre.

La mise en lumière de nos dispositifs ainsi que ceux de nos partenaires, permettent aux parents de prendre conscience de la diversité de l'offre de services proposée sur le territoire et de s'y référer, en fonction de leurs besoins.

## LES CONFERENCES - DEBATS

La société actuelle regorge d'informations, de méthodes, d'ouvrages et de médias, dits spécialisés en parentalité.

Si l'accessibilité et la multiplication des ressources disponibles peuvent être considérées comme positives, les parents peinent parfois à s'y retrouver.

La fiabilité de ces ressources peut parfois être questionnée, tant dans leurs contenus (absence de nuances, croyances, conseils arbitraires sur des méthodes d'endormissement de l'enfant par exemple) que dans leurs formes (pas de prise en compte de l'environnement des familles, de leur typologie ou de leur configuration...). C'est particulièrement vrai sur les réseaux sociaux.

Ainsi, en proie à des questionnements spécifiques, les parents expriment aujourd'hui le besoin de repères théoriques clairs et actualisés sur certaines thématiques.

### Description synthétique de l'action

Dans une logique de complémentarité des accueils collectifs présentés précédemment, La Maison des parents propose des temps de conférences-débats, à destination des parents et des professionnels de l'éducation et du soutien à la parentalité.

Ces rencontres sont organisées chaque mois (2 heures) sur un thème prédéfini **demandé en amont par les parents** et sélectionné par les accueillantes lors des réunions de pôle.

Sur ces temps de conférence, nous sollicitons généralement un intervenant extérieur pour apporter du contenu théorique sur un sujet en particulier sur lequel il est spécialisé.

A l'issue de la présentation de l'intervenant, les parents peuvent formuler leurs interrogations et remarques et ainsi permettre une interaction avec l'intervenant et le reste de l'assemblée.

### Objectifs

- Informer les parents et les professionnel·le·s
- Contribuer à apporter des repères théoriques et méthodologiques fiables
- Favoriser la rencontre entre parents et entre parents et professionnel·le·s

### Mise en œuvre opérationnelle

**10 conférences** sont organisées chaque année. Elles se programment au rythme d'un événement par mois (hors période estivale) et sont animées par un professionnel, expert du

sujet traité. Ces conférences-débat sont organisées hors du temps d'ouverture du Café des parents sur des créneaux adaptés aux disponibilités du public (samedi matin, fin de journée ou éventuellement soirée).

Un professionnel de la Maison des parents est systématiquement présent afin d'accueillir les participants, garantir un cadre conforme aux valeurs inhérentes à l'association et contribuer aux apports et échanges de l'intervention.

Nous limitons habituellement à 15 le nombre de participants (parents et professionnel·le·s) à nos conférences-débats.



## Les chiffres clés 2025 et analyse qualitative

### **En 2025, nous avons organisés 10 conférences sur des thématiques diverses :**

- 25 janvier : « **Comment accompagner l'enfant/l'ado dans un contexte anxiogène ?** » animée par Séverine Mallavergne, sophrologue : 8 personnes présentes
- 26 février : « **Ecouter ses émotions en tant que parent** », animée par Mathilde Vallerich, EJE : 5 personnes présentes
- 15 mars : « **le jeu comme ouverture créative envers le monde** » (dans le cadre de la **semaine nationale de la petite enfance**) animée par Adrien Blanc, docteur en psychologie et auteur : 28 personnes présentes
- 2 avril : « **bébés placés : la vie devant eux** » (ciné-débat en partenariat avec l'IRTS), animée par Delphine Deru-Courteaux, psychologue à l'EPE Lorraine : 45 personnes présentes
- 9 mai : « **prévention du sexisme et de l'homophobie pour nos ados** », animée par Stéphane Arousseau, président de l'association Couleurs gaies.
- 21 mai : « **parentalité et transculturalité** », animée par Marjane Vorobieff, ancienne directrice du Nid Maternel.

- 10 septembre : « **Petit-déjeuner parents-enfants : quels choix d'aliments pour son développement ?** » animée par Stéphanie Krier, naturopathe : 11 personnes présentes
- 25 septembre : « **La rentrée est passée : on debrief !** » animée par Eve Gillet, psychologue clinicienne : 4 personnes présentes
- 17 octobre : « **Adolescence : mieux comprendre pour mieux accompagner** », (dans le cadre des rendez-vous des parents), animée par Emilie Guichard, psychologue et responsable du pôle jeunesse à l'EPE Lorraine : 8 personnes présentes
- 14 novembre : « **En route vers l'écriture : comment accompagner son enfant ?** » animée par Chloé Gonano, éducatrice spécialisée et graphothérapeute : 2 personnes présentes
- 28 novembre : « **Les violences contre les femmes dans nos fictions préférées : éduquer en limitant les discriminations** », animée par Melina Ramdedovic, psychologue clinicienne à l'EPE Lorraine : intervention annulée
- 11 décembre : « **les étapes de vie d'une famille** », animée par Fleur Croiset, psychomotricienne et thérapeute familiale : 2 personnes présentes



**Au total, 113 personnes ont participé à nos conférences cette année (contre 67 personnes en 2024).**

## LES ATELIERS DE PARENTS ET LES ATELIERS PARENTS / ENFANTS

Afin de se sentir plus confiants dans leur rôle, les parents expriment des besoins spécifiques en termes « d'outils et de méthodes » sur les sujets liés à la parentalité.

A l'heure où nous vivons dans une société dite « de consommation », les parents nous sollicitent parfois plus **concrètement** sur des savoir-faire pour se sentir à l'aise dans les relations intra-familiales et plus spécifiquement dans la communication avec leurs enfants.

La crise sanitaire a notamment fait émerger ce besoin de répondre à des difficultés par le biais de « solutions clé en main », comme nous pouvons l'entendre parfois dans les discours des parents.

Loin de cette idée d'une réponse toute faite, nous proposons néanmoins des applications concrètes dont les parents peuvent se saisir en fonction de leurs besoins.

### Description synthétique de l'action

Des ateliers sont proposés aux parents sur diverses thématiques et prenant appui sur des sources fiables de méthode de communication ou de psychologie positive.

Les ateliers se déclinent sur plusieurs volets : l'éducation respectueuse, le répit parental, l'acquisition du langage, et la parentalité numérique ou tout autre thèmes sollicités par les parents dans le cadre des actions collectives.

### Objectifs

- Développer des habiletés et des compétences par le biais d'outils concrets ou de méthodes.
- Expérimenter des postures et des pratiques éducatives à travers des jeux de rôle, ou des mises en situation.
- Permettre aux parents une compréhension plus fine des enjeux liés à la communication et à la relation parent/enfant.
- Favoriser les notions de solidarité, d'entraide et de pair-aidance dans la parentalité.

### Mise en œuvre opérationnelle

Plusieurs ateliers sont déclinés en fonction de différentes thématiques ou méthode proposée :

- ✓ **Atelier d'éducation respectueuse** : cycle d'apprentissage de 5 ou 7 séances, animé par les consultantes de l'EPE.
- ✓ **Atelier de répit parental** : cycle de 8 séances d'outils pratiques, animée par des psychologues et une sophrologue.
- ✓ **Ateliers « parentalité numérique »** : cycle de 4 séances dédiées à l'appréhension concrètes des outils numériques, animé par un conseiller numérique.
- ✓ **Atelier d'éveil et signes** : cycle d'apprentissage ludiques du langage des signes de 4 séances adapté à la parentalité, animé par une infirmière-puéricultrice.

La nature des ateliers évolue d'une année sur l'autre afin de s'adapter aux besoins et aux attentes exprimées par les parents. **Ces ateliers sont programmés hors des temps d'ouverture d'accueil collectif.**

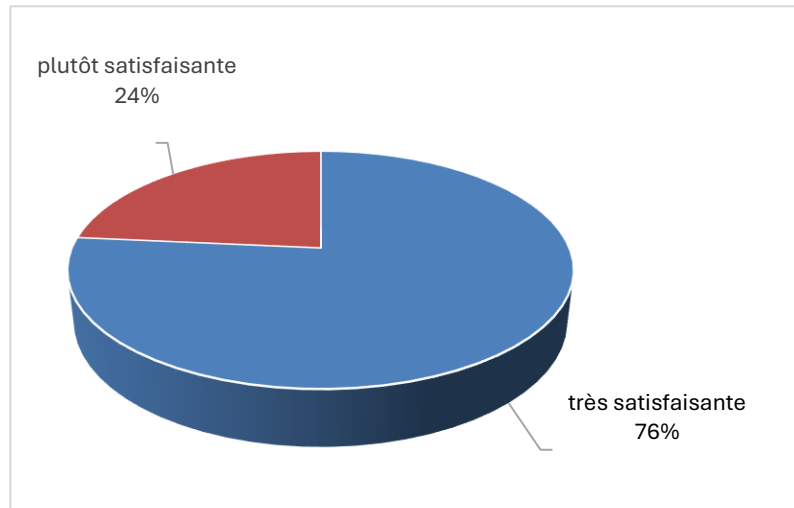
La jauge des ateliers est fixée entre 8 et 12 personnes selon les sujets traités.

