Guide d'animation du programme

Y'a personne de parfait

Y'a personne de parfait

Quatrième édition 2016

Agence de la santé publique du Canada
Public Health Agency of Canada

Canada

PROMOUVOIR ET PROTÉGER LA SANTÉ DES CANADIENS GRÂCE AU LEADERSHIP, AUX PARTENARIATS, À L'INNOVATION ET AUX INTERVENTIONS EN MATIÈRE DE SANTÉ PUBLIQUE.
– Agence de la santé publique du Canada

Also available in English under the title: **Nobody's Perfect Parenting Program: Facilitator's Guide**

Pour obtenir plus d'information, veuillez communiquer avec :

Agence de la santé publique du Canada
Courriel : **DEA.renseignements.publiques@phac-aspc.gc.ca**

On peut obtenir, sur demande, la présente publication en formats de substitution.

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par la ministre de la Santé, 2016

Date de publication : mai 2016

La présente publication peut être reproduite sans autorisation pour usage personnel ou interne seulement, dans la mesure où la source est indiquée en entier.

PDF Cat.: HP35-71/2016F-PDF
ISBN: 978-0-660-04998-4

Le programme *Y'a personne de parfait* a été conçu par Santé Canada en collaboration avec les ministères de la Santé du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse, de l'Île-du-Prince-Édouard et de Terre-Neuve-et-Labrador.

Vous pouvez trouver la liste la plus à jour des coordonnateurs territoriaux et provinciaux sur le site Web suivant : **http://www.phac-aspc.gc.ca/hp-ps/dca-dea/parent/nobody-personne/coord-fra.php**

Tous droits réservés. Le présent document a été conçu pour servir dans le cadre de la formation au programme *Y'a personne de parfait*. Aucune partie de ce document, mise à part son utilisation dans ce contexte, ne peut être reproduite de quelque façon que ce soit sans l'autorisation écrite préalable du ministre de Travaux publics et Services gouvernementaux Canada.

Remerciements

Depuis son lancement en 1984, de nombreuses mères, animatrices, formatrices, rédactrices et expertes-conseil ont contribué en apportant leurs idées, leurs efforts et leur expérience à l'élaboration de tous les aspects du programme Y'a personne de parfait.

La quatrième édition du *Guide d'animation du programme Y'a personne de parfait* est le fruit d'un processus de consultation et de collaboration pancanadien qui intègre des constatations et des suggestions des formatrices, des animatrices et des coordonnateurs nationaux de tout le Canada. Nous aimerions exprimer notre reconnaissance à toutes les animatrices et formatrices qui ont généreusement partagé ce qu'elles avaient appris au cours de leurs années à travailler avec le programme Y'a personne de parfait. Vos conseils et votre expertise ont été indispensables à la révision de ce *Guide d'animation du programme Y'a personne de parfait*.

Préface

Le *Guide d'animation du programme Y'a personne de parfait* a été rédigé pour aider les animatrices qui apprennent à utiliser le programme. C'est un ouvrage de référence essentiel pour leur formation et leur travail.

On trouvera dans les 11 chapitres qui composent le Guide des renseignements généraux, des principes directeurs pour l'animation, des conseils pour la planification et l'organisation des programmes Y'a personne de parfait, ainsi que des de travail.

Chapitre 1 : Comment décrire le programme Y'a personne de parfait?
Chapitre 2 : Notions clés
Chapitre 3 : L'animatrice
Chapitre 4 : Le rôle de l'animatrice
Chapitre 5 : Conseils pratiques pour travailler avec les parents
Chapitre 6 : L'organisation du programme Y'a personne de parfait
Chapitre 7 : La planification du programme Y'a personne de parfait
Chapitre 8 : La planification des rencontres
Chapitre 9 : Activités et outils
Chapitre 10 : Le programme Y'a personne de parfait en rencontres individuelles
Chapitre 11 : Listes de vérification et formulaires

Les renseignements contenus dans le présent Guide vous permettront d'apprendre à exercer les fonctions d'animatrice et de vous perfectionner. Vous constaterez que chaque parent et chaque groupe ont leur propre personnalité. Les solutions qui marcheront bien avec l'un ne seront peut-être pas efficaces avec l'autre. Certains groupes sembleront n'avoir presque pas besoin d'animation, alors que d'autres demanderont davantage d'interventions de votre part. Chaque groupe vous donnera l'occasion de vous perfectionner et de mieux comprendre les parents de votre collectivité. L'animatrice qui travaille dans un programme axé sur les participantes en bénéficie souvent autant que les parents.

La présente version du *Guide d'animation du programme Y'a personne de parfait* s'appuie sur l'expérience que les formatrices principales, les formatrices et les animatrices du programme Y'a personne de parfait ont acquise au cours des 25 dernières années.

Table des matières

Chapitre 1 : Comment décrire le programme Y'a personne de parfait? 1

À qui s'adresse le programme Y'a personne de parfait? 2

Renseignements généraux 2

Principes de base du programme Y'a personne de parfait 3

Comment le programme Y'a personne de parfait fonctionne-t-il? 4

Le programme Y'a personne de parfait est-il efficace? 4

Le matériel du programme 5

Quels organismes mettent en œuvre le programme Y'a personne de parfait? 7

Chapitre 2 : Notions clés 9

Respecter les valeurs 10

L'apprentissage par l'expérience 11

Chapitre 3 : L'animatrice 13

L'animatrice 14

La coanimation 15

Chapitre 4 : Le rôle de l'animatrice 19

Écouter activement 20

S'exprimer efficacement 21

Donner le ton 22

Faire participer les parents 23

Examiner les valeurs 25

Faire preuve de souplesse 27

Remédier à certaines situations courantes 27

Chapitre 5 : Conseils pratiques pour travailler avec les parents 31

Travailler avec de jeunes parents 32

Travailler avec les pères 36

Travailler avec des parents peu instruits 38

Travailler avec des parents de cultures différentes 40

Travailler avec des parents autochtones 43

Chapitre 6 : L'organisation du programme Y'a personne de parfait 45

Le recrutement des participantes 46

Les questions d'ordre pratique 52

L'organisation du programme Y'a personne de parfait 54

Chapitre 7 : La planification du programme Y'a personne de parfait 55

La planification du programme Y'a personne de parfait 56

Déterminer les souhaits et les besoins des parents 56

Tenir compte de l'évolution du groupe dans la planification du programme 58

Faire un plan général du programme 59

Déterminer les méthodes de suivi et d'évaluation du programme 62

Chapitre 8 : La planification des rencontres 65

La planification des rencontres 66

Établir les objectifs de chaque rencontre 66

Établir un plan pour atteindre vos objectifs 68

Chapitre 9 : Activités et outils 79

Activités de groupe 80

Outils d'apprentissage 81

Le tour de table 83

Le brassage d'idées 83

Les jeux 84

Les questions 85

La discussion 87

Le jeu de rôle 88

La façon d'aborder les problèmes 90

L'exposé 91

Quelques exemples d'activités d'apprentissage 91

Exemples d'activités pour commencer une rencontre 98

Les activités de suivi 106

Utilisation de la documentation du programme Y'a personne de parfait 106

Chapitre 10 : Le programme Y'a personne de parfait en rencontres individuelles 111

Quand les rencontres individuelles sont efficaces 112

La planification d'un programme individuel 114

La planification d'une rencontre individuelle 114

Chapitre 11 : Listes de vérification et formulaires 117

Liste de vérification : la salle de rencontre 118

Liste de vérification : l'équipement 119

Fiche de renseignement sur les parents 120

Plan de travail du programme 121

Plan de travail d'une rencontre – Modèle A 122

Plan de travail d'une rencontre – Modèle B 123

Feuille de route d'une rencontre 124

Feuille de route du programme 125

Dis-nous ce que tu penses du programme Y'a personne de parfait. 126

Certificat de participation 127

Module complémentaire : adaptée pour un groupe « virtuel » 131

Contexte et résultats 132

Démarche 132

Exemples du déroulement d'une séance et d'activités pouvant être utilisées dans le cadre d'une série de six rencontres 134

Annexes ..... document séparé

Annexe A : Glossaire

Annexe B : Résumés des évaluations et des rapports

Annexe C : Liste de ressources complémentaires à l'intention des animatrices

Chapitre 1 :

Comment décrire le programme Y'a personne de parfait?

- À qui s'adresse le programme Y'a personne de parfait?
- Renseignements généraux
- Principes de base du programme Y'a personne de parfait
- Comment le programme Y'a personne de parfait fonctionne-t-il?
- Le programme Y'a personne de parfait est-il efficace?
- Le matériel du programme
- Le matériel pour les parents
- Le matériel pour les animatrices
- Quels organismes mettent en œuvre le programme Y'a personne de parfait?

Comment décrire le programme Y'a personne de parfait?

À qui s'adresse le programme Y'a personne de parfait?

Y'a personne de parfait est un programme conçu pour répondre aux besoins des parents d'enfants âgés de 5 ans ou moins, surtout si ces parents sont :

- jeunes;
- célibataires;
- isolés (parce qu'ils sont éloignés de leurs amis ou de leur famille ou vivent dans une zone rurale);
- à faible revenu ou peu instruits.

Le programme Y'a personne de parfait vise un groupe particulier de parents : ceux qui, pour une raison ou pour une autre, ont un accès limité à d'autres ressources. Ces parents peuvent éprouver des difficultés à trouver des ressources pour différentes raisons :

- Ils n'ont pas les moyens de participer à certains programmes, parce qu'il faut payer des frais, ou qu'ils ne peuvent pas payer le transport ou la garde de leurs enfants.
- Ils n'ont pas le niveau d'instruction nécessaire pour trouver et lire la plupart des imprimés disponibles sur le rôle parental, et pour en mettre le contenu en pratique.
- Ils sont isolés et ne savent peut-être pas où chercher des renseignements sur le difficile métier de parent, ni à qui s'adresser pour en obtenir.
- Ils sont jeunes et estiment que la plupart des programmes de formation au rôle de parent ne leur conviennent pas.
- Ils craignent d'être jugés ou traités de mauvais parents s'ils demandent de l'aide ou du soutien.
- Ils croient que la plupart des programmes de formation au rôle de parent ne sont pas adaptés à eux du point de vue culturel.

Le programme Y'a personne de parfait permet aux parents de rencontrer en toute sécurité d'autres personnes qui ont des enfants du même âge et qui partagent les mêmes intérêts et les mêmes préoccupations. Le programme Y'a personne de parfait est toujours gratuit.

L'âge et l'origine culturelle des participantes peuvent changer d'un programme à l'autre, mais les parents qui participent au programme Y'a personne de parfait ont tous plusieurs choses en commun.

- Ils veulent assister aux rencontres. Le programme Y'a personne de parfait n'est pas un programme obligatoire.
- Ils souhaitent ce qu'il y a de mieux pour leurs enfants.
- Ils veulent être de bons parents.

Le programme Y'a personne de parfait **n'enseigne pas** la « bonne » façon d'élever ses enfants. Il aide les parents à connaître leurs points forts et à trouver des façons positives d'élever des enfants heureux et en bonne santé.

Ce programme ne s'adresse pas aux familles en situation de crise ou qui ont de graves problèmes.

« Y'a personne de parfait m'a acceptée comme je suis et m'a aidée à découvrir qui je peux devenir. »
– Une mère

Renseignements généraux

Le programme Y'a personne de parfait a été conçu au début des années 1980 par Santé Canada (alors appelé Santé et Bien-être social Canada) et les ministères de la Santé des quatre provinces de l'Atlantique : le Nouveau-Brunswick, Terre-Neuve-et-Labrador, la Nouvelle-Écosse et l'Île-du-Prince-Édouard. Il a été lancé à l'échelon national en 1987. Il appartient à l'Agence de la santé publique du Canada et est offert dans chaque province et territoire du Canada. La documentation du programme

Y'a personne de parfait est publiée en français et en anglais, de même que dans d'autres langues.

Le programme Y'a personne de parfait connaît un franc succès depuis ses débuts. Les travailleuses communautaires, les mères et les infirmières en santé publique de tout le Canada ont été formées au rôle d'animatrice du programme. Ces animatrices ont présenté le programme Y'a personne de parfait à des milliers de parents de leur collectivité. Les programmes de formation donnent des renseignements sur la mise en œuvre du programme et ils permettent d'acquérir les compétences nécessaires pour aider des adultes à apprendre en groupe. Des réseaux régionaux, provinciaux et nationaux offrent un soutien permanent aux animatrices.

Depuis les débuts du programme Y'a personne de parfait, plusieurs évaluations et rapports ont été réalisés dans tout le Canada. Les résultats ont constamment prouvé que le programme Y'a personne de parfait était un programme efficace, souple et structuré de formation au rôle de parent. Un résumé de ces résultats se trouve à la fin de ce guide.

Depuis ses débuts, le programme Y'a personne de parfait a beaucoup d'influence sur le développement de l'éducation communautaire des parents au Canada. La méthode employée, axée sur les participantes et fondée sur le respect et le soutien des parents, a été adoptée par de nombreux autres programmes.

Principes de base du programme Y'a personne de parfait

Le programme Y'a personne de parfait repose sur quelques principes fondamentaux :

- Les parents aiment leurs enfants et veulent être de bons parents. Ils veulent que leurs enfants soient heureux et en bonne santé.
- L'art d'être parent n'est pas inné. Tous les parents ont besoin de renseignements et de soutien. L'appartenance à un groupe de soutien peut les aider à découvrir leurs points forts et à comprendre leurs besoins.

- Aider les parents à répondre à leurs propres besoins est une étape importante de la formation et permettra à ces mêmes parents de répondre aux besoins de leurs enfants.
- Les parents apprécient les idées et les solutions pratiques, positives et peu coûteuses.

Le programme Y'a personne de parfait est « axé sur les participantes ». Il part du principe que les adultes apprennent mieux quand :

- leurs expériences et leurs compétences sont respectées et valorisées;
- ils peuvent choisir ce qu'ils apprendront et que le programme est conçu à partir de ce qu'ils veulent apprendre et ont besoin d'apprendre;
- ils appartiennent à un groupe de soutien;
- le programme leur permet d'accroître leur confiance et leur estime de soi en leur offrant la possibilité de mettre en pratique de nouvelles aptitudes et de nouveaux comportements

Le programme Y'a personne de parfait a pour objectif de permettre aux parents de se rencontrer en toute sécurité et de réfléchir à leur vie, à leurs enfants et à leur rôle de parent.

ILS PEUVENT UTILISER LE PROGRAMME POUR :

- s'informer sur la santé, la sécurité et le comportement de leurs enfants;
- perfectionner leurs compétences parentales, en apprendre d'autres et s'y exercer;
- accroître leur estime de soi et leur confiance dans leur capacité d'exercer le métier de parent en reconnaissant leurs points forts et leurs aptitudes;
- faire la connaissance d'autres parents, se détendre et se divertir tout en apprenant;
- se lier avec d'autres parents et se considérer mutuellement comme des sources d'aide et de soutien.

« Je le recommanderais à des amis : c'est une façon de se faire des amis et de trouver du soutien mutuel. » – Un parent

Comment le programme Y'a personne de parfait fonctionne-t-il?

Le programme Y'a personne de parfait s'appuie sur ce que les parents savent déjà et ce qu'ils font pour eux-mêmes et leurs enfants. Il met à profit les expériences et les intérêts des parents en leur faisant jouer un rôle dans le processus d'apprentissage. Le programme aide les parents à bâtir des réseaux et il les encourage à se considérer mutuellement comme des sources de conseils et de soutien.

Le programme Y'a personne de parfait est souple et conçu de façon à s'adapter aux besoins des parents et des organismes qui le mettent en œuvre. Il comprend généralement une série de rencontres de groupe étalées sur six à huit semaines. Chaque rencontre dure environ deux heures. La série peut se poursuivre pendant une plus longue période (par exemple 10 ou 12 semaines), et les rencontres peuvent durer plus longtemps (par exemple trois heures). Le programme peut aussi être offert selon une formule plus intensive de rencontres d'une journée offertes pendant une ou plusieurs fins de semaine. Le programme Y'a personne de parfait peut aussi être présenté en rencontres individuelles.

