

# Une évaluation du programme *Y'a personne de parfait*

SOMMAIRE

RÉALISÉE POUR

**l'Agence de la santé publique du Canada**

PAR

**Berna J. Skrypnek et Julianna Charchun**

Département d'écologie humaine

Université de l'Alberta

Juillet 2009

# Une évaluation du programme *Y'a personne de parfait*

© l'Association canadienne des programmes de ressources pour la famille (FRP Canada), 2009  
ISBN: 978-0-9784698-5-6

## CHERCHEUSE PRINCIPALE

**Berna J. Skrypnek, Ph. D**

Département d'écologie humaine

Université de l'Alberta

Edmonton (Alberta) T6G 2N1

Tél. : (780) 492-9277 ou (780) 248-2527

<http://www.ales.ualberta.ca/hecol/Skrypnek.cfm>

<http://parentchildrelationslab.googlepages.com/>

[berna.skrypnek@ualberta.ca](mailto:berna.skrypnek@ualberta.ca)

## COORDONNATRICE DU PROJET

**Janice MacAulay**

FRP Canada

[macaulay@frp.ca](mailto:macaulay@frp.ca)

## TRADUCTRICE

**Natalie Derome**

L'évaluation du programme *Y'a personne de parfait* a été entreprise dans le cadre du projet « Assurer la qualité de l'éducation parentale » grâce à un financement du Fonds pour la santé de la population de l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions et les interprétations figurant dans cette publication sont celles de leurs auteurs et ne reflètent pas forcément celles de l'Agence de la santé publique du Canada.

Il est possible de télécharger ce rapport au [www.frp.ca](http://www.frp.ca) et au [www.parentsvouscomptez.ca](http://www.parentsvouscomptez.ca). Celui-ci est également disponible en anglais. Pour commander des exemplaires imprimés, veuillez communiquer avec :



l'Association canadienne des programmes de ressources pour la famille (FRP Canada)  
331, rue Cooper, bureau 707, Ottawa (Ontario) K2P 0G5

[info@frp.ca](mailto:info@frp.ca) | Tél. : (613) 237-7667 | Sans frais : 1-866-6-FRPCan | Téléc. : (613) 237-8515

# Sommaire

## Contexte

*Y'a personne de parfait* est un programme communautaire d'éducation et de soutien des parents qui a été mis au point au début des années 1980 par l'Agence de la santé publique du Canada (alors nommée Santé et Bien-être social Canada) de concert avec les ministères de la Santé des quatre provinces de l'Atlantique. Il s'adresse aux parents d'enfants âgés de cinq ans et moins qui sont chefs de famille monoparentale, jeunes, isolés socialement, culturellement ou géographiquement, qui sont peu scolarisés ou ont un faible revenu. Depuis sa mise en œuvre à l'échelle nationale en 1987, ce programme a été adopté avec enthousiasme et a été offert dans chacune des provinces et chacun des territoires du Canada. Il représente aujourd'hui l'un des programmes parentaux les plus populaires au pays.

Le but général du programme est d'accroître la capacité des parents de préserver et d'améliorer la santé de leurs jeunes enfants. « En vue d'atteindre ce but général, ses objectifs spécifiques consistent à :

1. augmenter les connaissances et la compréhension des parents en ce qui concerne la santé, la sécurité et le comportement de leurs enfants;
2. susciter des modifications positives dans le comportement des parents en ce qui concerne la santé, la sécurité et le comportement de leurs enfants;
3. accroître la confiance en soi des participants en tant que parents et améliorer l'image qu'ils se font d'eux-mêmes à ce titre;
4. améliorer les capacités d'adaptation des participants en tant que parents;
5. accroître l'entraide et le soutien mutuel chez les parents. » (Direction de la promotion de la santé, Région de l'Atlantique, 1987, pp. 12-13) [traduction].

Le programme *Y'a personne de parfait* est offert par une ou plusieurs animatrices ayant reçu une formation à cette fin à des petits groupes de parents durant une série de six à huit rencontres hebdomadaires. Au moment de son élaboration au début des années 1980, *Y'a personne de parfait* était à l'avant-garde en termes de philosophie et d'approche puisqu'il est basé sur les principes d'éducation des adultes et fait appel à une approche d'autonomisation centrée sur l'apprenant et axée sur les forces. Tout au long du programme, l'expérience des parents est reconnue et valorisée, et leurs connaissances et aptitudes sont mises à profit dans le cadre de discussions en groupe et d'activités d'apprentissage axées sur la résolution de problèmes. Les

animatrices favorisent les changements de comportement chez les parents en établissant avec eux une relation de confiance et en créant des groupes marqués par l'entraide. Ces caractéristiques du programme sont maintenant reconnues comme des pratiques exemplaires dans le domaine de l'éducation parentale et du soutien à la famille (Campbell et Palm, 2004; Mann, 2008).