## Les chiffres clés 2025 et analyse qualitative

Cette année 2025, nous avons proposé plusieurs types d'ateliers dans le cadre des actions/animations parentalité :

- ❖ **1 atelier d'éducation respectueuse à destination de parents d'adolescents (de plus de 12 ans)**  
5 parents ont participé aux 5 séances de l'atelier
- ❖ **1 atelier d'éducation respectueuse à destination de parents d'enfants (de 3 à 12 ans)**  
10 parents ont participé à un atelier de 7 séances
- ❖ **1 atelier parents-enfants « confiance en soi à 4 mains » à destination de parents et d'enfants de + de 3 ans**  
5 parents ont participé à un atelier de 4 séances
- ❖ **1 atelier de prévention de l'épuisement parentale et de la charge mentale**  
8 parents ont participé à un atelier de 3 séances
- ❖ **1 atelier « Eveil et signes » en partenariat avec la Maison des bébés**  
6 parents ont participé à un atelier de 4 séances

## **Mesure de la satisfaction des usagers sur les ateliers thématiques**



Au total, 34 parents différents ont participé aux ateliers proposés (37 en 2024). L'assiduité des parents qui s'engagent à être présents tout au long des cycles proposés correspond à 163 participations en 2025. Les usagers ont exprimé leur satisfaction concernant l'accessibilité des outils proposés et le format ludique et pédagogique. La possibilité d'échanger et de partager sur des difficultés communes tout en obtenant des éclairages théoriques sur certaines notions en lien avec la parentalité est également soulignée par les participants.

### **Retour des parents sur l'atelier « parents d'ados »**

Cet atelier a pour objectif d'accompagner un groupe fermé de parents en questionnement vis-à-vis de leurs adolescents. Ce groupe s'est rencontré à cinq reprises au sein de la maison des parents, encadré par une des psychologues/consultantes à la Maison des parents.

Les thèmes abordés lors des rencontres sont : les évolutions physiques, psychiques et sociales spécifiques à l'adolescence, l'écoute et l'empathie, la communication et les émotions, les pensées automatiques et comment agir sur celles-ci et sur nos comportements, le cadre et les règles.

La visée de cet atelier est d'offrir aux parents un espace de parole et de rencontre afin d'échanger sur des difficultés communes en lien avec l'identité de parents d'ado, et

aussi des leviers que chacun peut trouver et appliquer dans son quotidien. La psychologue qui anime l'atelier, propose aux parents une pluralité d'outils afin que chaque parent puisse s'appropriier ces derniers de la manière la plus adaptée à leurs besoins et leur réalité. Entre chaque séance les parents peuvent expérimenter les outils et en faire des retours lors de la séance suivante afin qu'en groupe une discussion autour des outils et de leur emploi puisse avoir lieu.

Voici les retours qu'on put nous faire les parents participants à l'issue de la dernière séance :

*"C'était chouette de se voir régulièrement, d'avoir des petits exercices à faire entre les séances pour faire du lien"*

Les différentes personnes participant aux ateliers ont eu l'idée d'inclure leurs ados dans les exercices demandés entre les séances ce qui a permis de (re)créer du lien et des échanges au sein même des familles.

*"Avant les ateliers, dans notre famille on ne s'écoutait pas. Là on a vraiment pu apprendre ce que c'était que d'écouter. Et du coup maintenant on peut aussi se parler"*

*"Je ne sais pas s'il y a un lien avec les ateliers, mais depuis peu j'ai repris l'habitude de dire "je t'aime" chaque jour à mes enfants."*

Le groupe a ainsi permis aux parents de prendre conscience et valoriser leurs forces et leurs compétences et aussi des pistes d'amélioration en lien avec des difficultés rencontrées. Être parent d'ado est un apprentissage quotidien :

*"On a besoin de piquûre de rappel"*

***Gardons en tête, en tant que parent, l'importance d'être indulgent envers soi-même et qu'on gagne toujours lorsqu'on essaye et qu'on ose !***

## LES ACTIONS « ALLER VERS » AUTOUR DE LA PARENTALITE ET DE LA SANTE MENTALE

Comme évoqué précédemment, la notion de santé mentale se banalise dans les discours et la parentalité n'est pas épargnée par les fragilités psychiques qui peuvent y être associées. Le burnout parental, la dépression post-partum, les troubles anxieux ou dépressifs, peuvent être vécues par certains parents de façon plus ou moins intense.

Devenir parent revêt son lot de ressentis positifs mais également d'émotions intenses telles que la peur, la culpabilité ou encore la tristesse. Le corps change et est mis à rude épreuve. Le statut passe soudainement de femme ou homme à celui de parent. Cette période charnière est soumise à de tels bouleversements que le psychisme peut saturer et développer les troubles qu'il convient de prévenir ou de contenir.

De même, accompagner son enfant ou son adolescent afin qu'il devienne un individu épanoui, constitue une pression importante pour les parents, à l'heure où la jeunesse actuelle n'a pas beaucoup d'espoir en l'avenir.

### Description synthétique de l'action

La Maison des parents propose 5 ateliers spécifiques de sensibilisation alliant éclairages théoriques, travaux de réflexions, mises en situation, et outils de prévention en lien avec la santé mentale (troubles anxieux, dépressifs, addictions...) **sur un axe parentalité ou développemental.**

Les ateliers se veulent accessibles à tout public et s'appuient sur des supports pédagogiques favorisant l'interaction et la participation (photolangage, brainstorming, supports vidéo, échange d'expériences, travaux en sous-groupes...).

En complément de ces ateliers à destination des parents, 1 événement phare à plus grande échelle est également organisé à destination du grand public : parents, professionnels, étudiants... (projection ciné-débat, théâtre, webinaire...).

L'équipe pluridisciplinaire des accueillantes du Café des parents et notamment l'aspect psychologique de notre expertise garantit une qualité d'écoute, d'accompagnement et d'orientation en fonction des points de vigilance qui nous permettent de prévenir ces difficultés.

**Ces ateliers complémentaires sont déployés dans le cadre du contrat de ville et bénéficie également du soutien de l'Agence Régionale de Santé.**

## Objectifs

- Lever les tabous et les représentations individuelles et collectives autour de la santé mentale des parents et des jeunes.
- Rendre accessible des outils pour mieux identifier et évaluer les risques.
- Prévenir les moments de crise et les situations de mal-être en tant que parent.
- Orienter les parents vers les services de soin et d'accompagnement adaptés aux besoins.

## Mise en œuvre opérationnelle

Dans une logique de prévention autour de la santé mentale, 5 actions de « sensibilisation à la santé mentale des parents » sont proposées « hors les murs » aux publics de structures partenaires implantées au cœur des quartiers politiques de la ville (démarche « d'aller vers »).

## Les chiffres clés 2025 et analyse qualitative

En 2025, 1 spectacle grand public et 5 ateliers à destination des parents ont eu lieu en partenariat avec différents acteurs du territoire :

- **6 février** : Centre social pioche sur « poser des règles et des limites » : **7 parents**.  
Éléments de contenu : *définition des terminologies, présentation des différentes formes de règles en fonction de l'âge de l'enfant, présentation d'outils/ressources à disposition des parents issus de la communication non violente*
- **14 mars** : Association travailler en Moselle sur « la santé mentale des femmes » : **5 parents** (déroulement de la séance à la Maison des parents de Metz).  
Éléments de contenu : *photolangage sur la santé mentale, présentation des outils « ressources et stressés » et matrice d'Einsehower, présentation d'outils concrets (sophrologie, yoga du rire...)*
- **20 juin** : Les Frigos à Metz : tenue d'un stand « parentalité et santé » avec l'AIEM : environ **30 parents**.  
Éléments de contenu : *promotion des services de l'EPE, échanges spontanés avec les participants et promotion de la santé mentale.*
- **31 octobre** : Laep « la cour ensoleillée » sur « prévention des violences sexistes » : **7 parents et 11 enfants**.  
Éléments de contenu : *droits de femmes et des enfants, liens familiaux conflictuels, violences intrafamiliales*
- **13 novembre** : Centre social Pioche sur « Quelles valeurs je veux transmettre à mon enfant ? » : **8 parents**.  
Éléments de contenu : *rôle du parent, vécu de sa parentalité, transmission intergénérationnelles, valeurs de respect, de confiance et de responsabilité*

- **18 novembre** : Agora de Metz « Spectacle Markus et moi » **80 participants**  
Éléments de contenu : « Markus et moi » est une création à la fois sensible et percutante, qui aborde la santé mentale à l'adolescence, à travers le parcours de Markus et les témoignages de ses proches.  
Le spectacle met notamment en lumière : Le mal-être diffus et le passage à l'acte suicidaire ; Le besoin de repères (musique, amitiés, famille...); Le sentiment d'invisibilité ou d'incompréhension ; Et la force de certains petits instants de joie comme appuis pour tenir. Organisation d'un bord de plateau en présence d'une psychologue et d'un psychiatre de l'enfant et de l'adolescent.  
En articulation avec le service « Point Accueil Ecoute Jeunes » de l'EPE Lorraine.