Le programme se donne dans une grande variété de milieux et il est utilisé par des parents très différents, y compris des immigrants/réfugiés, des Autochtones et des parents de tous âges. Le programme se donne aussi dans d'autres pays, tels que le Japon et le Chili.

« L'éducation des adultes, ça fonctionne bien! C'était extraordinaire de voir comment elles amenaient la discussion, comment elles se découvraient. Ce n'était pas moi qui donnais toute l'information – ça venait des parents eux-mêmes. » – Une animatrice du programme Y'a personne de parfait

Le programme Y'a personne de parfait est-il efficace?

Oui. Le programme Y'a personne de parfait est efficace pour les parents, les animatrices et les collectivités.

Le programme Y'a personne de parfait est efficace pour les parents

Le programme s'est révélé efficace pour les parents qui ont peu de possibilités de participer à des programmes de formation au rôle de parent et peu de soutien. De vastes études d'évaluation et d'impacts ont révélé que les parents qui participent au programme Y'a personne de parfait se sentent moins isolés, qu'ils ont plus confiance en eux et qu'ils sont plus en mesure de gérer leur stress et de régler les problèmes (Kennett, Chislett et Olver,

2011). Ils ont plus confiance en eux en tant que parents, renforcent leurs compétences parentales, utilisent des méthodes de disciplines plus positives et ont des interactions plus positives avec leurs enfants (Skrypnek et Charchun, 2009).

« J'ai découvert qu'on n'est pas seul. D'autres personnes connaissent les mêmes problèmes » – Un parent

« J'ai appris à me connaître. J'ai appris à écouter mes enfants au lieu de parler la première. Ils sont plus calmes, et moi aussi, depuis que j'ai suivi le programme Y'a personne de parfait. » – Une mère

Le programme Y'a personne de parfait est efficace pour les animatrices

Les animatrices trouvent que les compétences qu'elles acquièrent et ce qu'elles découvrent dans le cadre du programme Y'a personne de parfait leur sont utiles dans d'autres aspects de leur carrière et de leur vie. La formation des animatrices du programme renforce leurs compétences et leur confiance en soi, et elles estiment qu'il s'agit d'une ressource précieuse. Nombre d'entre elles indiquent que les compétences apprises à l'aide du programme Y'a personne de parfait ont une incidence sur leur travail et leur vie quotidienne.

« Je n'aurais jamais cru que la formation au rôle d'animatrice que j'ai suivie serait aussi utile! J'ai animé de nombreuses rencontres Y'a personne de parfait et je suis maintenant formatrice. Je me sers des compétences que j'ai apprises dans le cadre de ma formation de bien d'autres façons. La formation au programme apprend à écouter, à trouver des idées de travail en groupe, à faire des commentaires et à éviter de donner des conseils; c'est utile dans de nombreux aspects de la vie quotidienne et du travail. » – Une formatrice et un animatrice

Le programme Y'a personne de parfait est efficace pour les collectivités

En participant au programme Y'a personne de parfait, les parents obtiennent des renseignements sur les autres ressources et possibilités de soutien qui existent dans leur collectivité, et ils en tirent profit par la suite. Ils font aussi la connaissance d'autres parents avec lesquels ils établissement des relations de confiance; ils commencent à bâtir des réseaux d'entraide qui cimentent les collectivités en soutenant leurs membres.

« Ça marche. Ça marche parce que ça permet aux parents de collaborer et de trouver leurs propres solutions. » – Une formatrice du programme Y'a personne de parfait

« Ça marche parce que ça donne aux parents l'occasion de rencontrer d'autres parents, de s'entraider et de se faire des amis. Ça élargit le réseau d'entraide des familles. » – Une formatrice du programme Y'a personne de parfait

* Voir l'annexe B pour obtenir un résumé détaillé des recherches et évaluations du programme Y'a personne de parfait.

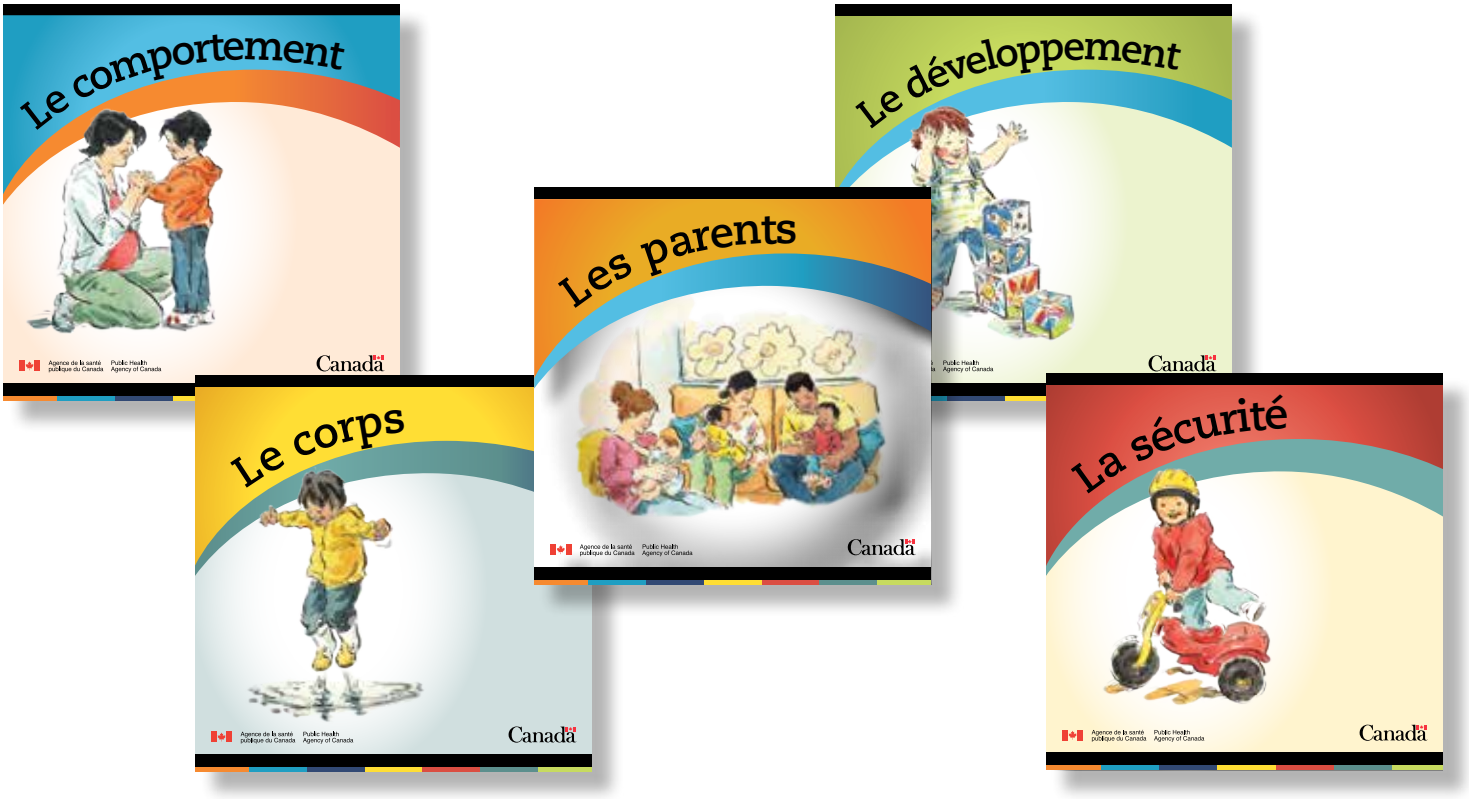
Le matériel du programme

Le programme Y'a personne de parfait comporte une série de documents conçus pour aider les parents et ceux qui travaillent auprès d'eux.

Le matériel pour les parents

Le programme Y'a personne de parfait comporte cinq livres faciles à lire. Tous les autres documents du programme sont fondés sur ces livres. Les cinq livres sont : Le comportement, Le corps, La sécurité, Le développement et Les parents. D'après l'évaluation, les parents aiment bien ces livres, les consultent et les considèrent comme un bon guide de référence (Skrypek et Charchun, 2009).

Les livres ne donnent pas de « recettes » pour régler tous les problèmes imaginables. Leur but est plutôt de renseigner les parents et de les aider à faire face aux



situations difficiles et stressantes auxquelles ils peuvent se heurter. Les images permettent d'illustrer les messages clés, même si le niveau d'alphabétisation est faible.

Les sujets traités dans les cinq livres sont :

LE COMPORTEMENT

- Comment faire la différence entre aimer et gâter un enfant.
- Comment encourager un comportement de collaboration.
- Comment s'y prendre pour régler certains problèmes de comportement courants.

LE CORPS

- Comment garder les enfants en bonne santé.
- Comment reconnaître les signes de maladie.
- Comment traiter les maladies courantes chez l'enfant.

LE DÉVELOPPEMENT

- Le développement intellectuel et affectif de l'enfant.
- Comment encourager un enfant à apprendre.
- Comment aider l'enfant à se développer par le jeu.

LES PARENTS

- Comment un parent peut répondre à ses propres besoins.
- Comment trouver et choisir un service de garde d'enfants.
- Comment trouver de l'aide et des ressources dans la collectivité.

LA SÉCURITÉ

- Les causes des blessures.
- La prévention des blessures.
- Comment traiter certaines blessures.

« J'aime bien les livres pour les parents, parce qu'ils sont faciles à comprendre et que je peux les garder. » – Un parent.

Toutes les participantes à un groupe Y'a personne de parfait reçoivent une trousse éducative gratuite.

Cette **trousse pour les parents** contient :

- les cinq livres pour les parents (Le comportement, Le corps, La sécurité, Le développement et Les parents).
- une affiche qui montre les étapes du développement d'un bébé entre la naissance et deux ans;
- une affiche qui montre les étapes de croissance d'un enfant de deux à cinq ans;

Le matériel pour les animatrices

En plus de la documentation pour les parents, le programme Y'a personne de parfait comprend des documents de formation et de soutien destinés aux animatrices qui travaillent avec les parents inscrits à ce programme. Ces ressources supplémentaires peuvent être retrouvées : www.phac-aspc.gc.ca/hp-ps/dca-dea/parent/nobody-personne/index-fra.php.

De nombreux territoires et provinces ont élaboré des ressources supplémentaires associées au programme Y'a personne de parfait. Communiquez avec votre coordonnateur du programme Y'a personne de parfait pour en savoir plus ou consultez le site Web www.nobodysperfect.ca.

Quels organismes mettent en œuvre le programme Y'a personne de parfait?

Le programme Y'a personne de parfait est offert dans les collectivités par un large éventail d'établissements et d'organismes, dont :

- les autorités sanitaires régionales et communautaires;
- des centres de ressources pour les familles;
- les centres de soins communautaires et les centres locaux de service communautaire (CLSC);
- les organismes de services de santé et d'aide sociale;
- les centres de santé pour les adolescents;
- les collectivités autochtones;
- les endroits où le programme d'aide préscolaire aux enfants autochtones est offert;
- les organismes s'occupant des immigrants et des communautés multiculturelles;
- des écoles secondaires;
- des garderies;
- des programmes communautaires destinés aux adolescentes enceintes et aux adolescentes mères;
- des abris pour femmes victimes de violence familiale;
- des établissements correctionnels pour hommes, femmes et jeunes contrevenants.

Le programme Y'a personne de parfait est assez souple pour permettre aux organismes intéressés de définir les caractéristiques des participantes, pourvu qu'elles correspondent aux catégories de parents pour lesquelles le programme a été conçu. Ainsi un organisme peut décider qu'un « jeune » parent désigne une personne âgée de 25 ans au moins; pour un autre ce terme peut désigner une personne âgée de 15 ans ou moins. Certains organismes peuvent s'adresser aux mères et pères célibataires. D'autres peuvent accorder la priorité aux mères qui ont des démêlés avec la justice, aux parents fraîchement arrivés au Canada ou aux parents autochtones..

NOTES

Chapitre 2 :
Notions clés

- Respecter les valeurs
- L'apprentissage par l'expérience

Notions clés

Respecter les valeurs

Les valeurs sont des croyances qui nous tiennent à cœur. Elles sont fortement influencées par notre expérience de la vie et les personnes importantes dans notre entourage.

Nos valeurs conditionnent le regard que nous portons sur les choses, ainsi que nos actions. Elles sont des normes que nous utilisons pour former nos opinions. Toutefois, elles sont si profondément ancrées en nous que, en général, nous n'y pensons pas consciemment. Souvent, nous ne prenons conscience de nos valeurs que lorsque nous sommes en désaccord avec quelqu'un ou que nous n'acceptons pas une situation. Les différences de valeurs sont souvent à l'origine des mésententes.

Chacun a des valeurs qui lui sont propres. Les personnes qui appartiennent à la même culture ou à la même collectivité peuvent avoir des valeurs très proches, mais jamais exactement identiques. Dans un groupe, les gens peuvent entretenir des valeurs très diverses.

En tant qu'animatrice, il est important que vous preniez conscience de vos valeurs. Souvenez-vous qu'elles ne sont justement que VOS valeurs. Elles ne sont pas les seules, elles ne sont pas les meilleures : elles sont simplement les vôtres. Définissez clairement vos croyances afin de ne pas en faire la promotion, ni dénigrer celles d'autrui, consciemment ou inconsciemment.

Vous pouvez être d'accord avec certains membres du groupe, mais pas avec d'autres; certains membres peuvent prendre position sur une question fondamentale pour eux : le rôle de l'animatrice consiste à rester neutre et aider le groupe à trouver un terrain d'entente où les croyances et les valeurs de tout le monde sont respectées.

Le programme Y'a personne de parfait n'a pas pour objectif de changer les valeurs des gens. Il vise plutôt à reconnaître les valeurs et leur diversité au sein du groupe, et à étudier l'effet qu'elles peuvent avoir sur les choix que les parents font chaque jour.

Une des forces du programme Y'a personne de parfait est qu'il permet aux parents d'examiner leurs valeurs et l'influence qu'elles sont sur le métier de parent et sur d'autres facettes de leur vie. La discussion sur les valeurs vise à aider chaque personne à prendre conscience de ses propres valeurs et non à « convertir » les parents à un ensemble donné de valeurs. Un examen approfondi des valeurs est l'occasion de les remettre en question, de les étendre ou de les affirmer.

La compréhension de vos propres valeurs et le respect de celles d'autrui sont des notions clés du programme Y'a personne de parfait. Chaque rencontre vous amènera à parler de valeurs d'une façon ou d'une autre, parce qu'elles sont à la base de nombreuses décisions et questions relatives au métier de parent. La section du chapitre 4 intitulée « Examiner les valeurs » contient des suggestions pratiques pour vous aider et aider les parents de votre groupe à prendre conscience des valeurs et de leur influence sur le métier de parent.

L'apprentissage par l'expérience

Le programme Y'a personne de parfait est fondé sur le concept d'« apprentissage par l'expérience » : il n'indique pas aux parents ce qu'ils devraient faire ni comment ils devraient le faire, mais il offre des expériences qui leur permettent d'acquérir des renseignements et des connaissances, et d'appliquer ce qu'ils ont appris dans de nombreux domaines de leur vie.

L'apprentissage par l'expérience consiste à reconnaître et à examiner diverses situations en répondant à une série de questions :

De quoi s'agit-il? (OBSERVATION de l'expérience)

- *Que s'est-il passé?*
- *Quand est-ce arrivé pour la première fois?*
- *Qu'est-ce que vous avez dit? Qu'est-ce que les autres ont dit?*
- *Qu'avez-vous vu?*
- *Que s'est-il passé en premier? Que s'est-il passé par la suite?*
- *Dans quel ordre les événements se sont-ils produits?*
- *À quelle heure cela s'est-il passé?*
- *Que se passait-il d'autre en même temps?*
- *Qui était là?*
- *Qui n'y était pas?*

Conseil :

Les questions « de prise de conscience » touchent tous les sens.

Qu'est-ce qui en résulte? (RÉFLEXION sur le sens de l'expérience au plan personnel)

- *De quoi prenez-vous conscience?*
- *Qu'est-ce que cela vous rappelle?*
- *Quelle signification en dégagez-vous?*
- *Qu'est-ce que cette situation nous amène à comprendre sur vous-même?*

Conseil :

Ces questions font prendre conscience aux participantes de leurs sentiments et du sens de l'expérience.