Bien que de nombreuses évaluations de *Y'a personne de parfait* aient présenté des preuves de l'efficacité du programme, aucune de ces évaluations ne comportait de groupe témoin ou groupe contrôle (Vollman, 2001). Par conséquent, la présente étude avait pour but d'approfondir les études d'évaluation antérieures et d'élargir leur portée. Elle constitue la première évaluation d'envergure nationale (avec la participation de la Colombie-Britannique, des Prairies et des provinces de l'Atlantique) du programme *Y'a personne de parfait* ainsi que la première évaluation à comporter un groupe témoin.

## Méthodologie

Nous avons employé un devis prétest/post-test avec groupe témoin non équivalent composé de parents inscrits sur une liste d'attente et suivi après six mois. Deux cent dix-huit participants à *Y'a personne de parfait* issus de vingt-quatre groupes ont été recrutés pour prendre part à l'étude et 27 personnes additionnelles inscrites sur une liste d'attente ont été recrutées pour servir de groupe témoin, pour un échantillon total de 245 personnes. Parmi les 218 participants à *Y'a personne de parfait*, 205 personnes ont participé au prétest, 155 ont participé au post-test et 41 ont participé au suivi après six mois. Parmi les parents inscrits sur une liste d'attente, 27 ont rempli les instruments de mesure au Temps 1, mais seulement 19 d'entre eux ont rempli les instruments de mesure à nouveau six à neuf semaines plus tard. Durant chaque séance de test, les participants ont rempli un ensemble d'instruments de mesure visant à évaluer le comportement parental, plus particulièrement les pratiques parentales chaleureuses et stimulantes et les stratégies de discipline (objectif 2); la confiance en soi en tant que parents (objectif 3); le stress parental, la capacité de faire face au stress et l'aptitude à la résolution de problèmes (objectif 4); les connaissances relatives aux ressources communautaires et aux moyens d'y accéder, et le soutien social (objectif 5). En outre, des groupes de discussion ont été tenus avec les participants à *Y'a personne de parfait* afin de recueillir des commentaires additionnels au sujet du programme et de son matériel. Enfin, 36 animatrices du programme *Y'a personne de parfait* ont rempli des questionnaires visant à recueillir leurs commentaires concernant le programme ainsi que leurs suggestions en vue de le renforcer.

## Résultats

### Étude des effets du programme

La présente étude a démontré que le programme *Y'a personne de parfait* atteint la plupart de ses objectifs. Le plus important, c'est qu'elle a permis de documenter cinq changements fondamentaux dans les comportements des parents à la suite de leur participation à *Y'a personne de parfait* (objectif 2). Au chapitre des pratiques de discipline, les parents ayant participé à *Y'a*

*personne de parfait* ont fait état d'une utilisation accrue de stratégies de discipline positive (telles que se servir d'une situation de problème comme occasion d'enseignement avec un enfant; expliquer calmement à un enfant pourquoi ce qu'il fait est mal; donner à un enfant des choix de comportements acceptables). Ils ont aussi fait état d'une utilisation moins fréquente de pratiques négatives ou punitives (comme avoir recours à la fessée ou se mettre en colère et crier quand un enfant se comporte mal ou fait quelque chose que le parent n'aime pas). Au surplus, ces changements de comportement ont été maintenus ou ont continué de s'améliorer avec le temps. Or, ces changements sont particulièrement importants puisque les recherches établissent clairement que les approches parentales plus démocratiques, qui font appel à l'enseignement et au raisonnement pour discipliner les enfants plutôt que de recourir à des méthodes punitives, engendrent de meilleurs résultats chez les enfants (Dooley et Stewart, 2007; Fletcher, Walls, Cook, Madison et Bridges, 2008; Gershoff, 2002; Lansford et coll., 2005).