**Au total, 148 participants ont bénéficié de ces actions dont 68 sont issus des quartiers politique de la ville.**

Au regard des objectifs et des questionnaires de satisfaction (débriefing à froid et à chaud ainsi que par l'évaluation des impacts réalisée par les intervenantes/consultantes, nous faisons le constat que les différentes actions proposées ont permis d'accompagner et soutenir les familles issues des QPV en articulation avec les acteurs du territoire. Elles ont également contribué à réduire les inégalités sociales à travers une prévention précoce. Elles ont enfin contribué à renforcer les comportements favorables en matière de santé global

## LE POINT ECOUTE PARENTS : CONSULTATIONS INDIVIDUELLES OU DE FAMILLE

Pour certains parents, il est parfois nécessaire de proposer un cadre de travail individualisé et adapté à la singularité des situations et des problématiques rencontrées (perte de confiance, fragilité, mal-être, craintes d'être jugé par ses pairs, sentiment de culpabilité ou de honte qui freine l'expression, etc.).

La parentalité peut également être source de reviviscences importantes sur le plan psychique et émotionnel. Il s'agit alors de disposer d'un espace d'écoute et de soutien permettant de « travailler sur soi » afin de consolider sa place et son rôle de parent.

Ainsi, l'aspect transgénérationnel, la notion de crise existentielle que l'on peut vivre au cours de sa vie, les blessures et traumatismes, nécessitent d'être accompagné dans un espace sécurisant.

### Description synthétique de l'action

Le « Point Ecoute Parents » propose des consultations individuelles ou de famille auprès de tout individu désireux de bénéficier d'un espace de parole autour des sujets ou problématiques liées à la parentalité, à l'éducation ou de façon plus générale aux relations intrafamiliales.

Lors des entretiens, le professionnel accueille la parole avec bienveillance et fait preuve d'une écoute inconditionnelle. Il accompagne de manière individuelle en s'adaptant à la singularité de chaque individu, dans une approche non normative.

Par ailleurs, la consultante favorise l'émergence et le développement des compétences parentales, soutient l'estime de soi et développe les compétences psychosociales des familles.

L'accompagnement individuel des parents s'inscrit généralement dans une visée préventive et se distingue d'une prise en charge psychothérapeutique.

La durée et le rythme de l'accompagnement s'adaptent à la problématique et aux besoins exprimés par le parent.

L'analyse de la demande et des besoins peut enfin conduire à réorienter des situations particulières vers d'autres services partenaires (CMPP, PMI, psychiatres, assistantes sociales, etc.).

## Objectifs :

- Informer et accompagner le désir d'enfant (adoption, PMA, etc.) ou le non-désir d'enfant (entretien Pré-IVG)
- Rendre accessible un service de soutien psychologique préventif et généraliste pour tout parent.
- Prévenir les situations de rupture familiale, prévenir les situations de crises conjugales ou intra-familiales.
- Prévenir les situations d'épuisement parental.
- Prévenir les situations de violence intrafamiliale.
- Accompagner l'élaboration du parent dans les mouvements de remise en question, de prise de conscience ou de cheminements personnels.

## Mise en œuvre opérationnelle

La Maison des parents propose **18 heures** de consultation individuelle ou de famille chaque semaine. Le service fonctionne toute l'année à l'exception des périodes de fermeture annuelles de l'EPE (2 semaines en août et la dernière semaine de décembre).

Les consultations proposées (de 45 min à 1h) se déroulent au siège de l'EPE du lundi au vendredi de 9h à 18h, et s'adaptent autant que possible à la disponibilité des parents.

Le profil du professionnel missionné dépend de la problématique exprimée lors de l'analyse des besoins.

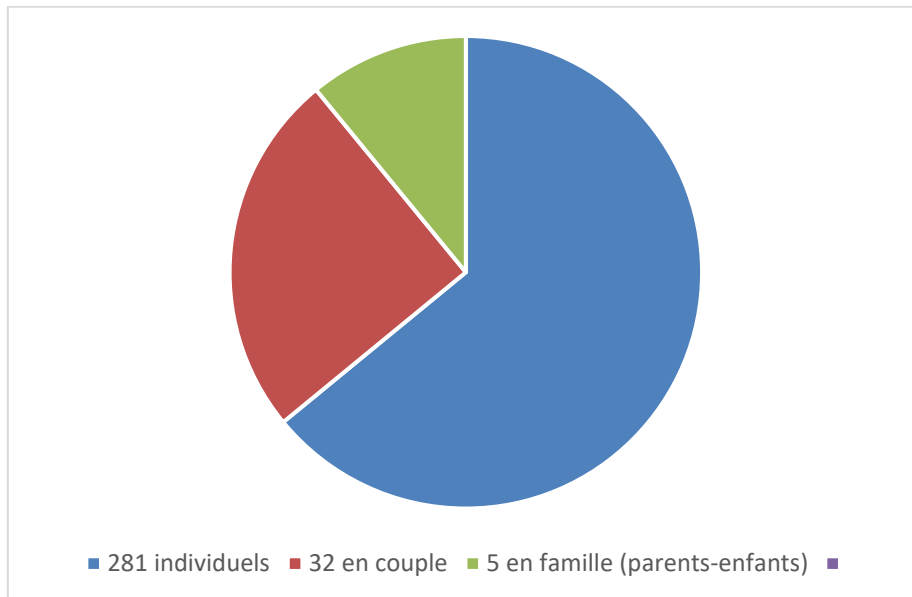
**Ce service bénéficie du co-financement de la Direction Régionale aux Droits des Femmes et à l'Égalité (DRDFE) et s'inscrit en cohérence avec les objectifs de soutien à la parentalité du dispositif « espace de vie affective, relationnelle et sexuelle » (EVARS).**

Le service EVARS conserve un affichage « indépendant » de la Maison des parents pour les consultations et les actions exclusivement dédiées aux couples, aux personnes célibataires, aux personnes LGBTQIA+, aux personnes handicapées ou âgées afin de renforcer la logique de lisibilité de l'offre.

## Chiffres clés 2025 et analyse qualitative

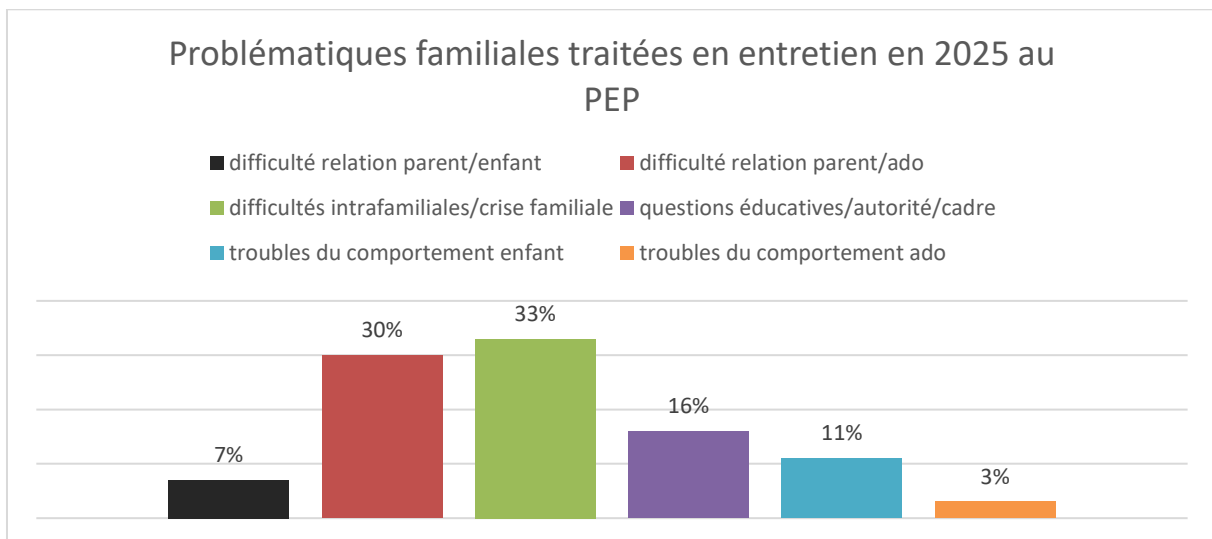
- **318 entretiens réalisés**
- **80 familles différentes accompagnées**
- **96 personnes différentes**