Et maintenant? (APPLICATION de ce qu'on a appris de l'expérience)

- *En fonction de votre expérience…*
- *de ce que vous avez remarqué et de ce que cela signifie pour vous quels sont les nouveaux choix?*
- *Qu'allez-vous faire maintenant?*
- *Connaissez-vous d'autres situations dans lesquelles ces nouvelles connaissances pourraient vous servir?*

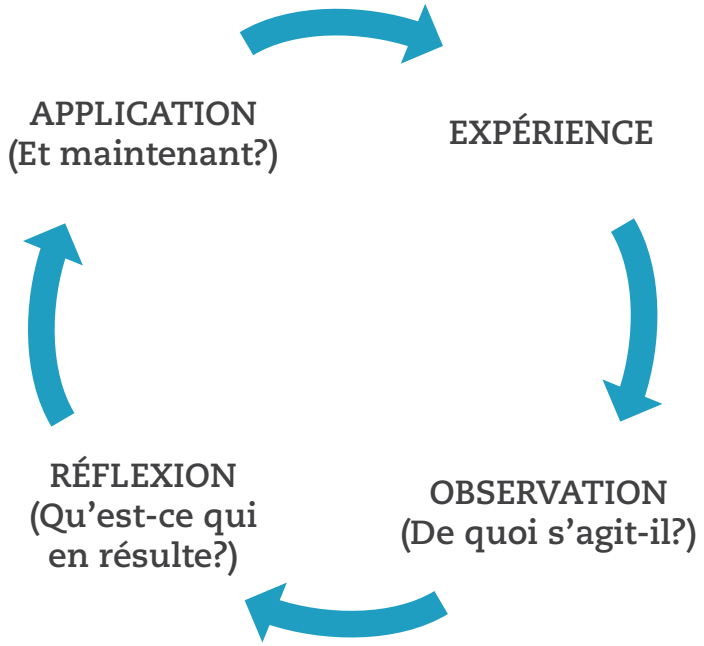
Ces questions vous aideront à séparer ce qui est réellement arrivé (les faits) de ce que vous ressentez. Quand on peut séparer les événements des émotions, on est mieux placé pour appliquer ce qu'on a appris de la situation.

L'apprentissage par l'expérience est circulaire :

- Chaque jour est rempli d'expériences.
- Chaque expérience offre une occasion d'apprendre.
- Chaque chose apprise conduit à de nouvelles expériences.

L'application de l'apprentissage par l'expérience à une situation précise est aussi circulaire : c'est ce que l'on appelle parfois le cycle d'apprentissage fondé sur l'expérience.

CYCLE D'APPRENTISSAGE FONDÉ SUR L'EXPÉRIENCE



À titre d'animatrice, vous faites participer les parents à diverses activités et vous les encouragez à observer, à réfléchir et à appliquer ce qu'ils ont appris de ces expériences. N'oubliez pas que même si vous pouvez planifier une activité, il vous est impossible de planifier (ou de prévoir) l'expérience que les participantes en feront. Cela s'explique par le fait que les parents ont

leurs propres points forts et apportent au programme leurs propres expériences de vie. Ils comprennent et appliquent les expériences de la façon qui répond à leurs besoins.

L'apprentissage fondé sur l'expérience est une notion clé du programme Y'a personne de parfait. C'est un outil que nous pouvons utiliser pour prendre conscience de nos expériences et les comprendre de façon à accroître notre confiance en ce que nous faisons ou à nous rendre compte de certaines choses, et ainsi changer d'attitude. Puisque tout ce que les parents font dans le programme constitue une expérience, chaque rencontre leur donne l'occasion d'observer, de réfléchir et d'appliquer ce qu'ils apprennent.

Chapitre 3 :
L'animatrice

- L'animatrice
- La coanimation

L'animatrice

Le programme Y'a personne de parfait est organisé et mis en œuvre par une personne chargée de veiller à ce que les parents assistent aux rencontres, participent au programme et y acquièrent connaissances et habiletés.

La personne qui facilite les choses est appelée l'« animatrice ». Dans un sens, le programme Y'a personne de parfait est un outil que les parents utilisent pour appliquer ce qu'ils savent et font déjà.

Avant de commencer à travailler avec les parents et à « faciliter les choses » il faut comprendre en quoi consiste exactement le travail de l'animatrice.

L'animatrice est l'égale des participantes, et non leur supérieure.

L'animatrice doit avoir de l'estime et du respect pour les parents avec qui elle travaille. Ce qu'elle dit et fait doit démontrer cette appréciation et ce respect. L'animatrice n'est pas la « patronne ». Elle est l'égale des parents du groupe et doit se considérer comme telle. Cela signifie qu'elle peut être différente des parents à certains égards et jouer un rôle différent dans le groupe, mais qu'elle n'est pas une meilleure personne ni une meilleure mère que les autres parents du groupe.

L'animatrice est une apprenante, et non une enseignante.

Il n'y a pas qu'une « bonne » façon d'exercer le métier de parent. Le travail de l'animatrice n'est pas d'« enseigner » comment être un bon parent. Elle n'a pas toutes les réponses.

Animer un groupe Y'a personne ne parfait signifie travailler avec les parents pour trouver ce qu'ils veulent, développer des moyens d'échanger des idées et des renseignements, et découvrir de nouvelles façons de faire. L'animatrice et les parents sont des apprenants qui peuvent apprendre les uns des autres.

L'animatrice est une écoutante, et non une machine à paroles.

Non seulement les personnes qui doivent se contenter d'écouter une animatrice s'ennuient, mais elles n'apprennent rien. Les adultes apprennent mieux lorsqu'ils participent activement. Cela signifie qu'ils

doivent faire des choses, parler et contribuer au groupe. Si l'animatrice est la seule à parler, elle n'aide pas les parents à développer leurs compétences et leur confiance. Elle donne aux participantes l'impression d'avoir toutes les réponses. Le travail de l'animatrice consiste à aider les parents à se sentir à l'aise pour parler, à écouter ce qu'ils ont à dire, à apprendre d'eux et à les aider à apprendre les uns des autres.

L'animatrice soutient, mais ne dirige pas.

Le rôle de l'animatrice est d'aider les parents se prendre en main, dans leur vie comme au sein du groupe. Le travail de l'animatrice est de soutenir les parents à mesure qu'ils prennent confiance dans leur capacité d'élever des enfants heureux et en bonne santé.

L'animatrice rassemble les gens.

Beaucoup de parents qui participent à Y'a personne de parfait sont isolés. Pour une raison ou pour une autre, ils ne se sentent pas liés à d'autres personnes ou à d'autres parents. La tâche de l'animatrice consiste notamment à aider les parents à faire connaissance et à se considérer comme des sources de conseils amicaux et de soutien.

L'animatrice aide les gens à trouver leurs forces en tant que personnes et au sein d'un groupe.

Tout ce que l'animatrice fait a pour but d'aider les parents à prendre conscience qu'ils sont forts et capables en tant que personnes, et qu'ils le sont encore plus en groupe. L'animatrice amène le groupe et les personnes qui le composent à se prendre en main au lieu de prendre elle-même toutes les décisions.

L'animatrice est une participante et une observatrice.

La bonne animatrice observe les interactions dans le groupe et participe en soutenant les parents et en les aidant à apprendre leurs propres expériences et des expériences des autres. Elle détend l'atmosphère, fait avancer les discussions, aide les participantes à préciser leurs idées et fait en sorte que tout le monde se sente à l'aise et intégré au groupe.

Cela signifie que l'animatrice ne travaille pas à ses propres problèmes dans le groupe. Elle n'utilise des anecdotes ou expériences personnelles que pour lancer la discussion ou pour montrer aux parents que tout le monde peut avoir des moments de doute ou faire des choses qui ne fonctionnent pas.

Pour être une animatrice efficace, vous devez être compréhensive et avoir des compétences et de l'expérience. De plus, ce qui est vrai des parents l'est aussi de l'animatrice : personne n'est bon en tout. Le présent Guide et le Programme de formation des animatrices vous donnent les renseignements généraux nécessaires pour commencer, mais c'est en animant que les animatrices apprennent le plus.

« Les animatrices nous écoutent plutôt que de nous dire quoi faire. C'est beaucoup plus utile; cela me fait sentir que je peux régler mes problèmes sans être jugé. » – Un parent

La coanimation

L'animatrice du programme Y'a personne de parfait peut travailler seule, mais l'expérience montre qu'il est plus facile d'animer les groupes en équipe.

Les coanimatrices ou coanimateurs sont des partenaires égaux qui ont une relation de travail respectueuse et coopérative. L'équipe peut être formée d'un parent et d'une intervenante; ses membres, hommes ou femmes, peuvent venir de différents organismes gouvernementaux ou de mise en œuvre. En fait, les équipes les plus efficaces sont parfois composées de personnes ayant des expériences et des compétences très différentes. La coanimation est particulièrement efficace quand les deux partenaires sont capables de travailler ensemble pendant une longue période, parce que chacun est en mesure d'apprendre à connaître, à comprendre et à utiliser les forces de l'autre.

Les avantages de la coanimation

D'après les évaluations du programme Y'a personne de parfait, les animatrices qui travaillent avec une partenaire animent généralement des groupes plus longtemps que les animatrices qui travaillent seules. Le principal avantage de la coanimation est qu'une bonne relation peut offrir un soutien pratique et affectif aux deux animatrices.

Deux têtes valent mieux qu'une. Les compétences des deux animatrices peuvent être combinées pour organiser des rencontres plus approfondies et équilibrées.

Les coanimatrices peuvent apprendre l'une de l'autre. Le fait de discuter des méthodes possibles pendant la planification et de revenir sur le sujet après les rencontres peut donner aux animatrices une idée réaliste des progrès accomplis. La coanimatrice peut aussi apporter de nouvelles idées, activités et méthodes.

Travailler avec une partenaire peut aider à renforcer la confiance d'une animatrice débutante. Ainsi, certaines animatrices ont déclaré que l'assurance apportée par le travail en compagnie d'une partenaire leur a donné le courage et la confiance nécessaires pour diriger seules une rencontre ou un groupe.

Les animatrices expérimentées estiment que le fait de travailler avec des personnes moins expérimentées leur permet de poser un regard neuf sur leur façon de faire et que cela leur donne un regain d'énergie et d'enthousiasme.

Les coanimatrices peuvent se soutenir sur le plan émotif. Travailler avec des parents peut être émotivement épuisant. La coanimation permet de répondre aux besoins des parents dans une situation d'apprentissage.

Les coanimatrices peuvent se partager le travail. La planification et l'organisation d'un programme Y'a personne de parfait demandent de tenir compte de nombreux détails. Le partage des tâches peut réduire le temps et les efforts qu'il faut y consacrer.

Les animatrices donnent davantage de modèles aux parents. Les coanimatrices offrent aux parents du groupe un modèle de relation. La façon dont elles travaillent ensemble peut montrer aux parents que même si deux personnes ont des idées différentes et des façons différentes d'aborder une situation, elles peuvent trouver un terrain d'entente. La façon dont les animatrices gèrent leurs divergences, entre elles et avec le groupe, peut montrer aux parents qu'on peut éviter les disputes grâce au compromis et à la bonne humeur.

Les défis de la coanimation

La coanimation demande souvent beaucoup de temps et d'énergie pour établir une bonne relation de travail.

Il peut être difficile de créer un partenariat dont les membres sont égaux. Il est tentant pour une coanimatrice d'adopter le rôle d'animatrice « principale » ou d'animatrice « adjointe », ce qui peut causer des conflits et des sentiments négatifs. Une animatrice ayant beaucoup d'expérience peut avoir une position très ferme sur la façon de procéder, tandis que l'animatrice moins expérimentée peut être tentée de céder constamment à sa collègue.

Il peut être difficile de créer un partenariat coopératif plutôt que compétitif. Un esprit de compétition peut se développer entre les animatrices, chacune voulant être la plus populaire aux yeux du groupe.

Il peut être difficile d'accorder deux styles d'animation. Deux animatrices peuvent travailler d'une façon très différente du point de vue du style et du rythme. L'une d'elles peut-être bavarde, l'autre plus à l'aise dans le silence qui précède le début d'une discussion. Les coanimatrices doivent reconnaître et évaluer leurs différents styles, puis s'efforcer de trouver une façon de les combiner.

La planification et la révision des rencontres peuvent parfois prendre plus de temps. Toutefois le temps consacré à combiner des perspectives, des expériences et des styles différents peut donner naissance à un excellent programme.

Deux animatrices peuvent coûter plus cher à l'organisme de mise en œuvre. Cela peut constituer un obstacle quand l'argent se fait rare, mais l'expérience montre que la coanimation est plus efficace à long terme.

Conseils pour une coanimation réussie

Parlez-vous. Discutez de l'expérience acquise avec d'autres groupes et de vos méthodes de travail. Consultez-vous le plus souvent possible. Prenez quelques minutes pour discuter avant chaque rencontre. Après les rencontres, prenez le temps d'en revoir le déroulement.

Vous ne pourrez peut-être pas choisir votre coanimatrice. Il se peut même que vous ayez à travailler avec une personne que vous ne choisiriez pas comme amie. Dans ce cas, il est particulièrement important de vous parler, d'apprendre à vous connaître et de bâtir une relation de travail efficace. Vous et votre partenaire allez donner un modèle de relation de travail aux parents de votre groupe. Travaillez ensemble pour vous assurer que votre relation est positive.

Parlez-vous franchement. Définissez vos forces et faiblesses respectives et discutez des aspects de l'animation que vous aimez et que vous n'aimez pas.

Apprenez l'une de l'autre. Reconnaissez et respectez les compétences que chaque animatrice apporte au programme. Profitez de l'occasion d'apprendre en observant les forces l'une de l'autre.

TRAVAILLEZ EN ÉQUIPE.

- Établissez ensemble vos objectifs. Si vous êtes toutes les deux d'accord sur ce que vous voulez accomplir, il sera plus facile de travailler ensemble.
- Planifiez vos rencontres ensemble et répartissez-vous les tâches.
- Décidez quand et comment l'une de vous viendra au secours de l'autre pendant une rencontre. Autrement dit, décidez à quel moment vous voulez que l'autre intervienne pour vous aider.
- Après chaque rencontre, prenez le temps de discuter du déroulement de la rencontre et de planifier la prochaine

NOTES

Chapitre 4 :
Le rôle de l'animatrice

- Écouter activement
- S'exprimer efficacement
- Donner le ton
- Faire participer les parents
- Examiner les valeurs
- Faire preuve de souplesse
- Remédier à certaines situations courantes

Le rôle de l'animatrice

Le rôle de l'animatrice comporte deux volets : organisation ou planification et animation.

L'organisation ou la planification consiste à mettre au point les détails du programme de la façon qui marche le mieux pour les parents et à organiser des rencontres qui répondent à leurs besoins. Vous trouverez des renseignements sur les volets organisation et planification aux chapitres 6, 7 et 8.

L'animation est la combinaison de compétences et d'expériences dont les animatrices se servent pour faire en sorte que les parents se sentent les bienvenus, qu'ils participent et qu'ils se lient entre eux, et aussi pour leur apporter des connaissances, renforcer leur confiance en soi et perfectionner leurs compétences parentales.

Le présent chapitre du Guide contient les renseignements généraux dont vous avez besoin pour perfectionner vos compétences d'animatrice et les mettre à profit. Même les animatrices d'expérience trouvent qu'elles ont toujours quelque chose à apprendre. Soyez patiente et persévérez. Ne vous attendez pas à retenir d'un coup tout ce que vous devez savoir. Comme les enfants, les parents et les animatrices apprennent par la pratique.

Tous les parents qui participent au programme Y'a personne de parfait sont des adultes. Certains d'entre eux sont très jeunes, mais tous arrivent avec un bagage de connaissances et de compétences qui découlent de leur propre expérience en tant que parents.

On peut travailler efficacement avec les adultes en tenant compte de sept éléments fondamentaux qui demandent tous l'utilisation d'un éventail de compétences et qui consistent à :

- écouter activement;
- s'exprimer efficacement;
- donner le ton;
- faire participer les parents;
- examiner les valeurs;
- faire preuve de souplesse;
- remédier à certaines situations courantes.