L'usage par les parents de techniques de discipline actives plutôt que passives a également augmenté, mais les parents ont eu besoin de plus de temps pour développer ces habiletés, qui ne sont devenues apparentes qu'au moment du suivi après six mois. Plus précisément, bien que la fréquence d'utilisation d'une approche parentale passive ou permissive (comme laisser un enfant faire à sa tête ou ignorer son comportement) n'ait pas changé de manière significative immédiatement après la participation des parents à *Y'a personne de parfait*, l'utilisation de ce type de pratiques avait diminué de manière significative au moment du suivi après six mois. Ces réactions passives des parents aux comportements indésirables de leurs enfants semblent avoir été remplacées par des comportements parentaux plus positifs, tels que l'approche de la discipline axée sur l'enseignement susmentionnée, et par des pratiques plus actives visant à modifier le comportement des enfants. Par exemple, quoique les parents n'aient pas fait état d'une utilisation accrue de stratégies de modification du comportement (telles que mettre l'enfant à l'écart, lui promettre une récompense ou lui retirer un privilège) entre le prétest et le post-test, ils étaient plus susceptibles d'utiliser ces stratégies actives au moment du suivi après six mois qu'à l'époque du prétest.

Les parents ont aussi fait état d'une augmentation importante de la fréquence des interactions positives avec leurs enfants après leur participation à *Y'a personne de parfait*, mais l'amélioration de cet aspect de leurs relations avec leurs enfants avait diminué au moment du suivi après six mois, ce qui permet de croire que les parents ont besoin de plus de soutien pour faire en sorte que ces changements deviennent permanents. Puisque le groupe témoin inscrit sur une liste d'attente n'a fait état d'aucune augmentation de la fréquence des interactions parent-enfant positives, il est possible d'attribuer ce changement temporaire à *Y'a personne de parfait*.

Au surplus, le programme est efficace pour accroître la capacité des parents à faire face à des stressseurs parentaux courants (objectif 4), leur aptitude à résoudre des problèmes (objectif 4) ainsi que leur perception du soutien social (objectif 5). Les changements relatifs à la gestion du stress et au soutien social ont été maintenus pendant la période de suivi de six mois. L'aptitude à la

résolution de problèmes a continué de s'améliorer pendant la période de suivi de six mois, ce qui donne à penser que les parents ont besoin de temps pour développer certaines des nouvelles habiletés acquises grâce au programme. Autre constatation plus importante encore, le groupe témoin inscrit sur une liste d'attente n'a vécu aucun de ces changements au fil du temps, ce qui indique que les changements observés chez les participants à *Y'a personne de parfait* sont attribuables au programme. Ces changements sont particulièrement importants puisqu'il a été démontré que le soutien social, l'aptitude à résoudre des problèmes et la capacité de faire face au stress ont tous une influence sur la qualité des pratiques parentales (Cochran et Niego, 1995; Crnic et Low, 2002; Seng et Prinz, 2008).

Enfin, il est possible que la participation à *Y'a personne de parfait* contribue également à accroître la confiance en soi des participants en tant que parents (objectif 3) et leurs connaissances relatives aux ressources communautaires (objectif 5). Toutefois, puisque le groupe témoin inscrit sur une liste d'attente a aussi fait état d'une amélioration de ces aspects au fil du temps, ces changements ne sont pas forcément attribuables au programme *Y'a personne de parfait* en tant que tel, mais pourraient résulter du fait d'être en contact avec un organisme de soutien à la famille et d'avoir accès aux programmes et ressources de celui-ci.

### Groupes de discussion

Au cours des entrevues avec les groupes de discussion, la très grande majorité des commentaires des parents au sujet du programme *Y'a personne de parfait* ont été positifs. Tous les membres de ces groupes ont déclaré que leur participation au programme avait entraîné des changements bénéfiques pour eux. Ils ont aussi affirmé se sentir moins seuls et plus indulgents face à leur style parental personnel. Les parents ont indiqué avoir acquis des connaissances concernant les besoins de leurs enfants, les méthodes de discipline efficaces, les moyens d'assurer la sécurité de leurs enfants et les ressources communautaires. Ils ont aussi signalé que les animatrices avaient créé un climat sécurisant dans lequel ils se sont sentis soutenus, valorisés et écoutés en tant que parents. En général, les parents ont aimé les livres *Y'a personne de parfait* et les ont trouvés utiles. La recommandation qu'ils ont formulée le plus souvent est que le programme soit prolongé pour qu'il comprenne plus de rencontres, et que les livres (*La sécurité* en particulier) soient mis à jour.