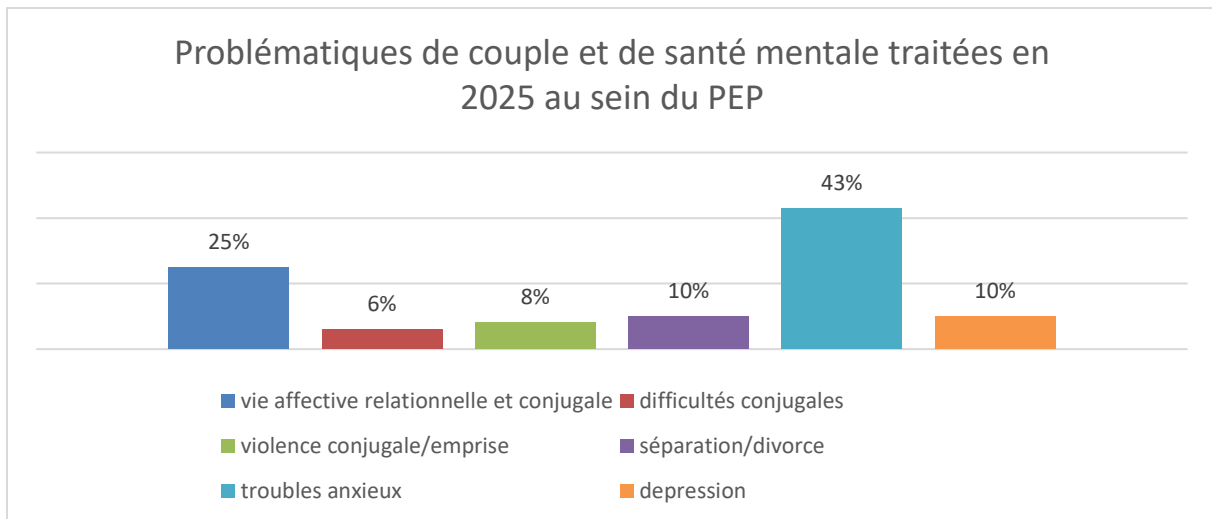
## Configuration des entretiens



L'entretien individuel reste la modalité privilégiée, devant l'entretien de couple et de l'entretien familial. Les personnes se saisissent de cet espace pour y déposer leurs ressentis, leur vécu subjectif et cheminer personnellement dans leurs parcours et leurs trajectoires en tant que parent.

## Problématiques évoquées en consultation par les parents





➤ Relations conjugales et intrafamiliales

Le Point Ecoute Parents est un espace d’expression des difficultés au sein du couple parental en lien avec l’organisation familiale, une relation parent-enfant tendue ou difficile, des conflits au sein des fratries à gérer, des principes éducatifs se confrontant.

Les modifications des relations intergénérationnelles, le développement du travail à temps plein ou atypique des mères hors du foyer familial, la précarité de l’emploi, les difficultés de logement ont un impact certain sur le couple parental mais également le couple conjugal.

L’évolution des configurations familiales reste d’actualité et pose de nombreuses questions autour de la place et du rôle de chacun : l’exercice de la parentalité se complexifie pour les jeunes couples, les familles monoparentales, les familles recomposées et les familles issues de l’immigration notamment.

Le Point Écoute Parents accompagne également les parents confrontés à des **difficultés conjugales**, celles-ci étant souvent étroitement liées à l’exercice de la parentalité.

Les entretiens abordent régulièrement les différentes étapes de la vie conjugale : la formation du couple, les périodes de tension ou de remise en question, les expériences de trahison, ainsi que les processus de séparation. L’arrivée d’un enfant constitue également un **moment charnière**, qui peut venir transformer profondément l’équilibre du couple et les modalités de la relation.

Certains parents évoquent la difficulté de **maintenir un espace conjugal distinct de la fonction parentale**, notamment lorsque les jeunes enfants mobilisent fortement l’attention et l’énergie du couple. Le manque de temps pour soi et pour la relation conjugale apparaît comme un thème récurrent.

Les situations de séparation soulèvent également de nombreux questionnements : faire le deuil du couple, redéfinir les modalités de la coparentalité, ou encore trouver un terrain d'entente autour de l'éducation des enfants. Ces étapes sont souvent chargées d'émotions et peuvent générer des tensions importantes.

La question de la **recomposition familiale** est également évoquée en soulignant la complexité d'articuler une nouvelle relation affective avec la présence et les besoins des enfants issus de deux familles différentes initialement.

Enfin, certains entretiens permettent d'aborder la **problématique des violences conjugales**, révélant la nécessité d'un espace sécurisé sans la présence de leurs enfants où les parents peuvent évoquer ces situations et être accompagnés dans leur réflexion ou orientés vers des dispositifs adaptés.

#### ➤ Comportements de l'enfant

Les parents expriment fréquemment un sentiment de déstabilisation face aux comportements de leurs enfants d'âge scolaire.

Les entretiens abordent également des situations dans lesquelles les parents sont confrontés à des troubles du comportement ou des difficultés psychiques chez leur enfant, qu'ils soient diagnostiqués ou simplement suspectés. Les problématiques évoquées incluent notamment :

- L'instabilité ou l'agitation,
- Les troubles du spectre de l'autisme,
- Des sélectivités alimentaires importantes,
- Certaines situations de handicap,
- Les colères répétées,
- Les troubles sévères du sommeil,
- Les phobies scolaires,
- Les conduites à risque.

Face à ces situations, les parents expriment fréquemment un **besoin de soutien, de repères** concernant le développement de l'enfant, ainsi que de reconnaissance des difficultés qu'ils rencontrent dans l'exercice de leur rôle parental. Les entretiens constituent alors un espace permettant aux parents de mettre en mots leurs questionnements et leurs inquiétudes, souvent teintés de culpabilité ou d'un sentiment d'impuissance.

Dans ce cadre, l'absence de jugement et l'écoute bienveillante favorisent l'expression de ces difficultés et permettent progressivement aux parents de porter un regard différent sur le comportement de leur enfant. Ce travail d'élaboration contribue à une meilleure compréhension des réactions de l'enfant et des enjeux développementaux sous-jacents. Il peut également soutenir une évolution des postures et des réponses parentales, favorisant ainsi des interactions plus ajustées et apaisées au sein de la relation parent-enfant.

La notion de **co-éducation** apparaît aussi très fréquemment dans leurs discours. Les parents soulignent l'importance de pouvoir compter sur le soutien de l'autre parent, mais également sur celui des professionnels ou des institutions, afin de ne pas se sentir seuls face aux difficultés rencontrées.

#### ➤ Comportements de l'adolescent

L'adolescence constitue une période particulièrement riche en questionnements pour les parents. Les entretiens font émerger les préoccupations liées aux **processus d'autonomisation, à la construction identitaire et à l'émergence de la vie affective et sexuelle** chez les adolescents. Les questions inhérentes à la crise identitaire ou la quête d'une sexualité sont alors fréquentes.

Les parents évoquent souvent la difficulté d'ajuster leur position éducative : trouver un équilibre entre protection et autonomie, poser des limites tout en respectant le besoin d'indépendance de l'adolescent.

La relation parent-adolescent peut ainsi être marquée par des **incompréhensions réciproques et des tensions relationnelles**, qui nécessitent parfois un accompagnement spécifique.

Dans certaines situations, lorsque les difficultés relationnelles apparaissent plus marquées, les parents ou leur adolescent peuvent être orientés vers d'autres dispositifs du service, tels que le **Point Accueil Écoute Jeunes** ou le service de **médiation familiale**, afin de bénéficier d'un accompagnement plus adapté à leurs besoins et à ceux de leur enfant.

#### ➤ Expression des troubles anxieux et santé mentale des parents

Dans près de la moitié des rendez-vous, des manifestations d'anxiété sont évoquées ou perceptibles dans le discours des parents. Ces inquiétudes peuvent prendre différentes formes : peur de ne pas être « à la hauteur », crainte des conséquences des difficultés rencontrées par leur enfant, sentiment d'impuissance face à certaines situations

éducatives, ou encore surcharge émotionnelle liée à l'accumulation de tensions familiales, conjugales ou professionnelles.

Ces manifestations anxieuses s'inscrivent souvent dans un contexte plus large de **fragilisation de la santé mentale des parents**. Les entretiens mettent en évidence combien les difficultés rencontrées dans la sphère familiale peuvent avoir des répercussions sur l'équilibre psychique des parents, tout comme les fragilités personnelles ou les périodes de vulnérabilité psychologique peuvent influencer la manière dont ils vivent et exercent leur parentalité.

Par ailleurs, les parents évoquent fréquemment un sentiment d'isolement, un manque de repères ou encore une forte exigence envers eux-mêmes dans l'éducation de leurs enfants. Les multiples injonctions sociales autour de la parentalité peuvent également contribuer à renforcer le doute et la pression ressentie, participant ainsi à l'émergence ou à l'entretien d'un état anxieux.

Les entretiens contribuent ainsi fréquemment à un **apaisement des tensions psychiques et à une diminution du sentiment d'anxiété** en renforçant leur sentiment de compétence parentale et en leur permettant de se sentir moins seuls face aux difficultés rencontrées.

L'activité du Point Écoute Parents met en évidence la pluralité des problématiques rencontrées par les familles accueillies et la complexité des situations auxquelles les parents peuvent être confrontés dans l'exercice de leur fonction parentale. Les entretiens réalisés font apparaître des questionnements récurrents autour des relations intrafamiliales, des difficultés éducatives, des dynamiques conjugales, des comportements de l'enfant et de l'adolescent, ainsi que des préoccupations relatives à la santé mentale des parents. Ces différentes thématiques témoignent de l'articulation étroite entre les dimensions éducatives, relationnelles, sociales et psychiques qui traversent la vie familiale. Dans ce contexte, le Point Écoute Parents constitue un dispositif d'accueil et d'accompagnement permettant aux parents de disposer d'un espace d'écoute confidentiel, accessible et bienveillant, favorisant l'expression des difficultés rencontrées et l'élaboration des situations vécues.