N'oubliez pas que, si vous êtes l'animatrice de votre groupe, les parents sont les animateurs de leur famille. La façon dont vous réglerez les questions soulevées par votre groupe sera un modèle que les parents suivront dans leur vie de tous les jours.

Écouter activement

Écouter activement, c'est prêter attention à l'ensemble du message, c'est-à-dire les mots, mais aussi les sentiments qu'ils expriment. Votre tâche consiste à renvoyer le message en entier, ni plus ni moins. L'écoute active ne consiste pas à juger ni à conseiller, mais simplement à rendre fidèlement ce que dit l'autre.

L'écoute active encourage les parents à trouver seuls des solutions à leurs problèmes. Elle les aide ainsi à renforcer leur confiance en soi et leur estime de soi.

Il est essentiel que les parents sentent que vous les écoutez activement. S'ils voient que vous prêtez attention, ils se rendront compte que leur contribution est importante. Lorsque les participantes s'aperçoivent que l'animatrice les écoute attentivement et avec respect, elles valorisent ce que les autres ont à dire.

Pour montrer que vous écoutez activement :

- **Regardez la personne qui vous parle.** Si vous ne la regardez pas, elle pensera que vous ne l'écoutez pas.
- **Encouragez votre interlocuteur à poursuivre.** Pour montrer que vous êtes attentive, vous pouvez non seulement maintenir un contact visuel, mais aussi vous pencher vers la personne qui vous parle et l'encourager en faisant des signes de tête affirmatifs ou approbateurs.

  En émettant des sons qui indiquent votre intérêt (par exemple « *Mmm* » ou « *Ah?* »), vous signifiez à la personne qui vous parle que vous voulez qu'elle poursuive. Donnez aux participantes le temps de dire ce qu'elles ont à dire. Ne les interrompez pas, à moins que cela soit absolument nécessaire, par exemple, si elles ont une attitude irrespectueuse.
- Indiquez que vous avez noté ce que les parents ont dit et répétez-le. N'oubliez pas de tenir compte de l'ensemble du message – les sentiments aussi bien que les mots. Ne vous contentez pas de dire : « *Comme ça, votre bébé vous empêche de dormir la nuit* ». Résumez l'ensemble du message : « *Quand votre bébé pleure la nuit, vous êtes inquiète parce que vous ne savez pas quoi faire. Après un certain temps, vous commencez à vous fâcher et à vous en faire parce que vous aurez une dure journée demain si vous ne dormez pas un peu.* »
- Encouragez les parents à trouver une solution à leur problème. Ne les jugez pas, ne leur donnez pas votre avis et ne les conseillez pas. Laissez-les parler jusqu'à ce qu'ils trouvent des façons de remédier au problème.
- Utilisez les mêmes termes que la participante. Montrez-lui que vous avez compris le message en répétant ce qu'elle a dit. Ne paraphrasez pas et ne reformulez pas les idées lorsque vous les inscrivez sur un tableau à feuilles.

S'exprimer efficacement

Le rôle de l'animatrice consiste plutôt à écouter qu'à parler. Lorsque vous animez une rencontre, parlez le moins possible de vos idées, de votre opinion et de votre expérience. Plus vous parlez, moins les autres auront de temps pour exprimer leurs idées.

En tant qu'animatrice, vous devez réfléchir au langage que vous utilisez. Les termes et les idées qui vous sont familiers seront peut-être nouveaux et étranges pour les participantes. C'est notamment le cas du jargon comme « étapes du développement », « règles de base » ou « concertation ». Si vos interlocutrices ne comprennent pas ce que vous dites, vous ne vous exprimez pas efficacement.

Parlez lentement et clairement, surtout si vous tenez la rencontre dans une langue qui n'est pas la langue maternelle des participantes. En parlant lentement, vous montrez aux parents qu'ils peuvent prendre le temps de penser à ce qu'ils disent. Et n'oubliez pas que le ton de votre voix véhicule votre message aussi clairement que les mots que vous utilisez.

L'animatrice doit aussi réfléchir au langage de son corps. La façon de vous tenir lorsque vous êtes debout ou assise transmet un message, de même que votre façon de bouger. Évitez de remuer constamment et de marcher de long en large. Évitez les gestes qui montrent que vous êtes nerveuse ou qui détournent l'attention de ce que vous dites. Détendez-vous. Assoyez-vous et levez-vous calmement. Faites en sorte que votre langage corporel indique que vous êtes à l'aise avec les membres du groupe, que vous êtes contente d'être avec eux et que ce qu'ils ont à dire vous intéresse.

Le silence fait aussi partie d'une expression efficace. L'animatrice aura peut-être besoin de temps et d'expérience pour s'habituer au silence dans un groupe. Les quelques secondes de répit qui suivent une question où l'introduction d'un nouveau sujet peuvent sembler durer une éternité. Tournez la langue sept fois dans la bouche, respirez et attendez. Donnez aux parents le temps de remettre de l'ordre dans leurs idées et de décider de ce qu'ils veulent dire. Si vous brisez le silence avec vos propres idées, vous leur montrez que les leurs ne méritent pas quelques moments d'attente.

Quand vous recommencez à parler, regardez chaque membre du groupe. Cette attitude les aidera à se sentir intégrés. Soyez brefs, donnez des renseignements, introduisez de nouveaux sujets et encouragez la discussion ou dirigez-la sur une question précise. .

POSEZ DES QUESTIONS AUXQUELLES ON NE PEUT PAS RÉPONDRE SIMPLEMENT PAR « OUI » OU PAR « NON ».
- *Qu'est-ce qui pourrait changer ça, d'après vous?*
- *Et après, qu'est-ce que vous avez fait?*

DEMANDEZ DAVANTAGE DE RENSEIGNEMENTS.
- *Pouvez-vous nous donner des détails?*
- *Dites-nous ce qui s'est passé après.*
- *Pouvez-vous nous donner un exemple?*

DEMANDEZ L'OPINION DES AUTRES PERSONNES.
- *Existe-t-il d'autres façons d'aborder le problème?*
- *Avons-nous oublié quelque chose?*

FAITES DES COMMENTAIRES POSITIFS.
- *C'est une remarque pertinente.*
- *C'est une idée intéressante.*

FAITES MENTION DES CONTRIBUTIONS DES PARTICIPANTES.

RENVOYEZ À DES IDÉES QUE LES GENS ONT SOULEVÉES AUPARAVANT.
- *C'est un peu ce que Christelle disait la semaine dernière.*

UTILISEZ SYSTÉMATIQUEMENT LES COMMENTAIRES FAITS PAR LES PARENTS AU COURS DES DISCUSSIONS.
- *Les remarques de Norma sur les difficultés qu'elle a eues à trouver une gardienne me rappellent que…*
- *Shirley, vous me racontiez pendant la pause comment vous réglez ce problème. Pourriez-vous expliquer votre réaction face à cette situation?*

SOUMETTEZ LES IDÉES OU LES QUESTIONS À L'ENSEMBLE DU GROUPE.
- *Et vous, qu'est ce que vous en pensez?*
- *Est-ce que quelqu'un veut faire un commentaire?*

RÉSUMEZ LA DISCUSSION ET ASSUREZ-VOUS QUE TOUT LE MONDE A COMPRIS.
- *Je crois que ce qu'on veut dire, c'est que…*
- *Je crois que tout le monde est d'accord pour dire que…*
- *On dirait que nous avons plusieurs avis sur cette question…*

ADRESSEZ-VOUS AUX GENS EN UTILISANT LEUR NOM.

N'oubliez pas : L'animatrice n'a pas toutes les réponses. En fait, même quand vous connaissez la réponse, vous pouvez décider de ne pas la dire. Si la question intéresse tout le groupe, vous pouvez demander si quelqu'un peut donner des renseignements ou faire des suggestions pour en savoir davantage. Si la question déborde le cadre du programme Y'a personne de parfait, vous ou d'autres membres du groupe pouvez recommander d'autres ressources.

Donner le ton

L'animatrice est chargée de donner le ton au groupe et d'orienter les participantes. Son objectif est de créer un climat de détente et de respect dans lequel les membres du groupe se sentent à l'aise et libres de s'exprimer.

N'oubliez pas que beaucoup de participantes ont déjà fréquenté des groupes qui ne leur ont rien apporté ou qui ont été pour elles une expérience désagréable. Elles seront sensibles aux ressemblances entre ces groupes et le vôtre.

Pour créer un climat chaleureux et constructif, vous devez aider les parents à sentir qu'ils sont les bienvenus, intégrés au groupe et à l'aise. Adoptez une attitude détendue et réduisez la distance qui nous sépare des parents. Pour ce faire, vous pouvez :

- saluer les parents individuellement à mesure qu'ils arrivent;
- demander aux premières personnes qui arrivent de vous aider à installer le matériel; il peut être particulièrement utile d'inviter les pères à participer;
- converser avec les participantes qui arrivent;
- donner quelque chose à faire aux gens pendant qu'ils attendent le début de la rencontre (café, décoration d'une banderole de bienvenue);
- indiquer clairement le début de la rencontre en demandant à tous de prendre place;
- faire une activité avant la présentation des participantes pour leur permettre de discuter et de plaisanter en petits groupes. L'objectif est de

faire en sorte que les participantes se détendent et se sentent à l'aise au lieu de se faire dire qu'elles doivent l'être.

En vous entendant avec le groupe sur la façon de procéder, vous pouvez créer une atmosphère de confiance et de respect mutuel. Demandez aux participantes les points sur lesquels elles doivent s'entendre pour se sentir à l'aise et en sécurité. Quels sont les arrangements qui leur permettraient de poser des questions et d'échanger sur leurs expériences, leurs triomphes et leurs préoccupations? Il est important, par exemple, que les parents sachent que ce qu'ils diront au cours des rencontres restera confidentiel. S'entendre dès la première rencontre sur ce qui peut être répété, quand et à qui, peut contribuer à créer un sentiment de sécurité dès le début.

Vous pouvez donner un ton détendu et constructif aux discussions de groupe. Exprimez vos sentiments d'une façon qui les associe à ceux des parents ou à leurs expériences, et qui montre que vous êtes tous dans le même bateau que vous êtes tous là pour vous entraider et apprendre des autres. « *Je suis souvent enthousiaste et un peu nerveuse quand je rencontre un nouveau groupe. Je me sens comme ça en ce moment. Je me demande si vous vous sentez comme moi.* »

Et n'oubliez pas que le rire est un excellent moyen de détendre l'atmosphère dans les situations d'apprentissage. Les plaisanteries doivent toutefois être drôles pour tout le monde. Veillez à ce que personne n'en fasse les frais.

« Lorsque vous vous présentez, cherchez les points que vous avez en commun avec les membres du groupe et discutez-en brièvement. Offrez-leur des renseignements sur vous-même, puisque vous voulez qu'ils apportent leur expérience personnelle au groupe.» – Une animatrice

Le climat s'installe dès votre première conversation avec des participantes éventuelles, et ce processus se poursuit avec chaque rencontre.

Faire participer les parents

Faire partie d'un groupe peut, en soi, être difficile pour certains parents. Le programme Y'a personne de parfait est conçu pour des parents qui sont peut-être isolés et n'ont pas, pour la plupart, l'habitude de travailler en groupe. Pour eux, le groupe lui-même peut-être un des aspects les plus efficaces du programme.

Beaucoup de participantes au programme Y'a personne de parfait ont vécu des expériences de groupe désagréables. L'école et d'autres situations de groupe leur ont peut-être donné le sentiment d'être désorientées, exclues, jugées ou considérées comme ignorantes. Le programme donne aux parents l'occasion de participer à un groupe qui valorise leurs idées et leurs expériences et qui respecte leur contribution. Ils sont invités à discuter de leurs problèmes et à envisager des solutions. Pour certains parents, une telle situation est inhabituelle et captivante, mais peut-être aussi un peu angoissante. Ils peuvent avoir besoin d'aide pour apprendre comment se comporter en groupe et surmonter les obstacles qui les empêchent d'être suffisamment à l'aise pour participer.

D'après les évaluations du programme, la plupart des parents sont plus en mesure de gérer leur stress et de régler les problèmes, ils sont mieux informés et plus à l'aise pour trouver des soutiens sociaux (Kennett, Chislett et Oliver, 2011) (Skrypnek et Charchun, 2009).

Il a aussi été démontré que le programme Y'a personne de parfait avait un effet positif sur les pratiques parentales des participantes. Grâce au programme, les parents ont plus confiance en eux, ont recours à une discipline positive et entretiennent des interactions positives avec leurs enfants (Skrypnek et Charchun, 2009).

POUR LES FAIRE PARTICIPER, VOUS POUVEZ :

Donner aux parents un rôle actif dans le programme.

Les parents ont leur mot à dire sur ce qu'ils veulent tirer du programme et sur la façon dont ils souhaitent le faire. Le contenu du programme Y'a personne de parfait est déterminé en fonction des besoins et des intérêts indiqués par les parents. Le programme donne de bien meilleurs résultats quand les parents et l'animatrice travaillent comme partenaires égaux et décident ensemble de ce dont il faut discuter, quand et comment il faut le faire.

La manière de traiter les sujets est très importante.

Chacun apprend à sa façon. Dans une démarche axée sur les participantes, il faut varier le type d'activités afin que les rencontres soient intéressantes pour toutes les participantes, car chacune apprend différemment Si les parents ont leur mot à dire sur la façon de procéder, il est plus probable que les activités que vous utiliserez seront adaptées, efficaces et divertissantes.

Encourager les parents à s'exprimer.

Beaucoup d'adultes apprennent mieux en discutant, car la discussion les aide à faire le lien entre les idées, les sujets et leurs propres expériences. Ils se sentent moins concernés s'ils ne font qu'écouter un cours. Ils ont même du mal à croire qu'on s'intéresse à leurs idées ou qu'ils font quelque chose qui va les aider à régler leurs problèmes personnels. Les discussions permettent un apprentissage beaucoup plus actif.

Chaque personne vit des expériences différentes de celles des autres. Nous apprenons de nos propres expériences, mais nous apprenons aussi des expériences d'autres personnes, surtout si nous avons beaucoup de choses en commun avec elles. C'est pourquoi les échanges sur les idées et les expériences sont un aspect essentiel de la démarche axée sur les participantes. L'écoute active et une expression efficace vous aideront à encourager les parents à participer.

Aider les parents à participer activement.

Comme dit le proverbe, j'écoute puis j'oublie, je vois et je me souviens, je fais et je comprends. Le programme Y'a personne de parfait donne aux parents l'occasion de tirer parti de ce qu'ils savent déjà, de s'appuyer sur leurs expériences, de mettre en pratique de nouvelles connaissances, d'appliquer de nouvelles compétences, puis de les utiliser pour résoudre les problèmes directement liés à leur vie de parent.

Grâce aux activités, les parents peuvent travailler sur les problèmes qui les touchent personnellement. Les adultes apprennent plus facilement quand ils peuvent faire des liens avec des situations qu'ils connaissent personnellement.

Encourager l'entraide et le soutien mutuel.

Les membres d'un groupe travaillent mieux ensemble quand ils partagent la responsabilité du déroulement d'une rencontre. Beaucoup de gens ont des talents qui sont très utiles en situation de groupe :

- un parent est capable de résumer des discussions;
- un autre est capable de réorienter le groupe quand une discussion piétine;
- un autre est capable de faire parler les parents timides.

Les évaluations du programme Y'a personne de parfait indique que la possibilité d'échanger des renseignements, des idées et des expériences avec d'autres parents est l'aspect du programme que les parents préfèrent. Ils apprécient aussi la possibilité de forger des liens entre eux et de former des réseaux d'entraide. Vous pouvez faciliter le soutien mutuel en donnant aux parents l'occasion d'échanger leurs numéros de téléphone, de venir ensemble aux rencontres et de se voir entre les rencontres. Il faut aider les parents à former un réseau d'entraide pendant le programme pour qu'ils puissent garder le contact par la suite et ne se sentent pas abandonnés ou isolés lorsque le programme prend fin.

