



bulletin

de l'éducation parentale



Renforcement de l'éducation
des parents à travers le Canada

JANVIER 2004

Appui à l'éducation parentale

L'Association canadienne des programmes de ressources pour la famille (FRP Canada) et Services à la famille-Canada, avec le soutien de Santé Canada, mènent un projet qui a pour but d'élargir les capacités des personnes qui font de l'éducation parentale et de leur fournir des ressources pratiques et utiles dans un format accessible.

Voici le deuxième numéro d'un bulletin destiné aux personnes qui font de l'éducation parentale. Il est prévu d'en publier quatre numéros au cours du projet. N'hésitez pas à en faire des copies et de les partager avec vos collègues. Le bulletin est également disponible aux sites Internet des deux organismes responsables du projet.

Il n'est pas rare d'entendre les personnes qui oeuvrent dans ce domaine exprimer un sentiment d'isolement au plan professionnel. Elles travaillent dans une grande variété de types d'organismes, souvent à leur propre compte et à temps partiel. De plus, il n'existe pas d'organisme qui chapeaute leurs activités et qui facilite le réseautage entre eux. Faute d'un sentiment d'identité et d'appartenance, il est difficile de regrouper les animateurs et animatrices de groupes pour parents dans une organisation.

Ce projet permet de tenir des rencontres communautaires et d'échanger des renseignements concernant les associations pertinentes, aux niveaux local, provincial et autres. L'article à la page 2 de ce numéro décrit deux de ces réunions. Dans le cadre du projet, un guide pratique sera publié à l'intention des animateurs et animatrices de groupes pour parents. Il y sera question de conseils, d'outils et d'un inventaire de ressources et de documentation recommandées par des personnes œuvrant dans le domaine. Si vous désirez nous aider, veuillez communiquer avec nous par téléphone ou par courriel. Nous nous ferons un plaisir de recevoir vos idées.

Kathleen Stephenson
Services à la famille-Canada
(613) 722-9006
kstephenson@sympatico.ca

Janice MacAulay
FRP Canada
(613) 237-7667, poste 223
macaulay@frp.ca

L'escalier vers le changement

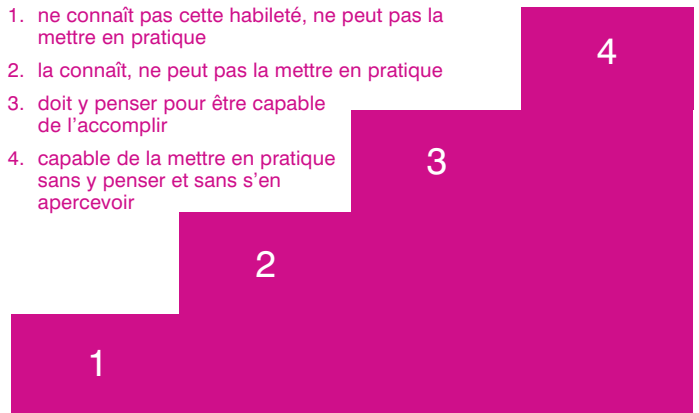
Certains participants viennent à vos groupes parce qu'ils veulent apprendre quelques habiletés parentales et confirmer qu'ils sont essentiellement dans la bonne voie. D'autres viennent parce que ce qu'ils font ne fonctionne pas; ils veulent faire des changements. Encore d'autres parents viennent parce que quelqu'un les oblige à le faire. En tant qu'animateur ou animatrice, votre travail consiste à soutenir le cheminement de chaque parent vers ses buts. Dans le cas des parents qui cherchent à changer leur façon de faire, personne, ni eux ni vous, ne doit s'attendre à des résultats immédiats.

On peut comparer l'acquisition d'une nouvelle habileté à un escalier composé d'une série de marches entre lesquelles l'apprenant se déplace. Les gens passent souvent un long moment sur une marche avant de procéder à la prochaine. Parfois, il leur arrive même de reculer d'une marche. Il arrive qu'on a l'impression que les participants ne changent pas grand'chose au cours des semaines que le groupe se rencontre. Ou que, si oui, ils ne maintiennent que difficilement les changements. Dans la plupart des cas, le progrès n'est pas net et il faut prévoir passer beaucoup de temps avant d'atteindre la dernière marche.

Pas à pas

Chaque fois que nous acquérons une nouvelle habileté, nous passons à travers une série de marches, tel qu'illustré dans le dessin ci-dessous.

1. ne connaît pas cette habileté, ne peut pas la mettre en pratique
2. la connaît, ne peut pas la mettre en pratique
3. doit y penser pour être capable de l'accomplir
4. capable de la mettre en pratique sans y penser et sans s'en apercevoir



Au début, nous sommes en bas des marches, pas capables de mettre en pratique la nouvelle habileté. En fait, à ce stade, nous en sommes tellement inconscients que nous ne savons même pas que nous n'en sommes pas capables. Après être exposés à la nouvelle habileté, nous passons à la deuxième étape, celle de la connaître et de

(suite...)

constater que nous n'en sommes pas capables. Cette étape peut nous mettre mal à l'aise. Plusieurs personnes se sentent coupables ou incompetentes lorsqu'elles se rendent compte qu'il y a une meilleure façon de procéder mais qu'elles ne savent pas comment faire.