Par son approche centrée sur l'écoute et le soutien à la réflexion parentale, le dispositif contribue au renforcement des ressources parentales, à la restauration du sentiment de confiance dans la fonction parentale et au soutien de la santé mentale des parents. Il participe également à la prévention des situations de fragilisation familiale, en permettant une prise en compte précoce des difficultés exprimées.

## L'INFORMATION, L'ÉCOUTE ET LE SOUTIEN À DISTANCE

Dans certaines situations, la méconnaissance des différents services suppose une information préalable. Il est généralement nécessaire de bien comprendre le cadre d'intervention et de fonctionnement des dispositifs, internes ou externes, avant de pouvoir s'engager dans un accompagnement individuel ou collectif en présentiel.

Également, nous faisons le constat de sujets qui peuvent parfois être vécus de façon honteuse par les parents qui ne sont pas prêts à faire la démarche d'une consultation en présentiel.

Dans ce cadre, un premier échange à distance peut permettre de lever ses freins, de faire évoluer ses représentations ou encore de réduire les sentiments de culpabilité.

### Description synthétique de l'action

L'information, l'écoute et le soutien à distance sont assurés par le biais de canaux multiples qui permettent de cibler des parents aux profils et pratiques hétérogènes.

Afin de permettre une accessibilité aisée au plus grand nombre, **la Maison des parents est ouverte en accès libre** les matins de 10h à 13h pour tout parent désireux de se renseigner, se documenter, ou encore avoir un premier échange avec un professionnel concernant un questionnement ou une difficulté d'ordre parental.

**La ligne téléphonique de la Maison des parents** est destinée à tous les parents du département. Elle est gratuite et confidentielle et permet de répondre aux besoins des familles isolées géographiquement et/ou dans l'impossibilité de se déplacer et/ou dans l'appréhension de solliciter une information ou de l'aide en présentiel. En outre, les contraintes organisationnelles liées à la garde d'enfant ou à la vie professionnelle peuvent parfois freiner ou entraver le recours aux services de soutien à la parentalité.

### Objectifs

- Répondre aux questions et préoccupations des parents ou de la famille élargie de manière anonyme.
- Apaiser les tensions de l'utilisateur dans un délai court afin d'éviter la cristallisation des difficultés.
- Évaluer la difficulté rencontrée et la nécessité éventuelle d'une réorientation adaptée.
- Apporter un soutien rapide aux parents en grande difficulté.
- Diffuser des informations et des ressources adaptées aux besoins des parents du territoire.

## Mise en œuvre opérationnelle

Si la mission d'information de la Maison des parents est continue et transverse à tous ses services, les espaces d'écoute et de soutien à distance sont spécifiquement accessibles du **lundi au vendredi de 10h à 13h** (hors période estivale et fermetures annuelles de l'EPE).

Le numéro unique de la Maison des parents et accessible à tous est le **03.87.69.04.36**.

Les parents ont également la possibilité de contacter la Maison des parents pour poser leurs questions ou évoquer leurs préoccupations via une **messagerie électronique** qui leur est dédiée : [maisondesparents@epe-lorraine.fr](mailto:maisondesparents@epe-lorraine.fr).

Les parents ont enfin la possibilité d'interagir avec les professionnelles de la Maison des parents via la **messagerie instantanée** de la page Facebook de l'EPE.

La Maison des parents veille enfin à diffuser régulièrement des informations et des ressources fiables sur ses réseaux sociaux et sur l'espace « parents » de son nouveau site internet.

## Les chiffres clés 2025 et analyse qualitative

Durant l'année, **63 passages spontanés** ont eu lieu sur ces permanences d'accueil du matin et ont concerné majoritairement :

- ✓ Des demandes d'informations sur la Maison des parents
- ✓ Un 1<sup>er</sup> accueil et une orientation vers la maison des bébés en fonction de l'âge de l'enfant
- ✓ Des venues spontanées de parents inquiets concernant des problématiques telles que le harcèlement scolaire, les troubles alimentaires, le placement des enfants...

En outre, nous relevons **252 appels** (de plus de 20 minutes) d'écoute et de soutien à l'égard des parents.



Le soutien à la parentalité dans un cadre distancié permet d'apporter une réponse immédiate à certaines situations critiques rencontrées par les parents (violence, épuisement, grande fragilité, risque de passage à l'acte...). En effet, les émotions liées à la parentalité ou à la vie familiale dans sa globalité sont parfois vives et peuvent entraîner des passages à l'acte ou des phobies d'impulsion pour lesquels il convient d'apporter une réponse rapide et un soutien adapté.

**95% des situations ont reçu une orientation proposées interne à l'EPE ou externe auprès d'un partenaire.**

**MAISON des PARENTS**  
Moselle

Vous êtes parents et vous avez besoin d'une information, d'une écoute ou d'un soutien ponctuel ?

Des professionnels répondent à vos besoins du lundi au vendredi, de 10h à 13h

**03 87 69 04 36**

Une ligne anonyme et gratuite dédiée à tous les parents mosellans

Du lundi au vendredi de 10h à 13h

03 87 69 04 36

www.maison-des-parents-moselle.fr

Avec le soutien financier de :

Moselle Metz

Ainsi, l'information, l'écoute et le soutien à distance visent à apporter une réponse à ces difficultés, en mettant à disposition des parents des espaces où ils se sentent libres d'aborder leurs préoccupations, leurs questionnements, leurs affects en réduisant les délais et les contraintes.

Ces permanences permettent en outre de promouvoir le service tout au long de l'année auprès des partenaires de l'éducation, de la petite enfance et du soutien à la parentalité du département. Une nouvelle affiche du service a été créée et diffusée à cette occasion.

Une ligne téléphonique offre un espace tiers, où l'échange avec un professionnel permet de faire un « pas de côté », d'envisager un autre point de vue, de réfléchir à son

positionnement face aux difficultés rencontrées. Il ne s'agit ni d'une consultation psychologique, ni d'un suivi, ni de traiter des symptômes, mais d'une écoute et d'un accompagnement ponctuel.

De plus en plus de parents téléphonent pour eux-mêmes au sujet de leur sentiment d'épuisement parental, de dépression postpartum, de difficulté de posture, etc...

A noter que comparativement à un entretien en présentiel, l'aide à distance dans l'anonymat facilite la mise en mots de l'intime mais induit un accompagnement bref, limité dans le temps.

Les situations évoquées au téléphone peuvent être complexes et s'inscrire déjà dans le temps. Il peut être important de préciser qu'il va être difficile de trouver des réponses immédiates à l'ensemble des problématiques soulevées.

Rappeler la complexité de la situation peut déjà rassurer le parent. Ce n'est pas parce qu'il est un mauvais parent (et son enfant un mauvais enfant) qu'il n'y arrive pas ou qu'il se sent impuissant mais bien parce que ce qu'il vit est difficile à résoudre. Le travail de l'écouter est d'apporter une aide à l'élaboration de la problématique et une priorisation des actions à mener.

Parfois, il est possible de donner quelques informations permettant aux parents de se repérer sur ce qui est vécu (développement de l'enfant, l'adolescence, ...), de faire des recommandations et de les orienter sur leurs démarches. Le but n'est pas de conseiller mais de les aider à élaborer leur stratégie, les amener à évaluer ce qu'ils se sentent en capacité de faire dans le champ des possibles.

Au-delà du fait que le téléphone facilite le premier pas, surtout pour des parents qui n'oseraient pas franchir la porte d'un cabinet, il permet l'absence de regard direct qui diminue parfois la crainte du jugement, ce qui encourage une parole plus libre et spontanée, voire de désinhibition : certaines personnes arrivent à exprimer plus facilement leurs émotions ou leurs difficultés par téléphone, sans le poids de la présence physique.

Le soutien à la parentalité dans un cadre distancié permet d'apporter une réponse immédiate à certaines situations critiques rencontrées par les parents (violence, épuisement, grande fragilité, risque de passage à l'acte...). En effet, les émotions liées à la parentalité ou à la vie familiale dans sa globalité sont parfois vives et peuvent entraîner des passages à l'acte ou des phobies d'impulsion pour lesquels il convient d'apporter une réponse rapide et un soutien adapté.

Sont retrouvées majoritairement des thématiques liées à la violence intrafamiliales dont on parle peu tels que les parents maltraités par leurs ados/jeunes adultes et qui ont honte de la situation, à la vie affective et sexuelle des parents ou des enfants/ados, aux problématiques liées à la sphère scolaire (relations familles/écoles, harcèlement...), les notions de charge mentale et de culpabilité parentale.

## Impacts des différents dispositifs de la Maison des parents mesurés par les professionnelles

**Espace de prévention** à travers ses différents services, la Maison des parents de Metz peut intervenir en amont des situations de crise ou de rupture avec une dimension non stigmatisante, facile d'accès, confortable et accueillante.

Concernant le Point écoute parents, la possibilité de solliciter une consultation individuelle avec une professionnelle sur une problématique parentale ou familiale répond à un besoin pour les parents de bénéficier d'un espace de parole et d'écoute sur leur situation singulière.