Examiner les valeurs

Réfléchir à la façon dont les valeurs se présenteront dans votre groupe.

Dans votre travail d'animatrice, vous serez souvent aux prises avec des valeurs parce que l'éducation des enfants, comme toute activité humaine, repose sur des valeurs. Vos propres valeurs seront parfois semblables à celles des parents de votre groupe, et elles en seront parfois différentes. Dans un cas comme dans l'autre, vous devez réfléchir avant chaque rencontre aux valeurs dont il vous faudra peut-être parler.

En planifiant la rencontre, répondez aux questions suivantes :

- Quelles sont les questions qui risquent d'être soulevées à propos du sujet d'aujourd'hui?
- Quelle est ma position personnelle à l'égard de ces questions?
- Quelle est l'idée générale? Comment dépasser mes valeurs et ne pas les imposer au groupe?
- Quels sont les conseils de l'organisme de mise en œuvre au cas où je devrais faire face à ces situations?
- À quel moment dans le programme et de quelle façon devrais-je faire face à ces situations?
- À quel moment et de quelle façon dois-je exprimer mes valeurs et mes opinions? Quel serait alors l'effet sur le groupe?

Pour examiner les valeurs liées à l'éducation des enfants, posez-vous les questions suivantes et posez-les aussi aux parents de votre groupe :

Quand vous étiez enfant, la façon dont vos parents vous traitaient et ce qu'ils vous disaient vous indiquaient ce qu'ils croyaient et ce qui était important pour eux.

Quand vous étiez enfant, quels messages vos parents vous ont-ils transmis?

- Quels messages vous ont plu? Lesquels étaient positifs?

- Quels messages transmettez-vous à vos enfants?
- Quelles sont les valeurs que cachent les messages que vos parents vous ont transmis?
- Quelles sont les valeurs que cachent les messages que vous transmettez à vos enfants?
- Quelles valeurs voudriez-vous que vos enfants aient?
- Que pouvez-vous faire pour transmettre à vos enfants des messages qui les incitent à adopter ces valeurs?

Pour faire ressortir les valeurs, vous pouvez utiliser des clips vidéo de situations réelles qui feront naître la discussion. Vous pouvez aussi recourir à une activité qui invite les parents à réfléchir à leurs valeurs. (Le chapitre 9 contient des exemples d'activités.)

Pour beaucoup de parents, la notion de valeur est très abstraite. Il est important d'examiner les valeurs de façon concrète et de les rattacher à leur vie quotidienne. En parlant des valeurs, les parents peuvent établir un lien entre ce qu'ils croient et les messages que transmettent leurs gestes en tant que parents.

Reconnaissez que les valeurs évoluent au cours d'une vie et que le changement se produit lentement. N'oubliez pas qu'une personne peut avoir des valeurs qui s'opposent entre elles. La prise de conscience de ce conflit interne peut susciter des discussions et amener les gens à mieux se connaître eux-mêmes.

Évoquer ou non vos valeurs et vos expériences dans un groupe

Déterminez avec soin à quel moment vous pourrez faire part de vos valeurs aux membres du groupe, s'il convient de le faire, et quelles conséquences vos opinions pourraient avoir.

Si une animatrice a une position très ferme sur un sujet et si elle l'exprime avec beaucoup d'autorité (par exemple : « il ne faut jamais, jamais donner une tape »), elle risque d'intimider ou d'humilier les parents qui ne sont pas d'accord, et ils pourraient ne plus vouloir participer à la discussion et perdre ainsi une occasion d'examiner et de remettre en cause leurs propres valeurs.

Votre rôle en tant qu'animatrice est de donner aux parents l'occasion d'examiner leurs valeurs.

Exprimez les vôtres seulement pour offrir de l'appui aux parents ou pour les aider à prendre conscience de leurs propres valeurs.

Comme vous encouragez les parents à tirer des leçons de leurs expériences, vous pouvez être tentée de faire part des vôtres au groupe. Cette démarche est parfois appropriée, mais pas toujours.

Répercussions négatives du partage des expériences personnelles

Si vous parlez trop de l'éducation de vos enfants, les participantes penseront peut-être que ce que vous avez fait est « bien », ce qui les portera à croire que leurs gestes et expériences sont « mauvais ». Elles pourraient alors hésiter à en parler.

Par contre, vous pouvez parler des erreurs que vous avez commises dans l'éducation de vos enfants afin de mettre les parents à l'aise. Mais si vous mettez l'accent sur les problèmes que vous n'avez pas résolus, les participantes passent au second plan, et votre leadership pourrait être remis en cause.

Ici, vous devez atteindre un équilibre délicat. Après tout, vous demandez aux parents de s'ouvrir et de faire part de leurs propres expériences au groupe. Il serait peut-être juste que vous en fassiez autant.

En règle générale, l'animatrice doit évoquer ses propres expériences avec modération. N'oubliez pas que votre rôle consiste à valoriser les expériences des membres du groupe. Vos expériences ne sont utiles que dans la mesure où elles encouragent les parents à parler des leurs.

Une animatrice aguerrie a très bien décrit cette difficulté :

« J'estime que l'animatrice doit évoquer son expérience brièvement de façon à se rapprocher des membres du groupe, mais jamais pour leur montrer ce qu'elle a fait ni pour indiquer la "bonne" façon de faire. »

Avant de présenter vos expériences, vous devez réfléchir à l'effet qu'elles pourraient avoir sur le groupe. En les utilisant pour offrir du soutien aux parents ou pour faire un rapprochement avec leurs propres expériences, vous pouvez susciter la confiance et faire tomber les barrières qui vous séparent des membres du groupe. Si toutefois vous vous appuyez trop sur vos expériences, vous risquez de vous éloigner de l'objectif du programme, qui est le groupe de participantes.

Lorsqu'elle évoque ses expériences dans un groupe, l'animatrice doit être brève. Elle doit recentrer constamment l'objectif sur le groupe. Demandez par exemple aux membres de parler en premier, puis évoquez vos expériences pour renforcer ce qu'ils ont dit. Si quelqu'un pose une question, renvoyez-la au groupe en disant : « *C'est une bonne question. Qu'est-ce que vous en pensez?* »

Faire preuve de souplesse

Comme le programme Y'a personne de parfait est conçu pour répondre aux besoins des parents inscrits, vous devez adopter une démarche souple et organiser les rencontres en conséquence.

N'hésitez pas à modifier vos plans pour répondre aux besoins et aux intérêts des parents. S'éloigner du sujet prévu peut être un bon signe. Cela peut indiquer que les parents ont trouvé un sujet dont ils veulent vraiment discuter et que la rencontre fonctionne bien.

Soyez attentive à ce qui se passe dans le groupe. Si les parents commencent à s'agiter ou à s'ennuyer, essayez de trouver la cause du problème. Quand cela se produit, arrêtez l'activité et expliquez ce que vous avez observé. Les parents ne sont peut-être pas sûrs de ce dont il est question ou de ce que vous attendez d'eux. Ils ont peut-être besoin d'une pause ou d'un changement de rythme. Ils ne sont peut-être pas satisfaits du déroulement de la rencontre. Demandez-leur ce qu'ils aimeraient faire.

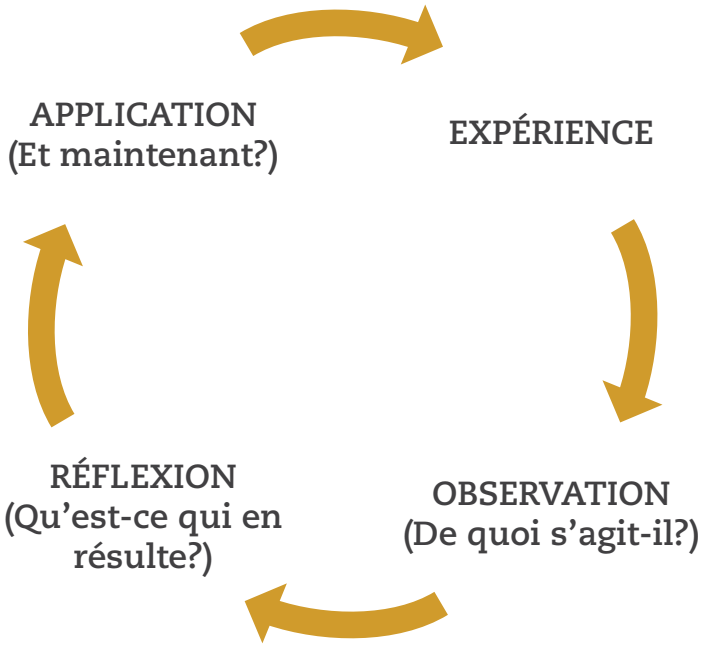
Faites la même chose si la discussion saute du coq à l'âne ou tourne en rond. Il se peut que le sujet dont il est question ne soit pas une priorité pour certains parents. Demandez-leur ce qui se passe et décidez ensemble ce qu'il faut faire.

Remédier à certaines situations courantes

Tous les groupes connaissent des situations désagréables ou gênantes – par exemple, une personne se met à pleurer, une mésentente survient entre deux membres, quelqu'un parle sans arrêt, un autre ne dit jamais un mot. En vous inspirant du cycle d'apprentissage par l'expérience, vous pouvez transformer ces situations en occasions de réflexion et de compréhension.

Utiliser le cycle d'apprentissage par l'expérience pour remédier à certaines situations courantes

Quand une telle situation se produit, prenez-en acte sans juger et recherchez un terrain d'entente entre les participantes. Votre tâche ne consiste pas à régler le conflit ni à résoudre le problème. Votre objectif est de faire en sorte que chacun se sente rassuré et soit conscient de ce qui s'est produit, puis de poursuivre. Pour ce faire, vous pouvez utiliser le cycle d'apprentissage par l'expérience.



EXPÉRIENCE :

La situation – quelle qu'elle soit – constitue l'expérience.

Par exemple, *un membre du groupe se met à pleurer pendant une discussion sur les difficultés d'élever ses enfants seule.*

OBSERVATION :

- Observez ce qui se passe dans le groupe (et non pas ce que l'un ou l'autre des membres a fait) et prenez-en note. Portez la situation à l'attention des participantes sans juger et sans désigner personne en particulier.
  « Notre discussion commence à toucher des sentiments profonds. »
- Observez la valeur ou le comportement qui cause la situation. Quelle conviction profonde explique cette situation?
  « Certaines personnes pleurent quand elles sont profondément touchées. »
- Encouragez les membres du groupe à prendre conscience de cette valeur.
  « Combien d'entre nous ont déjà pleuré quand ils ont été profondément touchés? »

  (À ce moment, donnez aux parents le temps de réfléchir et de répondre d'un signe de tête ou en levant la main.)

RÉFLEXION :

- Donnez aux membres du groupe l'occasion de réfléchir à leur propre expérience.
  « Quand vous pleurez, qu'est-ce qui se passe en vous? » (Pause)
- *« Que faites-vous ou que voudriez-vous que les autres fassent quand vous pleurez? »*

  (Encore une fois, donnez aux parents le temps de réfléchir et de répondre entre les questions.)

APPLICATION :

- Recueillez les constatations des membres du groupe et ce qu'ils ont tiré de l'expérience.
  « Nous avons vu ce qui se passe quand une personne est profondément touchée : elle pleure. Nous avons pensé à la façon dont nous réagissons quand nous sommes profondément touchés et à la réaction que nous attendons d'autrui quand nous pleurons. »
- Donnez aux participantes l'occasion d'appliquer cette expérience et cette prise de conscience à ce qu'elles feront à l'avenir. (Que ferons-nous maintenant, chacun de notre côté?)
  « Que ferez-vous la prochaine fois que quelqu'un pleurera? »
  « Que ferez-vous la prochaine fois que vous pleurerez? »
- Décidez de la suite de la rencontre. (Qu'allons-nous faire pour poursuivre cette rencontre?)
  « Avons-nous laissé quelque chose en plan? Voulez-vous continuer de parler de ce sujet – les difficultés d'élever seule ses enfants – ou passer à notre activité suivante? »

  (Encore une fois, donnez aux parents le temps de réfléchir et de répondre entre les questions.)

Cette démarche est très souple et vous pouvez vous en servir dans de nombreuses situations. La partie la plus importante du cycle est celle de l'« observation ». Si vous trouvez que votre groupe a des difficultés à comprendre le problème ou à appliquer les constatations, ou bien s'il tourne en rond, ramenez la discussion à l'étape de l'« observation » et cherchez les questions clés que vous avez peut-être laissées de côté lors du premier examen de l'expérience.

Voici un autre exemple de l'utilisation de cette démarche dans une situation courante.

Le groupe discute des problèmes que peut causer aux enfants la fréquentation d'une autre personne par leur mère célibataire. Un désaccord oppose des participantes à propos du rôle que le petit ami devrait jouer auprès des enfants.

EXPÉRIENCE :

Deux parents sont en profond désaccord et se querellent.

OBSERVATION :

- Observez ce qui se passe **dans le groupe** (et non pas ce que l'un ou l'autre des membres a fait) et prenez-en note. Portez la situation à l'attention des participantes sans juger et sans désigner personne en particulier.
  « On dirait que ce sujet soulève les passions. Certaines personnes ont une opinion très ferme sur la question. »
- Observez la valeur ou le comportement qui suscite la réaction. Quelle conviction profonde provoque cette situation?
  « Nous voulons tous partager notre vie avec une personne qui nous aime et nous voulons que cette personne aime aussi nos enfants. »
- Encouragez les membres du groupe à prendre conscience de cette valeur.
  « Combien d'entre vous veulent être vraiment aimés et combien veulent un partenaire qui aime leurs enfants et s'en occupe autant qu'eux-mêmes? »

  (Donnez aux parents le temps de réfléchir et de répondre d'un signe de tête ou en levant la main.)

RÉFLEXION :

- Donnez aux membres du groupe l'occasion de réfléchir à leur propre expérience.
  « Quand vous réfléchissez à votre vie, qu'est-ce qui compte vraiment pour vous dans la façon dont votre partenaire traite vos enfants? »

  (Donnez aux parents le temps de réfléchir et de répondre.)

APPLICATION :

- Rassemblez les constatations des membres du groupe et ce qu'ils ont tiré de l'expérience.
  « Nous avons donc constaté que ce qui compte vraiment pour Béatrice et Henri, c'est que leur partenaire passe du temps avec leurs enfants et joue avec eux. Renée pense qu'il est important que son partenaire l'aide à s'occuper des enfants, par exemple pour les nourrir et les habiller. Josette veut que son partenaire s'assure que les enfants suivent ses directives. Nous voulons tous que notre partenaire joue un rôle et nous avons tous notre petite idée à ce sujet. »

- Donnez aux participantes l'occasion d'appliquer cette expérience et cette prise de conscience à ce qu'ils feront à l'avenir. (Que ferons-nous maintenant, chacun de notre côté?)
  « Nous sommes partis d'une querelle et nous avons découvert que nous voulons tous que notre partenaire joue un rôle. Et même si nous avons tous des idées arrêtées et très différentes sur ce rôle, nous voulons que notre partenaire comprenne comme par magie ce que nous attendons de lui. Que pensez-vous maintenant pouvoir faire à ce sujet? »

  (Donnez aux parents le temps de réfléchir et de répondre.)

- Décidez de la suite de la rencontre. (Qu'allons-nous faire pour poursuivre cette rencontre?)
  « Avons-nous laissé quelque chose en plan? Voulez-vous continuer de parler de ce sujet ou passer à notre activité suivante? »

Quelques « trucs » d'animatrices expérimentées

- Si la situation est tendue ou pénible, respirez à fond et détendez-vous. Baissez la voix, parlez lentement et calmement. Cela détendra l'atmosphère et vous donnera le temps de réfléchir.
- Évitez à tout prix de juger ou de prendre parti, quelle que soit la provocation. Le cycle d'apprentissage par l'expérience vous y aidera.
- Si vous rencontrez un obstacle, reprenez à l'étape de l'observation.
- Si la conviction, la valeur ou le comportement qui cause la situation vous échappe, posez des questions aux membres du groupe. *« Ici, il y a quelque chose qui nous touche profondément. De quoi s'agit-il?*

Chapitre 5 :

Conseils pratiques pour travailler avec les parents

- Travailler avec de jeunes parents
- Travailler avec les pères
- Travailler avec des parents peu instruits
- Travailler avec des parents de cultures différentes
- Travailler avec des parents autochtones

Conseils pratiques pour travailler avec les parents

Le chapitre 4 vous donne des outils de base que vous utiliserez pour travailler avec les parents inscrits au programme Y'a personne de parfait. À mesure que vous prendrez de l'expérience en tant qu'animatrice, vous développerez de nouvelles compétences et perfectionnerez celles que vous avez déjà. Au fil des ans, les animatrices du programme Y'a personne de parfait ont découvert que leur attitude et leur démarche déterminaient leurs relations avec les parents de leurs groupes. Un esprit ouvert et un grand cœur sont vos outils les plus précieux.