### Commentaires des animatrices

Sur les questionnaires sollicitant leurs commentaires concernant le programme *Y'a personne de parfait*, les animatrices ont déclaré qu'elles ont été témoin de nombreux changements positifs en ce qui a trait aux connaissances, aux croyances, aux attitudes, à la confiance en soi, aux habiletés et aux comportements des parents, et qu'elles attribuent ces changements au programme. Lorsqu'on leur a demandé de formuler des recommandations en vue de renforcer ou d'améliorer le programme, les animatrices ont indiqué avoir besoin de fonds supplémentaires pour leur permettre de mieux répondre aux besoins de garde d'enfants et de transport des parents, d'offrir un plus grand nombre de rencontres à chaque groupe de parents, d'organiser un plus grand

nombre de groupes et d'acheter plus de ressources. Les animatrices souhaitent également avoir accès à de la formation additionnelle dans des domaines spécifiques (comme la résolution de conflits), à des cours de perfectionnement, à un moyen de communiquer et d'entretenir des contacts entre elles et à des allocations plus élevées. En outre, les animatrices ont déclaré avoir besoin de plus de temps avec les participants au programme et ont recommandé que le nombre de rencontres soit augmenté. Certaines ont même suggéré que le programme comporte une deuxième série de rencontres (« *Y'a personne de parfait II* ») à l'intention des parents ayant terminé la première série. Enfin, bien que les animatrices considèrent que le matériel constitue l'un des points forts du programme, elles voudraient qu'il soit mis à jour et soit complété par des ressources additionnelles telles que des vidéos et des feuillets d'information portant sur des sujets spécifiques (comme les problèmes liés à la santé, le SMSN, la prévention des abus sexuels et l'attachement).

## Conclusions et recommandations

La présente étude des effets du programme *Y'a personne de parfait* démontre que celui-ci contribue à améliorer un certain nombre de pratiques parentales qui sont associées de façon constante à de meilleurs résultats chez les enfants. Le programme n'a pas été conçu à l'intention des familles en crise, mais plutôt dans le but de faire de la prévention auprès des parents vulnérables avant que des problèmes surgissent. La participation à *Y'a personne de parfait* semble effectivement entraîner chez les parents des changements fondamentaux qui devraient réduire le risque que leur famille se retrouve en crise. Par conséquent, le programme *Y'a personne de parfait* semble constituer une réussite pour soutenir les parents vulnérables ayant de jeunes enfants.

L'efficacité démontrée du programme *Y'a personne de parfait*, sa conformité aux meilleures pratiques actuelles, sa nature préventive, sa clientèle cible (les parents de jeunes enfants) et la possibilité de l'adapter à diverses cultures (de même que la disponibilité du matériel en plusieurs langues) font en sorte qu'il s'agit d'un programme qu'il est très souhaitable d'offrir au Canada. Néanmoins, la présente étude laisse voir qu'il est possible de renforcer *Y'a personne de parfait* si l'on veille à ce que :

- le programme soit adéquatement financé et soutenu;
- le programme comporte au moins huit rencontres;
- chaque rencontre ne dure pas plus de deux heures;
- le matériel du programme, plus particulièrement les livres, soit mis à jour afin de tenir compte des connaissances actuelles (sur la sécurité et la santé, les pratiques parentales, les premières expériences de vie des enfants et le développement du cerveau durant la petite enfance, notamment);
- des ressources additionnelles tenant compte des besoins et des intérêts

actuels des parents soient élaborées (telles que des vidéos et des feuillets d'information portant sur des sujets comme l'attachement ou la violence familiale) et/ou qu'un plus grand nombre des ressources existantes soient acquises et mises à la disposition des animatrices;

- les animatrices aient accès à une formation et à un soutien adéquats;
- les organismes communautaires soient encouragés à évaluer l'efficacité de leur programme *Y'a personne de parfait*, ou de leurs autres programmes parentaux comportant des objectifs similaires, en administrant régulièrement aux participants une partie ou la totalité des instruments de mesure utilisés dans la présente étude des effets du programme;
- des séances de renforcement mensuelles et/ou un deuxième programme soient mis au point afin de donner suite à *Y'a personne de parfait* dans le but de consolider les apprentissages, les aptitudes et le soutien social acquis grâce à *Y'a personne de parfait*. (Il est recommandé que tout programme subséquent comporte un volet réunissant les parents et les enfants afin d'offrir aux animatrices la possibilité d'observer les interactions parents-enfants et de servir de modèle dans leurs propres interactions avec les enfants.)

Enfin, les résultats de la présente étude sont conformes à ceux des évaluations antérieures et fournissent des preuves claires de l'efficacité du programme *Y'a personne de parfait* à atteindre ses objectifs auprès de son public cible. Néanmoins, d'autres recherches avec groupe témoin ou groupe contrôle devront être menées pour reproduire les résultats de la présente étude. En outre, toute recherche future devrait comprendre un suivi à plus long terme et une évaluation des résultats chez les enfants et devrait porter sur des échantillons plus grands permettant d'évaluer la différence possible d'efficacité du programme auprès de sous-populations spécifiques (comme les pères ou des groupes culturels particuliers).