De façon transverse et complémentaire, les mêmes consultantes d'un service à l'autre proposent un espace neutre et confidentiel (au siège de l'association) afin de permettre un **accompagnement personnalisé** sur la problématique rencontrée. Au sein du point écoute parents, les usagers peuvent se raconter en toute confiance sur des thématiques parfois lourdes telles que leur santé mentale, leurs difficultés à faire couple ou famille, leurs questions éducatives ou leurs angoisses concernant l'avenir. Il est démontré que le fait de devenir parent est une expérience maturative de la personnalité. Dans ce sens, les reviviscences peuvent être nombreuses et leurs conscientisations permettent parfois de comprendre un mal-être, des troubles, et ainsi de pouvoir les accompagner plus aisément.

Dans le cadre de l'accueil spontané à la Maison des parents ou du soutien à distance, les parents peuvent se saisir de ces possibilités dans une **démarche d'immédiateté** face à une situation qui requiert un apaisement psychique rapide. En effet, l'amplitude réservée spécifiquement à l'accueil et au soutien du « tout-venant », en présentiel ou à distance, permet aux parents d'aborder des problématiques dont ils ont parfois honte et/ou pour lesquelles ils ne se projettent pas dans un accompagnement spécifique. Sont retrouvées majoritairement des thématiques liées à la violence intrafamiliales, à la vie affective et sexuelle des parents ou des enfants/ados, aux problématiques liées à la sphère scolaire (relations familles/écoles, harcèlement...).

Au travers de sa grande liberté d'accès et de son ouverture inconditionnelle, la Maison des parents de Metz apporte avant toute autre chose ce cadre **bienveillant et soutenant** qui caractérise ce lieu singulier et dont nous témoignent les parents qui en font l'expérience.

Nous faisons le constat que le soutien à la parentalité dans le cadre des différents services proposés permet une **réduction ou une meilleure gestion du stress** et de la pression concernant les défis liés à l'éducation des enfants. La charge mentale étant aujourd'hui un concept davantage conscientisé au sein de nos sociétés occidentales, la possibilité de s'autoriser à la nommer et d'essayer d'y faire face fait partie intégrante des accompagnements que nous menons avec les parents, notamment pour ceux qui se trouvent en situation de vulnérabilité.

A travers ses actions collectives et notamment son Café des parents, la Maison des parents de Metz favorise les liens sociaux et permet aux parents de **rompre leur isolement**. Elle est donc non seulement vectrice de **socialisation primaire** pour les enfants qui sont amenés à respecter un cadre et un règlement différent de celui proposé par leurs parents ou encore dans la sphère scolaire. Les consultantes cherchent à laisser la pleine responsabilité au parent afin de le narcissiser et de le conforter dans son rôle, les accueillantes présentes sollicitent ainsi les usagers afin de se joindre au respect des règles du lieu et d'adopter une démarche cohérente d'autorité « *je ne peux pas aller te chercher ce jeu, ta maman a dit que vous alliez bientôt partir* » ou « *je crois que ton papa est fâché car tu n'écoutes pas ce qu'il veut te dire* » ou encore en s'adressant aux parents « *Pouvez-vous signifier à votre enfant que la règle est de manger son goûter à table ?* » plutôt que cette règle émane directement des accueillantes vers l'enfant. Pour certains parents, en proie à des difficultés éducatives sur les questions d'autorité notamment, ces réflexions peuvent soutenir une parole et un cadre qu'il peine à instaurer parfois.

Le Café des parents est également vecteur de **socialisation secondaire** pour des parents qui peuvent avoir de façon interindividuelle des vécus relationnels et sociaux difficiles, voire traumatiques. Nous faisons le constat d'une difficulté pour certains parents d'aller vers l'autre, d'aborder, de sourire, de converser, difficulté qui s'est intensifié au regard des crises successives que notre pays a traversé.

Les parents soulignent avec regret et chagrin le constat d'une société de plus en plus individualiste, où les élans de solidarité sont rares. Certains usagers souffrent d'une solitude extrême et pour certains, les services de la Maison des parents viennent combler un vide dans leur vie sociale. En ce sens, la maison des parents favorise également le lien et la cohésion sociale.

Le lieu permet à la parole de se libérer et aux usagers **d'échanger, de s'entraider, de débattre**. Souvent, les parents manifestent et verbalisent leur apaisement d'avoir pu poser des mots sur ce qui les questionne ou les attriste « *merci, cela m'a fait du bien* ».

Durant leur temps de présence, ils parlent de leur situation, de leur expérience personnelle, de leurs questionnements, parfois de vécus intimes, dont certains sont douloureux.

Ce qui semble fédérer lorsque l'on est confronté à une difficulté, et notamment lorsqu'on est parent, c'est de savoir que l'on n'est pas seul à la traverser. Nous retrouvons une forme de **réassurance** pour les parents lorsqu'ils partagent et discutent autour d'une problématique commune. Ainsi, l'estime de soi est continuellement renforcée dans son rôle et sa place de parent, par les professionnels et les parents présents.

La Maison des parents représente ainsi une source de **valorisation** pour les parents, le professionnel s'attachant à les mettre dans une position et une fonction parentale narcissisantes : « *faites-vous confiance* », « *vous pouvez y arriver* ». Au-delà de cette réassurance, il aide les parents à mettre en lumière les savoirs et les ressources dont ils sont porteurs. L'objectif est de favoriser le sentiment de compétence parentale, c'est-à-dire la perception qu'a un parent de ses habiletés à s'occuper de son enfant.

A l'heure où la parentalité est source de tensions et de stress, avec une pression induite par notre société, il nous semble important de **proposer des alternatives aux savoirs normatifs**.

Analyser, réfléchir, penser avec les parents suppose de maintenir vivant un esprit critique et non de suivre à la lettre ou de s'exécuter devant les recettes toutes faites et le prêt-à-penser.

Nous rappelons qu'en matière d'éducation et de soutien à la parentalité, l'expérience de la rencontre prévaut. La rencontre est en effet celle qui permet la transformation de nos représentations pour nous-mêmes et pour l'autre et soutient la créativité ainsi que l'émergence de singularités propices à nous humaniser.

Le Café des parents donne à chacun des usagers l'expérience d'un temps de convivialité, avec des personnes qu'il n'aurait peut-être jamais rencontrées le cas échéant. En cela, le lieu est amené bien souvent à favoriser une **mixité sociale**. Des individualités s'attirent, se repoussent, s'ajustent. La parentalité ne suffit pas toujours à créer le lien.

Il faut également souligner que la nature **des liens noués avec l'équipe de consultantes/accueillantes** favorise parfois la venue des parents, ainsi que de leurs enfants. Pour certains d'entre eux qui se déplacent de façon quotidienne au sein du lieu, depuis de nombreuses années, les relations parents-professionnelles sont très importantes. La question du transfert et du contre-transfert est donc ici prépondérante. Le professionnel peut représenter symboliquement pour ces familles une fonction maternelle, une sœur, ou encore un tiers dans la relation qu'ils entretiennent avec leurs enfants. Parfois, cette représentation symbolique inconsciente peut conduire à des élans de sympathie de la part des parents ou au contraire des manifestations plus ou moins agressives, qu'il convient de cadrer ou questionner lorsque ceux-ci se présentent.

Pour certains parents, le fait de se confier à d'autres personnes les amènent à prendre du recul sur ce qu'ils vivent et transmettent à leurs enfants ; jusqu'à parfois remettre en question et **élaborer** autour de leur parentalité.

En cela, nous constatons que bon nombre d'usagers possèdent des ressources personnelles qu'ils ne soupçonnent pas et que, lorsque celles-ci se révèlent à eux, ils sont capables d'une **dynamique de changement** qui leur permet de s'épanouir.

Cette dynamique est souvent retrouvée dans le cadre des ateliers de parents que nous organisons, les parents s'impliquant intensément dans la démarche, aux côtés d'autres participants qu'ils ont plaisir à retrouver régulièrement, et qui aboutit à une forme d'illusion groupale, galvanisante et résiliente pour beaucoup.

Certains parents nous font le retour d'une meilleure compréhension et gestion des comportements des enfants, et d'un impact positif sur le bien-être familial de façon plus globale.

Les parents continuent à investir la Maison des parents comme un espace d'éducation partagée. Les échanges y sont sincères et authentiques. Les personnes y sont reconnues et respectées dans ce qu'elles sont et y gagnent en **estime de soi** et assurance. Dans ce contexte sécurisant et confidentiel, les parents parlent en toute confiance, évoquent leurs difficultés en toute simplicité, et se montrent solidaires dans le cadre des actions collectives.

Les parents trouvent à la Maison des parents, de la part des professionnelles, une écoute authentique, empathique, bienveillante et, de la part des autres parents, tolérance et soutien.

En 2025, la Maison des parents a constitué pour beaucoup d'entre eux une « *bulle d'apaisement* », permettant de lâcher prise quelques instants et de se recentrer sur la relation entretenue avec les enfants.