Le présent chapitre vous donne des conseils pratiques offerts par les animatrices expérimentées sur l'animation efficace de groupes de parents dont vous ne connaissez peut-être pas bien le milieu et les besoins. Nous espérons que ces renseignements vous aideront lorsque vous animerez un groupe de parents qui proviennent d'un milieu ethnique ou culturel différent du vôtre ou qui n'ont pas la même expérience de vie que vous.

Ces renseignements vous aideront à éviter les malentendus au début des rencontres. Ils permettront aux membres du groupe d'adopter une attitude respectueuse et coopérative grâce à laquelle toutes les participantes, y compris vous-même, pourront s'apprécier mutuellement et apprendre les uns des autres.

Ce chapitre est très élémentaire. Il porte sur les choses que l'animatrice qui travaille avec des parents d'un milieu semblable au sien sait déjà. Ainsi, une animatrice autochtone connaîtra bien les méthodes qui fonctionnent le mieux avec un groupe de parents autochtones et elle ne trouvera probablement rien de nouveau dans les pages suivantes.

Travailler avec de jeunes parents

Ce qu'il faut se rappeler à propos des jeunes parents

Comme les jeunes parents en sont à un stade de développement différent de celui d'autres adultes et que leur situation aussi est différente, leurs besoins peuvent être bien différents de ceux des parents dans la vingtaine ou la trentaine.

Leur développement

- Le parent adolescent se trouve dans une situation où il apprend en même temps à être parent et adulte. Du point de vue de la loi, les jeunes de 17 ans ou moins ne sont peut-être pas des adultes, mais le fait d'être parent les oblige à assumer des responsabilités d'adulte. Ce conflit de rôles peut donc rendre l'adaptation au rôle de parent (et d'adulte) encore plus stressante.
- D'une façon générale, les adolescentes vivent dans le présent. La planification qu'exige la vie de parent leur est donc très difficile. Souvent, elles ne se présentent pas à des cours ou à des rencontres, et elles manquent leurs rendez-vous.
- Comme tous les adolescents, les jeunes parents ont tendance à avoir des rêves et des projets qui ne sont pas réalistes. Une mère adolescence s'imagine, par exemple, qu'une vie loin de ses parents serait

fantastique. Elle ne voit pas tous les problèmes liés aux soins de l'enfant, au manque d'argent ou aux difficultés de trouver du travail.

Leur situation

- **Les conflits de rôles** sont courants chez les parents adolescents. Les jeunes mères qui habitent chez leurs parents peuvent ressentir un conflit entre leur rôle de parent et celui d'enfant. D'une part, leurs parents s'attendent à ce qu'elles prennent des décisions réfléchies et responsables à propos du bien-être de leur enfant, même s'ils n'acceptent pas facilement les choix qu'elles font en tant que mères. D'autre part, ils s'attendent à ce qu'elles respectent les consignes sur les heures de rentrée et sur le comportement. Ainsi, une jeune mère qui veut sortir le soir doit non seulement faire garder son enfant, mais aussi faire face à ses parents qui lui disent à quelle heure elle doit rentrer.

  Les jeunes parents qui ne vivent pas chez leurs parents doivent probablement faire face à des défis supplémentaires liés à la qualité du logement, à l'isolement et au manque de soutien. Ils peuvent aussi avoir plus de difficulté à gérer leur temps et à trouver des solutions adéquates pour la garde de leur enfant.

  Les jeunes parents se heurtent aussi aux conflits de leur double rôle de parent et d'adolescent. Accepter de s'occuper d'un enfant et d'en faire leur préoccupation principale peut être très difficile pour des parents très jeunes qui ont besoin, pour leur propre développement, d'être avec des jeunes de leur âge.

- Des **problèmes affectifs** peuvent être causés par les moments difficiles que de nombreuses mères adolescentes vivent. Dans chaque groupe de jeunes mères, vous pouvez vous attendre à ce que certaines (sinon la plupart) des participantes aient eu à relever de nombreux défis, notamment :

  > de la violence physique, verbale, sexuelle ou affective infligée par leurs parents ou leur ami;

  > le rejet par leur famille, leurs amis ou le père de leur enfant.

Voici certaines de leurs réactions à ces situations :

- Agressivité
- Colère
- Comportement perturbateur
- Culpabilité
- Dépression
- Comportement autodestructeur
- Toxicomanie

Il faut reconnaître que les jeunes parents célibataires se trouvent dans une situation difficile tant sur le plan émotif que physique. Dites-leur que vous respectez les efforts qu'ils font pour élever des enfants heureux et en bonne santé. Vous pouvez par exemple le faire en les désignant comme « jeunes femmes » et « jeunes hommes ». Ils peuvent vous paraître très jeunes, mais il faut reconnaître qu'ils ont des responsabilités d'adultes et éviter de les appeler « filles » ou « garçons ». Par ailleurs, il ne faut pas utiliser de stéréotypes à leur égard; souvenez-vous que chacun d'eux est une personne qui doit relever des défis considérables.

Quelques idées pour travailler avec les jeunes parents

Le recrutement

Vous trouverez parfois difficile de recruter des jeunes parents. En général, les adolescentes ne s'intéressent pas beaucoup aux activités qui ont trait à la santé, à l'apprentissage et aux discussions de groupe, à moins que ces activités ne soient adaptées aux besoins de leur groupe d'âge. Même si elles acceptent de participer, elles peuvent manquer fréquemment les rencontres.

Pour intéresser les adolescents, vous devrez peut-être insister sur certains aspects du programme, par exemple sur le plaisir et les aspects sociaux du groupe, plutôt que sur ce que les parents peuvent y apprendre. Il est

très important d'offrir de la nourriture, et des services de transport et de garde. Ce sont de bons outils de recrutement.

D'après les animatrices, il peut être très efficace de faire la promotion de votre programme par le biais des services et des programmes qui s'adressent aux parents adolescents.

Quand c'est possible, l'idéal est de former un groupe composé uniquement de jeunes parents; un parent de 16 ans se sentira isolé dans un groupe de parents bien plus âgés.

Comment recruter de jeunes parents

Si vous avez l'intention de ne travailler qu'avec des parents adolescents, ou encore de les amener à participer à un groupe auquel assistent également des parents plus âgés, voici ce que les animatrices expérimentées vous conseillent :

- Rencontrez personnellement les parents adolescents. La plupart ne viendront pas de leur propre initiative. Vous pouvez profiter de cette rencontre pour gagner leur confiance en les amenant à parler de leurs préoccupations et de leurs intérêts. Il est rassurant pour une adolescente de connaître déjà au moins une personne dans le groupe.
- Évitez les questionnaires et les entrevues formelles lors de votre première rencontre.
- Vous aimeriez peut-être faire participer des adolescentes au recrutement. Il est important de s'assurer que les parents adolescents savent qu'il y aura d'autres jeunes parents dans le groupe.
- Si les adolescentes commencent à manquer des rencontres, téléphonez-leur pour savoir s'il y a des problèmes. Leur absence n'est peut-être pas liée à ce qui se passe dans les rencontres. Il est bon de communiquer avec les adolescentes avant chaque rencontre pour leur en rappeler le lieu, la date et l'heure.

« Moi, ça m'aide vraiment beaucoup de sortir de la maison et de parler avec d'autres filles qui ont vécu les mêmes expériences. » – Une mère adolescente.

Concentrez-vous sur les rôles d'abord

Comme la plupart des gens, les jeunes parents participent de façon plus positive aux discussions qui les touchent personnellement. En général, les jeunes parents font face à des problèmes liés à leur développement et à des conflits de rôles. Les animatrices se sont rendu compte qu'il est plus efficace de parler de ces questions dès le début du programme (et de s'entendre à en parler tout au long des rencontres). Avant de discuter de sujets pratiques comme les soins à donner à l'enfant et l'organisation du ménage, les jeunes parents auront peut-être besoin de parler de leur rôle comme parents et de leurs relations avec les autres. Vous pourriez discuter de sujets comme :

- habiter chez ses parents quand on est enfant et que l'on devient parent;
- comment faire face aux critiques et aux conseils dont on ne veut pas;
- comment réduire son stress;
- les relations avec les petits amis et les autres adolescentes.

Encouragez le soutien mutuel

Sentir qu'elles font partie d'un groupe est très important pour la plupart des adolescentes. Si elles se sentent à l'aise dans le groupe, elles participeront peut-être plus facilement aux discussions. Tous les conseils de la section « Faire participer les parents » du chapitre 4 s'appliquent également aux jeunes parents. Efforcez-vous aussi d'adopter ces stratégies :

- Organisez de nombreuses activités informelles qui permettent aux membres de votre groupe de faire des choses ensemble, par exemple, un goûter, un repas spécial, un échange de biscuits à Noël, un échange de jouets ou de vêtements d'enfants ou un atelier de jouets.

- Encouragez les participantes à répondre aux questions des autres et à faire des commentaires sur les remarques des autres.
- Faites des remarques soulignant les ressemblances et les différences entre les membres du groupe, tant sur le plan de leurs expériences que de leurs sentiments.

Organisation du programme et des rencontres

Vous devez tenir compte des réalités de l'animation d'un groupe d'adolescents lorsque vous planifiez votre programme et vos rencontres.

- **Ayez en tête leur capacité de se concentrer.**

  La plupart des parents adolescents ne peuvent pas se concentrer aussi longtemps que les adultes. Arrêtez-vous souvent pour prendre une pause et allez plus lentement quand vous discutez d'un nouveau sujet.

- **Attendez-vous à revenir sur les idées et les renseignements clés.**

  Les parents adolescents ont souvent besoin de revenir sur un sujet qui les préoccupe. Si, par exemple, les membres du groupe sont préoccupés par le stress, vous pouvez consacrer une discussion à ce sujet, puis y revenir pendant vos rencontres sur la discipline et l'organisation.

- **Posez des questions concrètes.**

  Orientez vos discussions sur des sujets concrets et précis. Évitez les questions très générales comme « *Comment vous sentez-vous?* », car il est difficile d'y répondre, surtout quand on n'a pas l'habitude d'exprimer ses sentiments devant un groupe. Il faudrait poser des questions plus précises comme « *Qu'avez-vous fait?* » ou « *Qu'est-ce qui s'est passé lorsque...?* » ou « *Comment vous êtes-vous senti?* »

- **Soyez souple.**

  Quand vous travaillez avec des parents de cet âge, il faut que votre programme soit plus souple que d'habitude. Il est toujours important de planifier vos rencontres, mais il est aussi important de pouvoir changer l'ordre du jour si le groupe veut discuter d'un sujet que vous n'avez pas prévu. Vous devrez peut-être adapter votre style aux besoins du groupe. Ne vous attendez pas à ce que les membres montrent immédiatement de l'intérêt. Persévérez jusqu'à ce que vous trouviez ce qui fonctionne pour chaque groupe.

Quelques conseils d'animatrices expérimentées

- **Ne jugez pas et ne prenez pas parti.** Il est important de ne pas juger et de rester impartiale. Évitez d'étiqueter les sentiments ou les idées comme « bons » ou « mauvais ».
- **Gardez votre sens de l'humour.** L'humour peut servir à maintenir l'intérêt. Soyez prête à rire de vous-même.
- **Utilisez les activités pratiques** pour que les parents participent et pour les aider à apprendre à travailler ensemble.

- **Choisissez des activités adaptées à la culture des adolescentes.** Les activités et la musique que vous choisissez devraient correspondre aux intérêts de ce groupe d'âge. Utilisez la musique qu'elles aiment et les activités qui leur permettent d'explorer leur créativité et de puiser dans leurs expériences. Le sport, les changements d'apparence extérieure et les activités de groupe sont populaires chez les adolescentes.
- **Écoutez plus que vous ne parlez.** C'est toujours important, mais ça l'est encore plus avec les parents adolescents.
- **Utilisez souvent le renforcement positif.** Soulignez leur courage à essayer de nouvelles idées. Aidez-les à remplacer leurs attitudes négatives par des attitudes positives en soulignant leurs points forts.

Travailler avec les pères

Ce qu'il faut savoir à propos des pères

Devenir père est un événement important dans la vie d'un homme. Comme les autres grands tournants de la vie, cela peut être stressant et difficile, mais aussi passionnant et agréable. Devenir père peut être stressant pour tous les hommes, mais encore plus pour les très jeunes hommes, ou lorsque la grossesse n'était pas prévue, ou pour ceux dont le père ne présentait pas un modèle positif.

Le rôle du père est différent de celui de la mère. Il signifie davantage que de changer la moitié des couches. L'interaction du père avec son enfant est différente et tout aussi constructive. Il apporte une énergie et une perspective différentes à son enfant. Le père a besoin de soutien et d'encouragement pour assumer un rôle unique dans la vie de son enfant.

Les attentes de la société à l'égard des pères sont en train de changer. Aujourd'hui, on leur demande de jouer un rôle différent de celui de leur propre père, c'est-à-dire de s'occuper davantage des soins quotidiens à donner aux enfants et de montrer leur amour et leur soutien autrement que leur père le faisait. Les différences peuvent être particulièrement marquées chez les pères provenant de groupes culturels où la perception du rôle de parent diffère de la norme canadienne.

Les pères adolescents partagent certains problèmes de développement et de conflits de rôles avec les mères adolescentes. (Voir « Travailler avec des jeunes parents », page 50)

Quelques idées pour travailler avec les pères

Le recrutement

Vous trouverez peut-être difficile d'intéresser les pères à des programmes de formation au rôle de parent, notamment les pères à faible revenu, peu instruits, isolés ou très jeunes.

Recrutez les pères dans les programmes prénatals, les programmes d'aide juridique ou des organismes qui offrent une gamme complète de services, par exemple un centre communautaire ou un centre de santé communautaire. Les animatrices ont également réussi à recruter des pères dans les services de consultation personnelle, les programmes éducatifs, les programmes d'emploi, les centres récréatifs, les centres correctionnels et les centres de détention pour les jeunes, les services d'aide à l'enfance et les lieux de réunions locaux. Les services pour les jeunes mères peuvent aussi permettre de prendre contact avec de jeunes pères.

Les organismes et programmes peuvent s'entraider pour rejoindre les pères et travailler avec eux. Le recrutement peut être une bonne occasion de créer des réseaux de soutien ou de les renforcer.

Faites appel à un animateur

La présence d'un animateur peut être un facteur important pour faire la promotion du programme auprès des pères, en particulier quand le groupe est entièrement composé d'hommes. Le fait qu'un animateur participe au recrutement permet d'attirer les pères et leur donne un modèle auquel s'identifier.

Étant donné que l'animateur offre un exemple pour la résolution de problèmes et les habiletés en matière de relations humaines, il constitue un modèle important pour les pères du groupe.

Organisez vos rencontres dans un endroit accueillant pour les pères

Choisissez un endroit où les pères seront à l'aise et se sentiront les bienvenus. Une clinique de soins pour les femmes n'est probablement pas un bon choix. Faites en sorte que l'endroit que vous choisissez devienne encore plus accueillant pour les pères. Organisez une manifestation spéciale pour la fête des Pères, affichez dans les locaux des photographies d'événements réunissant des pères et leurs enfants. Les pères se sentiront bienvenus et valorisés.