Tranquillement, à force de s'y exercer souvent et beaucoup, nous passons à l'étape 3, celle où nous sommes capables de mettre l'habileté en pratique. Mais à chaque fois que nous le faisons, nous devons y réfléchir et nous sommes conscients de nos gestes. Arrivés à la quatrième et dernière étape, nous maîtrisons l'habileté au point d'être en mesure de l'utiliser de façon automatique, sans y penser.

Apprendre une habileté de communication

Le message en « je » en trois parties est une habileté de communication qui est souvent enseignée aux parents. (Cette technique fait partie de plusieurs cours, incluant *Parents efficaces* et *Parler pour que les enfants écoutent*.) Si les participants de votre groupe sont à leurs premières expériences de cette approche, il est assez facile de les amener de la première à la deuxième étape, de l'inconscience à la conscience. Vous n'avez qu'à leur en faire une démonstration et à leur proposer quelques exercices pratiques et jeux de rôles. Par contre, passer de la deuxième à la troisième étape n'est pas une mince affaire. Il faut arriver à prendre conscience des moments de la vie quotidienne où cette habileté serait utile et à formuler des phrases appropriées sur le coup. Si vous avez déjà présenté cette technique, vous savez que ça prend des semaines d'entraînement, d'encouragement et de soutien avant que les participants ne commencent à l'essayer à la maison.

Il faudra peut-être plusieurs mois, même chez les participants les plus motivés, avant que les parents puissent utiliser cette technique avec confiance quand ils en ont besoin. Les auteures de *Parler pour que les enfants écoutent et écouter pour que les enfants parlent*, Adele Faber et Elaine Mazlish, ont soulevé cette question avec leur mentor, le docteur Haim Ginott. Il a répondu que pour la plupart des parents, l'apprentissage de cette habileté serait comme l'apprentissage d'une langue étrangère : ils le parleraient toujours avec un accent. Autrement dit, les parents qui n'ont pas entendu eux-mêmes ce genre de message dans leur enfance pourraient fort bien ne jamais atteindre la quatrième étape, celle où ils se servent de la technique de façon tellement naturelle qu'ils n'en sont même pas conscients. Par contre, de dire le docteur Ginott, pour leurs enfants, ce serait leur première langue.

Remarquer le progrès

Une bonne connaissance des étapes de l'acquisition d'une nouvelle habileté sera utile au moment de faire le bilan du progrès de l'apprentissage. À moins d'animer un groupe qui se rencontre sur plusieurs mois, vous verrez probablement vos participants pour la dernière fois quand ils sont encore en train d'alterner entre les étapes 2 et 3. Vous et vos participants pouvez reconnaître cet état comme faisant partie du progrès normal et vous pouvez ajuster vos objectifs en conséquence.

Quand les parents s'attendent à obtenir des résultats instantanés, de leurs enfants ou d'eux-mêmes, ils risquent d'être déçus, découragés et éventuellement démotivés. Si les parents semblent frustrés face à leur manque d'expertise, vous pouvez les aider à réviser leurs attentes en leur faisant le dessin de l'escalier. Vous pouvez profiter de l'occasion pour souligner que les enfants passent à travers le même processus graduel et qu'eux aussi ont besoin de temps pour apprendre une nouvelle habileté. Quand ils comprendront de façon réaliste « l'escalier » de l'apprentissage de nouvelles habiletés, les parents remarqueront plus facilement les petits pas en avant, les leurs et ceux de leurs enfants.

Rencontres pour les personnes qui font de l'éducation parentale

Dans le cadre du projet, des rencontres ont eu lieu dans plusieurs régions afin d'aider les animateurs et animatrices à faire de l'éducation parentale et à soutenir les familles. Suite au succès des rencontres à Ottawa et à Charlottetown en novembre 2002, on a tenu deux autres rencontres en 2003.

Environ 45 participants ont assisté à la rencontre d'une journée organisée à **Saskatoon** par Bev Digout et *Parenting Education Saskatchewan* (éducation parentale Saskatchewan). Dr Joan Durrant a fait une excellente présentation au sujet des politiques publiques favorables aux familles, notamment le développement de telles politiques en Suède. Elle a traité en particulier de la question des punitions corporelles. Une méta-analyse d'un grand nombre de recherches indique aucune retombée positive et de nombreux effets négatifs de la punition corporelle. Un atelier en après-midi était consacré aux rudiments de l'animation.

Plus de 80 personnes ont assisté à la rencontre à **Calgary**, organisée par deux Éducatrices familiales agréées canadiennes (EFAC), Sandy Shuler des *Calgary Jewish Family Services* et Mary McNaughton. En matinée, la présentation a été faite par *Resiliency Canada*, une organisation qui, en lien avec le conseil scolaire de Calgary, est en train d'élaborer des indicateurs et des facteurs de résilience chez les jeunes. La présentation a souligné l'énorme effet qu'a la famille sur la résilience.

Rosemary Reilly, M. Ed. et EFAC, du Dépt. des Sciences humaines appliquées de l'Université Concordia, Montréal, a conçu un atelier portant sur la réponse aux situations difficiles. L'atelier a été présenté par David Sax, Carol Matusicky et Gus Fraser, trois membres du Comité de l'éducation familiale de Services à la famille-Canada. Les participants ont apprécié cette occasion d'améliorer leurs habiletés en animation de groupe.