Par ailleurs, les impacts se font ressentir sur les relations et sur le bien-être des enfants. En effet, il est démontré que lorsque les parents bénéficient d'un soutien adéquat, ils peuvent davantage répondre aux besoins sociaux et émotionnels de leurs enfants, favorisant ainsi leur développement global.

Ceux-ci peuvent en toute quiétude y partager leurs **émotions et expériences** les plus socialement inexpressibles dans une société véhiculant encore parfois des représentations perfectionnistes d'une parentalité sans faille, erreur ni souffrance. En effet, les accueillantes / consultant(e)s se positionnent dans une attitude de validation des émotions légitimes des parents, et de valorisation de leurs ressources, avec la réelle intention d'une considération positive inconditionnelle.

Pour les partenaires, la Maison des parents peut parfois représenter un support dans la prise en charge qu'ils ont entrepris avec leurs usagers ou leurs patients, un relais possible, voire une orientation.

Parfois, une **réorientation** est nécessaire, que cela concerne un service complémentaire au sein de l'EPE, ou bien vers une association, instance médicale ou sociale.

Dans les espaces Café des parents et notamment lors d'ateliers ou groupes d'échanges thématiques, les parents échangent des savoirs expérientiels, c'est-à-dire des savoirs issus de leur propre vécu. Cette conception se décline à travers la notion de ressources ou d'habiletés (que nous préférons à « compétences ») de chaque parent : ses conditions de vie, son réseau affectif et social, son environnement, mais aussi ses valeurs, ses connaissances, ses capacités personnelles, son intelligence émotionnelle, sa résilience.

Ces savoirs peuvent être :

- **Pratiques : astuces du quotidien**, Organisation familiale, gestion des repas, du sommeil, des écrans, etc. stratégies éducatives quotidiennes (gestion des conflits, du sommeil, de l'alimentation...); trucs et astuces pour concilier travail et vie familiale ; expériences liées aux étapes du développement de l'enfant

Exemples : « *moi, pour les devoirs, je coupe la télé, et je mets une petite musique douce, ça aide ma fille à se concentrer* » « *quand mon bébé ne voulait pas dormir, je le mettais en écharpe et je marchais un peu, ça l'apaisait* »

- **Culturels** : transmission de valeurs éducatives, d'héritages culturels (ex : rôle du père et de la mère selon les contextes culturels) ; rapports aux institutions (école, justice, services sociaux) selon les contextes sociaux « *dans ma famille, on considère qu'un enfant doit toujours dire bonjour et merci sinon c'est un manque de respect* », « *chez nous les enfants dorment tous ensemble dans la même chambre, c'est normal* »
- **Emotionnels : partage de ressentis parentaux**, de doutes, de culpabilité, de réussites, de solitudes... ; récits de résilience, d'adaptation face à des épreuves (séparation, deuil, maladie d'un enfant)  
Exemples : « *j'ai culpabilisé quand j'ai crié, mais ça m'a soulagé d'en parler ici et de voir que ça arrive à d'autres* », « *moi aussi j'ai peur quand mon ado sort le soir, ça me rassure de voir que je ne suis pas la seule* »

Ces savoirs s'élaborent dans une dynamique horizontale, fondée sur la reconnaissance mutuelle entre parents. Ils sont souvent non formalisés, mais puissants parce qu'ils sont incarnés et contextualisés.

Dans cette lignée, nous sommes amenés à solliciter les parents sur des réflexions en faveur de nos programmes ou plus généralement de nos missions (les faire participer à des comités de pilotage, des conseils de maison...) pour leur permettre d'être acteurs et de les valoriser dans ce processus également.

Concernant les freins et les rétentions de savoirs, il arrive que certains parents puissent ne pas formuler des aspects de leur parentalité pour se protéger, craignant d'être jugés, stigmatisés ou mal compris par les professionnels.

Dans le cadre notamment de cette pression induite par la société, les parents peuvent développer des sentiments de honte ou de gêne vis-à-vis de leur situation environnementale ou de leurs modalités éducatives qu'ils peuvent vivre comme des échecs : Exemples : « *j'ai crié sur mon enfant* », ou bien « *j'ai cédé il a regardé les écrans toute la journée* ».

Ces sentiments peuvent être extrapolés lorsque le parent a eu lui-même en tant qu'enfant ou tant que parent un parcours en protection de l'enfance avec ce qu'il a pu vivre comme étant des « jugements institutionnels » qu'il a intériorisés pour et qui ont mené à une forme d'autocensure, voire un retrait volontaire de la parole. « *J'ai du mal à me considérer à nouveau comme un bon parent* », « *je suis nulle, je n'y arrive pas* » ou certains ne diront rien par peur d'un nouveau cercle vicieux. La peur du regard de l'autre

(professionnel ou pair) peut conduire à minimiser ou masquer certaines pratiques ou réalités.

Des parents ont besoin de temps dans nos services en présentiel pour se confier sur leurs difficultés sans peur du jugement des professionnels ou des autres parents, temps nécessaire au lien de confiance qui peut se créer. Des parents s'inquiètent de nos modalités d'accueil (confidentialité, anonymat, relations avec les autres acteurs de la parentalité ou de la protection de l'enfance). Nos services sont dénués d'enjeux institutionnels, ce qui facilite ce lien de confiance.

## Le partenariat à la Maison des parents

L'offre de services **de proximité** proposée par la Maison des parents associe l'ensemble des acteurs du territoire qui interviennent de près ou de loin auprès des familles (partenaires institutionnels, travailleurs sociaux, professionnels de l'éducation, de l'enfance, de l'animation ou encore du soin) **dans une logique de concertation, de coopération, de décloisonnement et de transversalité.**

La Maison des parents veille à assurer des liens réguliers notamment avec :

- Les services opérationnels du département (Protection Maternelle Infantile, Aide Sociale à l'Enfance, Cellule de Recueil des Informations Préoccupantes, etc.)
- Les centres sociaux et les espaces de vie sociale
- Les services de prévention spécialisée
- Les services de médiation familiale
- Les espaces rencontre
- Les lieux d'accueil enfants / parents et les structures d'accueil du jeune enfant (crèches, multi-accueil, etc.)
- Les CMP et les CMPP
- Les professionnels et les structures de santé (médecins, psychiatres, etc...)
- L'éducation nationale (écoles, etc.)
- Les structures dédiées à l'accompagnement des femmes (CIDFF, etc.)

**La Maison des parents entretient enfin un lien tout particulier avec la Maison des bébés portée par la ville de Metz.**

Plus spécifiquement, plusieurs rencontres partenariales ont eu lieu afin de présenter/promouvoir la Maison des parents et échanger autour de possibles collaborations.

A ce titre, les rencontres avec des professionnels du territoire ont concerné en 2025 :

- Le RSMA : association polyvalente de santé publique réunissant plusieurs professionnels de santé sur le territoire de Metz
- Le Centre d'Action Médico-Social Précoce (CAMSP)
- Le Syndicat Régional des Orthophonistes du Grand Est (SDOM)
- Le Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles
- Les Centres Maternels « Foyer Mozart » et « Le Nid »
- Le Service Educatif Renforcé d'Accompagnement à Domicile de Moissons Nouvelles
- Le Service Educatif Renforcé d'Accompagnement à Domicile de Metz

- L'association Apsis'Emergence
- Le centre Françoise Dolto
- Le Service Territorial Educatif en Milieu Ouvert de Metz
- Ecole élémentaire Poincaré de Thionville

Par ailleurs, nous faisons également partie de différents réseaux œuvrant sur le territoire, pour lesquels nous participons de façon active aux comités de pilotage et réunions régulières, à savoir :

- Le réseau de santé mentale
- Le réseau parentalité de Moselle
- Le réseau LAPE Lorraine
- Le réseau de lutte contre les violences faites aux femmes
- Le réseau de prévention des violences sexistes et sexuelles à l'école

En 2025, nous avons également participé aux journées réseaux de la Fédération Nationale des EPE, dont le thème était : « **Les liens conjugaux à l'épreuve de la parentalité** ».

Nous avons tenu un stand d'information de l'EPE lorraine au sein de colloque de l'association Française des Psychologues de l'Education Nationale (AFPEN) à Epinal sur la thématique « **L'enfant, son corps, ses émotions, dans tous ses états...d'âme** »

De la même façon, nous étions présents lors du salon dédié à la **petite enfance** à Boulay.

Nous avons contribué au forum « **Eveil artistique et culturel de l'enfant** » organisé par la Maison des bébés à Metz.

Enfin, nous avons participé et proposé une intervention sous forme d'une table ronde à un colloque le 13 octobre 2025 organisé par le laboratoire de Sociologie des Territoires, du Travail, des Ages et de la Santé (TETRAS) de Lorraine sur la thématique « **Saisir les savoirs en mouvement : le genre au prisme de la santé** ».

Dans une logique de transmission et d'accompagnement des futurs professionnels dans le champ du soutien à la parentalité et de la santé mentale, nous avons accueilli cette année une étudiante en Master 2 de psychologie.

## L'APERO DES PROS

Il existe aujourd'hui de nombreuses instances collaboratives qui contribuent à structurer et à dynamiser les échanges entre les acteurs du soutien à la parentalité sur le territoire (CDSF, réseaux locaux, coordination départementale, groupes de travail liés à la CTG, etc.).