Quelques conseils d'animateurs expérimentés

- **Intégrez des sports et des activités physiques au programme.** D'après les animateurs, les hommes sont plus enclins à parler et à établir des liens entre eux lorsqu'ils font des choses ensemble. Cette stratégie est particulièrement efficace avec les jeunes pères. Ils peuvent venir pour la partie de basket-ball, puis rester pour assister au groupe de formation au rôle parental.
- **Apportez de la nourriture.** Il peut s'agir d'un appât plus efficace que la perspective d'assister aux rencontres, surtout dans les premiers temps. Demandez aux pères ce qu'ils aiment. Apportez beaucoup de nourriture, en particulier pour les jeunes pères.
- **Encouragez les pères à parler.** Ils ont besoin de raconter des anecdotes sur leur père et de réfléchir aux expériences qu'ils ont vécues quand ils étaient enfants. Ils ont besoin de réfléchir aux aspects positifs de l'attitude de leur père et à ce qu'ils veulent faire différemment.
- **Les pères aiment participer à des activités de résolution de problèmes** et analyser une situation pour trouver une solution.
- **Tenez compte du milieu dans lesquels chaque père doit assumer ses responsabilités.** Certains pères sont dans une relation stable, mais beaucoup ne le sont pas. Certains d'entre eux ont des relations difficiles avec la mère de leur enfant. Certains viennent peut-être de collectivités où la participation du père à l'éducation de son enfant est considérée comme facultative. Il faut reconnaître que chaque père fait face à des défis particuliers et qu'il reçoit plus ou moins de soutien, sous diverses formes.
- **N'oubliez pas que les hommes sont différents des femmes.** Lorsque vous animez un groupe qui comprend à la fois des pères et des mères, n'oubliez pas que les pères envisagent le métier de parent différemment. Variez vos rencontres pour proposer aux hommes des activités et des renseignements qui leur plaisent.

Travailler avec des parents peu instruits

Ce qu'il faut se rappeler à propos des parents peu instruits

La personne peu instruite a de la difficulté à utiliser et à comprendre le genre de documents imprimés que l'on consulte dans la vie de tous les jours. Trente-huit pour cent des adultes canadiens, soit environ quatre sur dix, ont de la difficulté à lire et n'utilisent pas les documents imprimés. Il peut être difficile de repérer une personne qui ne sait presque pas lire ou pas du tout, car les gens font parfois de grands efforts pour cacher cette incapacité, et ils y réussissent très bien.

Puisque le programme Y'a personne ne parfait est conçu pour les adultes peu instruits, vous devez tenir pour acquis que chacun de vos groupes comprendra plusieurs parents qui sont peu instruits.

La difficulté à lire influe sur le genre de renseignements auxquels les gens ont accès et sur la façon dont ils peuvent le mieux apprendre. Le fait qu'une personne soit peu instruite ne signifie pas qu'elle n'est pas intelligente. Ces personnes apprennent différemment, mais elles apprennent. Vous devrez tenir compte de leur façon d'apprendre et trouver des moyens de tirer parti de leurs points forts. Lorsque vous travaillez avec des parents peu instruits, ne surestimez jamais leurs connaissances de base et ne sous-estimez jamais leur intelligence et leur expérience de la vie.

Quelques idées pour travailler avec des parents peu instruits

Montrez aux parents que vous les respectez.

Il est très important de montrer à ces parents que vous les respectez et que vous respectez les efforts qu'ils font pour être de bons parents. Cela est vrai pour tous les parents, mais encore plus pour les parents peu instruits, dont l'image et l'estime de soi ne sont peut-être pas très bonnes. Avec eux, il est particulièrement important que l'animatrice ne donne pas l'impression d'être une « experte ». Ces parents ont beaucoup à offrir, mais ils ont parfois besoin d'encouragement pour prendre conscience de la valeur de leurs connaissances et de leurs expériences. L'animatrice doit valoriser les contributions des parents pour qu'eux-mêmes en apprécient la valeur.

Soyez souple.

Les adultes peu instruits peuvent prendre plus de temps pour accomplir certaines activités. Vous devez donc prévoir beaucoup de temps lorsque vous planifiez vos rencontres. De plus, soyez consciente que les membres de votre groupe peuvent avoir différents degrés d'instruction. Il vous faudra choisir des exercices et des activités qui permettent à toutes les participantes de sentir qu'elles font partie du groupe et qu'elles y contribuent. Il peut être efficace de les faire travailler en équipe de deux ou en petits groupes. Prévoyez beaucoup de temps pour les discussions.

Utilisez les livres du programme Y'a personne de parfait pour les parents.

Dans le chapitre 9, la section intitulée « Utilisation de la documentation du programme Y'a personne de parfait » indique comment les livres pour les parents ont été conçus pour être utilisés par des personnes qui ne sont pas toutes également à l'aise avec les documents imprimés. Beaucoup de parents peu instruits pourront utiliser ces livres, mais vous devez réserver du temps pendant vos rencontres pour permettre aux parents de prendre connaissance du contenu des livres et d'apprendre comment trouver ce dont ils ont besoin. Faites souvent des renvois aux livres. Utilisez-les pour présenter de nouveaux sujets. Assurez-vous que les parents ont l'occasion de les ouvrir et d'y trouver quelque chose à chaque rencontre. Les adultes peu instruits ont très peu de raisons d'aimer les livres. Ils n'utiliseront probablement pas les livres à la maison s'ils ne reçoivent pas de soutien ni de préparation pendant les rencontres.

Pendant les rencontres, passez beaucoup de temps à FAIRE des choses.

Concentrez-vous sur des activités d'apprentissage qui donne aux parents l'occasion de FAIRE des choses, comme jouer un rôle ou appliquer de nouvelles habiletés. Tenez compte des différentes façons dont les adultes moins instruits apprennent. Faites des activités qui aident les participantes à apprendre en regardant, en écoutant et en faisant des choses. Utilisez beaucoup d'outils visuels et d'activités pratiques.

Aidez les parents à faire le lien entre les idées et les actions.

Les adultes peu instruits sont plus à l'aise avec des renseignements et des exemples concrets. Ils ont de la difficulté à traduire une idée abstraite en action concrète. Ils ont aussi de la difficulté à transférer les leçons d'une expérience d'apprentissage à une autre. Ainsi, ils peuvent apprendre à appliquer la méthode de résolution des problèmes au comportement d'un enfant, mais ils ne l'appliqueront pas à d'autres aspects de leur vie. Vous devez leur donner l'occasion d'appliquer cette méthode à plusieurs situations.

Il faut aussi aider les participantes à faire le lien entre les compétences parentales qu'elles mettent à l'essai dans le groupe et leur utilisation concrète dans la vie de tous les jours. Après chaque rencontre où vous avez fait des activités et appliqué les compétences, prévoyez une période de discussion sur la façon dont les parents peuvent utiliser ces techniques chez eux.

Quelques conseils d'animatrices expérimentées

- **Encouragez la pratique à la maison.** Selon ce qui s'est produit au cours de la rencontre, encouragez les parents à choisir quelque chose qu'ils aimeraient observer, faire ou à quoi ils aimeraient réfléchir d'ici la prochaine rencontre. Évitez de demander aux parents de faire des choses qui les obligent à lire ou à écrire.

- **Limitez-vous aux choses simples.** Concentrez-vous toujours sur les étapes de base qui sont nécessaires pour accomplir une tâche. Utilisez un langage clair et simple. Illustrez vos propos avec des exemples concrets. Encouragez les parents à fournir des exemples tirés de leur propre expérience.
- **Rassurez les participantes.** L'estime de soi est une question très délicate chez les adultes peu instruits, et beaucoup d'entre eux ont un fort sentiment d'infériorité. L'animatrice doit tirer parti de chaque occasion de renforcer leur confiance. Choisissez des activités qui présentent un faible risque d'échec. Vérifiez une deuxième fois toutes vos activités pour vous assurer qu'elles ne nécessitent pas de capacités de lecture et d'écriture. Cherchez des moyens de stimuler la conversation et d'échanger des idées qui ne demandent pas des capacités de lecture et d'écriture.

Travailler avec des parents de cultures différentes

Ce qu'il faut se rappeler à propos des parents de cultures différentes

Chaque culture a des caractéristiques uniques.

Beaucoup de nos valeurs et de nos croyances, c'est-à-dire les choses que nous considérons comme « naturelles » et « normales », découlent de notre culture. Toutefois, ces valeurs et ces croyances varient beaucoup d'une culture à l'autre. Le Canada est une société diversifiée du point de vue culturel, surtout dans les villes. Pour travailler efficacement dans un milieu multiculturel, vous devez comprendre que les valeurs diffèrent, mais aussi respecter et accepter les valeurs qui ne sont pas les vôtres. Toutefois, vous devez aussi chercher un terrain d'entente pour tous les parents de votre groupe. Les parties des chapitres 2 et 4 qui traitent des valeurs pourraient vous être utiles.

Renseignez-vous sur la culture des personnes avec lesquelles vous allez travailler. Si vous connaissez un peu leurs valeurs et leurs croyances familiales, leurs méthodes d'éducation des enfants et l'importance qu'elles accordent à leur relation avec leurs enfants, vous risquez moins de juger leur conduite ou de mal l'interpréter.

Le métier de parents est influencé par la culture.

Le rôle des parents et de la famille est le même dans toutes les cultures. Il consiste à transmettre aux enfants les valeurs, les croyances et les comportements acceptés dans une culture donnée. Les parents provenant de cultures différentes ont une perception différente du métier de parent, et des objectifs différents. Par exemple, dans certaines cultures, il est important que les enfants respectent les personnes âgées et leur obéissent. Dans d'autres, il faut cajoler les petits enfants et faire leurs quatre volontés.

Beaucoup de parents qui immigrent au Canada avaient une vie de famille heureuse dans leur pays d'origine; ce sont d'excellents parents qui aiment leurs enfants et veulent leur offrir ce qu'il y a de mieux. Ils peuvent être très étonnés de découvrir que les méthodes traditionnelles d'éducation qu'ils ont apprises dans leur pays d'origine sont très différentes de celles qui sont les plus appliquées au Canada. Imaginez que vous vous installiez dans un autre pays et que l'on vous demande d'adopter d'autres méthodes pour élever vos enfants et un autre comportement. Les parents immigrants peuvent aussi éprouver des difficultés à remplir leur rôle en l'absence du soutien familial qui occupait une place si importante dans leur pays d'origine.

Le but du programme Y'a personne de parfait n'est pas d'enseigner aux participantes comment élever leurs enfants « à la canadienne ». Votre rôle d'animatrice consiste notamment à aider les parents à mettre à profit leurs habiletés pour bien élever leurs enfants dans leur nouveau pays.

Attendez-vous à aborder la question du racisme.

L'animatrice qui travaille avec des parents immigrants doit comprendre les causes et les effets du racisme. Soyez honnête en examinant vos croyances et vos sentiments à l'égard des questions de race et de culture. Vous devez animer chaque rencontre en vous appuyant sur des principes et des pratiques antiracistes. Les parents peuvent être victimes de racisme dans leur vie de tous les jours et souhaiter en discuter lors des rencontres. Certains peuvent être à la recherche de façon d'aider leurs enfants à faire face au racisme.

Si vous fermez les yeux sur les attitudes racistes, vous les approuvez. Il s'agit d'une question complexe que vous devez aborder. Demandez aux associations multiculturelles locales et aux organismes de défense des droits de la personne de vous aider à faire face à cette question.

Conseils d'animatrices expérimentées pour travailler avec des parents immigrants

- **Reconnaissez les compétences et les valeurs parentales traditionnelles des participantes.** Aidez-les à prendre conscience de certaines valeurs et croyances qui influent sur le comportement et sur la façon dont elles remplissent leur rôle de parent. Encouragez-les à présenter au groupe les pratiques culturelles qui font partie de leur vie de tous les jours. Soulignez les sentiments que tous les parents ont en commun.
- **Attendez-vous à voir des comportements qui sont acceptables mais différents. Acceptez-les et respectez-les.** Les croyances à propos de ce qui est poli ou impoli changent d'une culture à l'autre. Si vous n'êtes pas sûre de ce qui constitue un comportement acceptable, posez la question. Voici des exemples de différences culturelles :
  - le fait de regarder ou non dans les yeux la personne à qui on parle;
  - le fait de se sentir plus ou moins à l'aise selon la distance à laquelle on se tient des autres lorsqu'on discute;
  - les différents degrés de contact physique qui peuvent être acceptables, par exemple, se serrer la main, s'embrasser, se serrer dans les bras, caresser la tête des enfants;
  - la façon d'exprimer des émotions;
  - les circonstances dans lesquelles il est nécessaire de remercier.
- **Respectez la vie privée des parents.** Évitez soigneusement de vous mêler de la vie privée des parents. Les sujets qui sont du domaine privé sont très différents d'une culture à l'autre. Présentez lentement les sujets à propos desquels vous êtes incertaine. Posez des questions ouvertes et laissez les parents déterminer dans quelle mesure ils veulent en parler.
- **Écoutez attentivement et évitez de deviner ce que les parents veulent dire.** Vérifiez si vous avez bien compris.

  Assurez-vous aussi que les parents ne font pas de fausses hypothèses sur ce que vous voulez dire. Comme **vous**, ils interprètent vos actions en fonction de leurs croyances. Ce n'est pas parce que les parents font signe que « oui » (ou disent « oui ») quand vous parlez qu'ils sont d'accord qu'ils comprennent. Dans certaines cultures, ce n'est qu'une façon polie de vous indiquer que l'on écoute.
- **Prévoyez de longues périodes de discussions dans vos rencontres.** Dans certaines cultures, il est impoli d'être trop direct, et il faut discuter de choses et d'autres pendant un certain temps avant d'en venir à la question centrale. Votre interlocuteur peut prendre beaucoup de temps à en arriver à ce qu'il veut vraiment dire. Pour la même raison, certains parents peuvent répondre aux questions indirectement, en vous donnant des détails secondaires avant de passer à la question principale.
- **Soyez aussi calme et détendue que possible.** Soyez chaleureuse, flexible et ouverte aux nouvelles idées. Efforcez-vous de mettre les participantes à l'aise et de réduire la tension. Dans de nombreuses

cultures, le silence n'est pas embarrassant; si les membres du groupe ne disent rien, ce n'est pas nécessairement un signe de manque de communication ou d'embarras.

Si vous avez l'impression que les participantes ne sont pas à l'aise, posez-vous des questions. Dans certaines cultures, il est très impoli d'exprimer son désaccord. Vous devrez peut-être faire preuve de beaucoup de tact pour amener des parents à faire part de leurs réflexions et de leurs idées s'ils ont peur qu'elles ne soient contraires aux vôtres.

Conseil d'animatrice expérimentée pour travailler avec des parents immigrants ou réfugiés nouvellement arrivés au Canada

- **Utilisez les services d'interprètes aussi souvent que possible.** Les parents nouvellement arrivés au Canada parlent mieux dans leur langue de sujets chargés d'émotion comme leur enfance, leur famille ou leur expérience de parent. Bien souvent, on ne peut ouvrir son cœur que dans sa langue maternelle.
- **Comprenez et reconnaissez le stress énorme que ces familles éprouvent.** Tout est nouveau pour elles. Elles doivent remettre en question tout ce qu'elles tenaient pour acquis. Ainsi, beaucoup de tâches courantes sont entièrement différentes, comme la recherche d'un logement, d'un emploi, d'une gardienne pour les enfants, les courses, le transport, les soins de santé et l'école. De plus, tout cela se passe dans une nouvelle langue et, pour beaucoup, sous un climat bien plus froid.
- Les facteurs de stress peuvent entraîner l'isolement, la confusion, la frustration et la perte de l'estime de soi. Voici plusieurs autres facteurs de stress pour les familles nouvellement arrivées :
  - la perte de l'appui de la famille élargie;
  - l'ignorance de ce qui est attendu et acceptable Canada;
  - la difficulté de faire reconnaître les diplômes et l'expérience de travail;
  - le racisme et l'appartenance à une minorité;

- les changements dans le rôle des parents; par exemple, la mère peut trouver un emploi rémunéré avant le père;
- les changements dans les relations entre les parents et les enfants à mesure que ces derniers s'adaptent au nouveau pays et sont exposés à des valeurs et à des influences non traditionnelles.