Néanmoins, au quotidien et face à des situations de terrain qui apparaissent parfois

complexes, certains professionnels expriment le besoin de partager leurs expériences, leurs pratiques ou encore leurs interrogations.

En outre, plusieurs partenaires nous interpellent sur un besoin de professionnalisation autour de problématiques spécifiques (psychologisation des situations, situations de grande souffrance, désengagement éducatif, violences...).

La Maison des parents entend participer à la dynamique partenariale du territoire en proposant la création d'un espace convivial de partage et d'échanges, complémentaire aux instances existantes, afin de contribuer à la professionnalisation des acteurs.

## **Objectifs**

- Développer ou conforter des connaissances théoriques relatives à la parentalité.
- Permettre aux acteurs de mieux s'approprier les dispositifs existants.
- Offrir un espace d'échanges et de débats autour de préoccupations communes.
- Mutualiser des ressources, partager des savoir-faire et identifier les « bonnes pratiques ».
- Consolider les liens partenariaux et contribuer à la professionnalisation des acteurs.

## **Description synthétique de l'action**

Dans une logique de mutualisation des connaissances, « l'apéro des pros » se décline en 2 rencontres de 2 heures (une réunion par semestre) autour d'une thématique choisie par les professionnels en amont de la rencontre.

Le groupe est constitué sur la base d'une libre adhésion (12 personnes maximum) et peut varier d'une rencontre à l'autre.

## **Les chiffres clés 2025 et analyse qualitative**

En 2025, une première rencontre a eu lieu le 2 juin sur la thématique de « **l'accompagnement à la parentalité à l'épreuve des réseaux sociaux et de l'intelligence artificielle** » qui a réuni **10 professionnelles** de structures du territoire de Metz métropole (centre sociaux, MJC...).

Une deuxième rencontre a eu lieu le 9 décembre sur la thématique de « **la charge mentale des parents** » qui a également réuni 10 professionnelles.

Ces instances ont permis notamment de :

- ✓ Partager nos observations de terrain
- ✓ Mieux comprendre les enjeux éducatifs et relationnels liées aux réseaux sociaux ou à la charge mentale des parents
- ✓ Identifier ensemble des pistes d'accompagnement et de prévention adaptés à nos publics

## La communication à la Maison des parents

L'accès à l'information des parents et la visibilité de la Maison des parents de Metz est un des enjeux au centre du projet.

### LE SITE INTERNET, LA NEWSLETTER ET LES RESEAUX SOCIAUX

Aussi, le site Internet a été intégralement repensé (à plusieurs entrées : professionnel, parent, jeune) et l'actualité du lieu y est régulièrement mise à jour. Des QR codes se trouvent sur nos programmes afin que les usagers puissent se rendre spontanément et facilement sur le site internet via leur smartphone.

A travers ses différents pôles, l'EPE a su constituer un important mailing de partenaires professionnels mais aussi de parents qui reçoivent régulièrement le programme des actions des différents services, l'accès à nos ressources ainsi que l'actualité des 3 pôles de l'association (parentalité, jeunesse, formation)

L'objectif est d'établir un lien de proximité avec nos lecteurs et nos éventuels usagers. L'envoi de notre newsletter est régulier (chaque 1<sup>er</sup> mardi du mois) afin de créer un sentiment de rendez-vous chez nos abonnés.

Nos comptes Facebook (1100 followers) et LinkedIn (3300 abonnés) permettent aux parents et aux professionnels de bénéficier d'informations complémentaires et de retrouver nos programmes d'interventions.

### DIFFUSION DES PROGRAMMES

Afin de solliciter la présence de nouveaux parents, de nombreux articles de presse paraissent chaque mois pour diffuser nos programmes dans le Républicain Lorrain ou sur le site de la ville de Metz.

Notre programmation est également affichée sous format A3 en vitrine sur une route semi-piétonne, au sein du lieu de la Maison des parents, ainsi que dans la salle d'attente de notre siège social.

Chaque accueil de nouveaux usagers à la Maison des parents est également l'opportunité de présenter les actions du mois en fonction des besoins des parents.

Mention : depuis janvier 2025, le choix d'établir un programme trimestriel a permis aux parents d'avoir une vue d'ensemble et d'anticiper leurs choix d'inscriptions sur les interventions qui les intéressaient.

De la même façon, nous transmettons nos actualités et programmation à la radio RPL, qui diffuse de façon régulières nos informations en antenne, sur leurs agendas culturels.

## LES SUPPORTS DE COMMUNICATION

Les outils de communication en format papier ou numérique permettent de transmettre les informations concernant les dispositifs de la Maison des parents aux professionnels, aux parents, ou toute personne désireuse de connaître davantage nos missions et les services concernés.

La plaquette explicative de la Maison des parents (sous forme de livrets) est transmise aux partenaires régulièrement afin de promouvoir cet équipement dans des instances où les parents sont amenés à se rendre régulièrement (salle d'attente des médecins, CMPP, Centres sociaux...)

## LA GAZETTE DU CAFE DES PARENTS

Outil de communication et de promotion des activités du Café des parents depuis la création du lieu, la Gazette du Café des parents a pour ambition à la fois de donner la parole aux parents sur des thématiques qui les concernent, et également de promouvoir les actions du Café des parents et plus largement des dispositifs de l'EPE en Moselle.

Cette parole donnée aux parents et retranscrite par le professionnel consultant à l'EPE a pour fonction de valoriser le parent, reconnu dans son discours et son expérience, et de permettre aux autres parents de poursuivre la lecture et/ou la réflexion dans un cadre privé en apportant chez soi ce petit journal qui « fait continuité ».



**Les thématiques abordées** dans la gazette tout au long de l'année 2025 ont été :

- Numéro de janvier : **La nature et l'enfant**
- Numéro de février : **La pédagogie Montessori**
- Numéro de mars : **Mythes et réalités sur le développement de l'enfant**
- Numéro d'avril : **Le jeu comme ouverture créative envers le monde**
- Numéro de mai : **Le parent confronté à l'agressivité de son adolescent**
- Numéro de juin : **Poser un cadre en famille**
- Numéro de juillet/août : **Réseaux sociaux et parentalité**
- Numéro de septembre : **Parentalité d'hier, d'aujourd'hui et demain**
- Numéro d'octobre : **Vivre avec un enfant en situation de handicap**
- Numéro de novembre : **La communication parents-ados**
- Numéro de décembre : **A la découverte de l'écriture : accompagner son enfant**

## Synthèse

L'année 2025 a été marquée par la poursuite et la consolidation des actions engagées dans le cadre de la labellisation en tant qu'« espace ressources parentalité ».

Dans la continuité des services développés depuis 75 ans par l'EPE, cet équipement occupe désormais une place centrale au sein de l'offre de soutien à la parentalité sur le territoire.

La Maison des parents de Metz s'inscrit dans les cadres théoriques contemporains de la parentalité, qui considèrent celle-ci comme une fonction sociale, relationnelle et évolutive, construite à l'articulation des histoires individuelles, des dynamiques familiales et des contextes sociaux. Les actions menées confirment la pertinence d'une approche globale et non normative, fondés sur l'écoute, la reconnaissance des ressources parentales et le soutien au pouvoir d'agir des familles. Cette posture rejoint les apports des sciences humaines et sociales, notamment la sociologie de la famille, la psychologie du développement et les approches systémiques, qui soulignent l'importance des environnements de soutien dans l'expérience de la parentalité.

Sur le plan politique, la Maison des parents constitue un levier opérationnel des politiques publiques de soutien à la parentalité, en particulier dans les domaines de la prévention, de la lutte contre les inégalités sociales et du renforcement du lien social. En proposant un espace accessible, inconditionnel et de proximité, elle favorise l'égalité d'accès aux ressources, la participation des parents et la complémentarité avec les dispositifs existants.

D'un point de vue intellectuel et sociétal, la Maison des parents se positionne comme un espace de réflexion et de production de sens, où se rencontrent savoirs professionnels, savoirs d'expérience et paroles parentales. Elle contribue à faire évoluer les représentations de la parentalité en reconnaissant la diversité des modèles familiaux et en légitimant les parents comme acteurs et penseurs de leur propre réalité éducative.

En conclusion, le bilan met en évidence que la Maison des parents – Espace ressources parentalité dépasse la seule fonction d'accueil et de soutien pour devenir un espace stratégique de prévention, d'innovation sociale et de cohésion territoriale. Sa consolidation et son développement apparaissent essentiels pour répondre aux enjeux actuels et à venir de la parentalité.

***Soutenir la parentalité, ce n'est pas dire aux parents comment faire... Mais créer les conditions pour qu'ils puissent faire par eux-mêmes !***

# Maison des parents

La Maison des parents est un espace **libre** et **gratuit** de **rencontres**, de **ressources** et de **partage** autour de la **parentalité** et des **relations familiales**.

Riche de modes d'accompagnement, la Maison des parents a pour mission d'incarner un lieu de **prévention**, de **socialisation** et **d'accompagnement** pour les parents.