- **Les réfugiés peuvent avoir encore plus de difficulté à s'adapter au Canada que les immigrants qui sont venus par choix.** La situation politique ou économique a forcé les réfugiés à quitter leur pays. Ils ont peut-être dû faire face à de graves dangers ou à une situation financière extrêmement difficile avant d'arriver au Canada. Ils ont peut-être vécu dans des camps, été victimes de violence ou traumatisés par la perte de membres de leur famille. Il se peut qu'ils souffrent de stress consécutif à un traumatisme.

Conseils d'animatrices expérimentées pour travailler avec des parents qui ne parlent pas bien le français

- **Aidez les parents à se concentrer.** Réduisez le bruit de fond et les facteurs qui détournent l'attention des parents. Évitez les interruptions. Apprendre à communiquer dans une nouvelle langue demande beaucoup d'efforts et de concentration. Donnez toute votre attention à la personne qui parle et aidez-la à se concentrer sur le sujet de la discussion.
- **Ne brusquez pas la personne qui parle.** Prêtez attention. Ne l'aidez que si c'est nécessaire. Laissez-la aller à son rythme.
- **Parlez lentement et clairement.** Choisissez vos mots soigneusement. Ne parlez pas trop. Employez un langage clair et simple. Parlez d'une seule idée à la fois. N'utilisez pas d'expressions imagées ou familières, car il faut très bien connaître une langue pour les comprendre.
- **Répétez ce que vous avez dit quand quelqu'un ne comprend pas.** Répétez aussi fidèlement que possible ce que vous avez dit. Changez seulement un ou deux mots. Parlez clairement et un peu plus lentement, mais pas plus fort. La participante vous a entendue la première fois, mais elle ne vous a pas comprise.
- **Assurez-vous que les participantes comprennent ce que vous dites.** Ce n'est pas parce que les participantes disent « oui » ou font signe que « oui » qu'elles comprennent. Vérifiez en leur demandant de répéter le message dans leurs propres termes..

Travailler avec des parents autochtones

Ce qu'il faut se rappeler à propos des parents autochtones

Les « Autochtones » sont les membres des Premières nations, les Métis et les Inuits. Chaque peuple autochtone à sa propre conception du rôle des parents, ses propres valeurs et traditions. (Voir « Travailler avec des parents de cultures différentes » ci-dessus. Vous trouverez peut-être que les renseignements généraux sur la façon de travailler avec des parents de cultures différentes sont utiles pour travailler avec des parents autochtones.)

Si c'est la première fois que vous travaillez avec des parents autochtones, vous auriez avantage à consulter un aîné ou une représentante reconnue de la collectivité autochtone avant de commencer vos rencontres. Le centre d'amitié autochtone local ou le Programme d'aide préscolaire aux Autochtones vous mettra en contact avec les bonnes personnes et vous donnera des renseignements.

Quelques idées pour travailler avec des parents autochtones

Reconnaissez le rôle de la spiritualité dans la vie des parents.

Beaucoup de parents autochtones jugent que la spiritualité a une place très importante dans leurs responsabilités de parents. Vous devriez penser à inclure cette dimension dans le programme. Une bonne façon de le faire consiste à demander aux parents s'ils voudraient intégrer leurs croyances dans les rencontres, et comment ils le feraient.

Reconnaissez l'importance de la famille et de la collectivité.

La collectivité et la famille sont très importantes pour les parents autochtones. La famille élargie et le sentiment d'appartenir à la collectivité ont une influence très forte sur leur vie. Dans certains cas, les grands-parents ou les autres membres de la parenté jouent un rôle significatif dans l'éducation des enfants. Une bonne façon d'en tenir compte serait de demander aux participantes si elles souhaitent inviter des aînés à certaines rencontres. Insister sur la création et le renforcement de liens entre les parents peut aussi être une façon de reconnaître cette valeur.

Reconnaissez l'importance culturelle du cercle.

L'idée selon laquelle toutes les participantes sont égales et que le dialogue est important est cruciale dans de nombreuses cultures autochtones. Dans beaucoup de collectivités autochtones, il est bon de disposer les chaises en cercle pour faire une activité.

L'image du cercle sert aussi à faire un lien entre les idées. Ainsi, le cycle d'apprentissage par l'expérience utilise cette image pour représenter la relation constructive entre les différents éléments. Pour respecter les valeurs associées au cercle, l'animatrice doit s'efforcer de traiter les questions de façon holistique, de ne pas dominer la situation et de ne pas passer pour une experte.

Quelques conseils d'animatrices expérimentées

- **N'ayez pas peur du silence.** Les parents autochtones peuvent être silencieux, timides et avoir besoin de temps pour établir une relation de confiance et se sentir assez à l'aise pour parler en groupe. Beaucoup d'entre eux estiment qu'il est aussi impoli de répondre trop rapidement à une question et que, par respect pour la personne qui l'a posée, ils doivent prendre le temps de réfléchir à la réponse. Tenez-en compte et donnez aux participantes le temps de réfléchir à leur réponse. Ne vous dépêchez pas de combler le silence. N'oubliez pas non plus que certaines personnes absorbent beaucoup d'information, même si elles ne parlent pas beaucoup.

- **Invitez les parents à vous aider à guider le groupe.** Certains groupes peuvent vouloir incorporer des démarches traditionnelles dans les rencontres. Ainsi, de nombreuses collectivités autochtones ont une tradition bien établie de cercle de partage. Dans un cercle de partage, les gens parlent chacun à leur tour en tenant un objet symbolique, qui peut être, par exemple, une plume d'aigle, un bâton d'orateur ou une pierre ancestrale. On respecte la personne qui parle. Personne ne peut parler à moins de tenir l'objet. Personne n'interrompt la personne qui parle.
- **Soyez consciente du degré d'instruction.** Rappelez-vous que le français n'est peut-être pas la langue maternelle des participantes.
- **Offrez de la nourriture, et des services de garde et de transport.** Quelle que soit leur culture, les parents peuvent avoir des difficultés à participer sans ces formes de soutien. Un repas ou un goûter pris ensemble peut aussi donner le sentiment d'appartenir à une collectivité..

Chapitre 6 :

L'organisation du programme Y'a personne de parfait

- Le recrutement des participantes
- Les questions d'ordre pratique

L'organisation du programme Y'a personne de parfait

Avant d'animer les rencontres, vous devez organiser votre programme.

L'organisation du programme Y'a personne de parfait comporte deux volets :

- le recrutement des participantes;
- les questions d'ordre pratique.

Le recrutement des participantes

Trouver des participantes éventuelles, les intéresser au programme et les encourager à assister aux rencontres, tout ça vous demandera peut-être beaucoup de temps et d'efforts. Cependant, l'expérience des animatrices démontre que l'énergie consacrée au recrutement porte ses fruits plus tard, car les parents s'intéressent aux rencontres et y assistent.

Le recrutement de participantes au programme Y'a personne de parfait n'est pas toujours une tâche facile parce que vous devez encourager la participation d'un groupe particulier de parents plutôt que d'annoncer le programme au grand public. Ainsi, certaines méthodes conventionnelles de promotion des programmes ne conviendront pas. Par exemple, les communiqués d'intérêt public et les communiqués de presse sont lus par **tous** les parents : cela pourrait vous mettre dans la position embarrassante d'avoir à refuser des intéressés parce qu'ils ne font pas partie du groupe de parents auxquels le programme s'adresse.

De plus, beaucoup de parents visés par le programme Y'a personne de parfait sont isolés, soit parce que leurs amis ou leur famille n'habitent pas à proximité, soit parce qu'ils vivent dans une région éloignée. Il faut parfois fournir des efforts considérables pour les rejoindre et éveiller leur intérêt. De nombreuses animatrices croient que le recrutement est plus facile si l'on en informe des personnes clés, appréciées par les participantes éventuelles et en qui elles ont confiance. Ces personnes peuvent être des intermédiaires utiles qui vous feront connaître, ainsi que le programme Y'a personne de parfait, aux parents qu'elles connaissent ou avec lesquels elles travaillent.

Les animatrices ont essayé de nombreuses méthodes de recrutement, par exemple :

- téléphoner aux parents;
- travailler avec un groupe déjà formé (par exemple, un groupe de jeu ou de mères);
- faire appel à un intermédiaire pour rejoindre les parents et se faire présenter à eux.

Au fil des ans, les animatrices ont constaté que la rencontre en personne, de préférence au domicile du parent, est la méthode de recrutement la plus efficace. Une visite à domicile (ou une rencontre au lieu choisi par le parent) peut mettre le parent à l'aise et lui donner le sentiment qu'il maîtrise la situation. Comme le fait remarquer une animatrice :

« La visite à domicile jette les bases d'une relation de confiance. »

De plus, les évaluations du programme Y'a personne de parfait indiquent que le recrutement des parents en personne permet de savoir à l'avance s'ils se présenteront à la première rencontre et s'ils continueront à participer par la suite.

Le recrutement comporte plusieurs étapes. Vous devrez :

- discuter des détails du programme avec l'organisme de mise en œuvre;
- obtenir des noms de participantes éventuelles;
- appeler les parents et leur rendre visite.

Discutez des détails du programme avec l'organisme de mise en œuvre

Avant de commencer le recrutement, il est important de connaître les attentes de l'organisme de mise en œuvre.

L'organisme de mise en œuvre a des renseignements sur :

- **le genre de parents qu'il veut faire participer.**
  Le programme Y'a personne de parfait a été conçu pour des groupes de parents particuliers. L'organisme de mise en œuvre peut toutefois souhaiter toucher certaines parties du public visé par le programme. Il peut par exemple s'intéresser aux mères célibataires et non aux couples, aux femmes âgées de 18 ans ou moins, aux jeunes pères et aux parents qui ont de faibles capacités de lecture et d'écriture.
- **les méthodes efficaces de recrutement des parents.**
  L'organisme de mise en œuvre peut aussi avoir des renseignements utiles sur la façon de communiquer avec les parents du groupe visé. Il a peut-être un réseau de personnes-ressources dans la collectivité qui peuvent proposer des participantes, ou il planifie de recruter des parents qui participent à ses autres programmes.
- **la collectivité dans laquelle vous travaillez.**
  L'organisme de mise de mis en œuvre peut être capable de vous donner des idées pour trouver une salle de rencontre convenable, et de faciliter votre travail de mise sur pied du programme.
- **la taille de votre groupe.**
  La plupart des groupes réunissent de 6 à 12 parents. Les groupes de cette taille sont assez grands pour favoriser la discussion et suffisamment petits pour permettre à chaque parent de s'exprimer. En raison des refus et des abandons, il vous faudra sûrement rejoindre plus de parents que le nombre de participantes escompté. L'organisme de mise en œuvre peut préférer les groupes d'une certaine taille. Mais, à moins que la taille ne soit déjà déterminée, il vous appartient de fixer le nombre de participantes de votre groupe.
- **le nombre de rencontres.**
  Certains organismes de mise en œuvre reçoivent un financement pour un nombre donné de rencontres, par exemple six. D'autres sont en mesure de

s'adapter aux besoins des parents et de financer une série de rencontres étalées sur huit à dix semaines. Certains organismes ont peut-être essayé un format entièrement différent, par exemple des rencontres d'une journée offertes pendant une fin de semaine.

- **le genre et le montant du financement offert pour aider les participantes à payer la garde d'enfant et le transport.**
  Cette question peut être très importante pour les parents inscrits au programme Y'a personne de parfait. Il est très utile, avant de commencer le recrutement, de savoir exactement quel genre de financement vous pourrez leur offrir.
- **le genre d'aide et de financement offert aux parents qui souhaitent continuer à se voir après la fin du programme.**
  Certains organismes de mise en œuvre peuvent mettre des locaux à la disposition des parents pour qu'ils continuent de se voir, ou leur offrir d'autres formes d'aide leur permettant de garder le contact.

Obtenez des noms de participantes éventuelles

La majorité des parents qui participent au programme Y'a personne de parfait sont déjà connus des animatrices, directement ou par l'intermédiaire d'une autre personne. Lors de l'évaluation du programme, les animatrices ont indiqué que la façon la plus efficace de recruter des parents était de se servir de contacts personnels.

Dans certains cas, toutes les participantes sont envoyées par l'organisme de mise en œuvre, mais, à moins d'avoir déjà une liste, il vous faudra obtenir des noms de parents à contacter. Certains organismes de mise en œuvre ont formé des réseaux ou des partenariats avec d'autres organismes qui peuvent leur indiquer des participantes éventuelles.

« J'ai la possibilité de communiquer avec un réseau d'organismes communautaires : hôpital, écoles, centres de santé mentale et de ressources pour les familles. C'est très économique et efficace. ».
– Une animatrice

Parmi les autres personnes-ressources éventuelles, citons :

- une mère que vous avez déjà recrutée qui peut vous donner le nom d'une autre de ses amies,
- vos amies,
- des professionnels de la santé (médecins, infirmières de santé communautaire, etc.),
- un groupe de familles monoparentales,
- une maison d'hébergement,
- des enseignants,
- un organisme religieux,
- une agence de services sociaux,
- un centre de ressources pour les familles,
- un centre communautaire,
- les services d'aide à l'enfance.

Lorsque d'autres organismes ou professionnels de la collectivité vous demandent d'accepter des parents de votre groupe, demandez-leur de parler à ces parents pour savoir si vous pouvez les appeler et leur demander de participer.

Soyez prête à décrire le programme et à fournir des affiches et des dépliants promotionnels aux organismes et aux professionnels qui ne savent peut-être pas grand-chose du programme Y'a personne de parfait.

Appelez les parents et rendez-leur visite

La plupart des animatrices pensent qu'une conversation personnelle est un aspect essentiel du recrutement. Une conversation téléphonique ne suffit pas, car elle est trop impersonnelle et ne constitue pas le meilleur moyen de présenter le programme au parent.

En général, l'animatrice appelle d'abord le parent, puis elle fixe une date convenable pour le rencontrer à son domicile ou à l'endroit de son choix.

La visite à domicile peut aider à recruter des parents pour les raisons suivantes ::

- **Vous établissez un contact initial dans un climat détendu.** Le parent a autant besoin de vous voir et de vous connaître un peu que vous avez besoin de le rencontrer en personne.
- **Le parent est invité personnellement par l'animatrice.** Vous pouvez avoir une conversation plus amicale et plus détendue. Vous pouvez aussi utiliser des documents imprimés pour décrire le programme Y'a personne de parfait. Certains parents n'ont jamais fait partie d'un groupe et peuvent être réticents à discuter avec d'autres de l'éducation de leurs enfants. La visite à domicile peut les aider à se faire à cette idée.
- **Vous pouvez décrire le programme en vous servant des livres** et de la documentation du programme.
- **À l'aide de la documentation du programme, vous pouvez déterminer les intérêts des parents pendant la conversation.** Plus vous en apprenez sur les intérêts ou sujets de préoccupation des parents pendant le recrutement, plus il vous sera facile de commencer à planifier vos rencontres.

« J'ai décidé d'embarquer quand l'animatrice est venue chez moi. Elle a parlé de choses pratiques. Elle m'a dit qu'elle aussi élevait son enfant toute seule. On avait des choses en commun. »
– Un parent.

Pour que cette première visite produise une forte impression, il faut la préparer avec soin.

Voici quelques conseils offerts par des animatrices expérimentées pour rendre les visites à domicile productives :

- Soyez à l'heure.
- Habillez-vous d'une manière soignée, mais pas trop formelle.
- Soyez chaleureuse et ouverte.
- Ne donnez pas l'impression que vous êtes une experte du métier de parent.

Attendez-vous à être témoin de situations de grande pauvreté chez certains parents. Tout au long de votre visite, il vous faut garder une attitude ouverte et sans jugement. Si les parents sentent que vous êtes choquée, gênée ou que vous les jugez, ils risquent de ne pas vouloir participer au programme.

Dans certains cas, l'animatrice peut mettre sa sécurité personnelle en danger en faisant une visite à domicile. Si vous avez des inquiétudes à ce sujet, arrangez-vous pour fixer un rendez-vous à un autre endroit choisi par le parent, ou pour vous faire accompagner par une autre animatrice.

Conseils pratiques pour le recrutement

L'animatrice doit savoir que, dès qu'elle commence le recrutement, elle donne le ton des rencontres à venir et de la participation des parents à la planification. Une attitude chaleureuse, amicale et exempte de jugement aidera les parents à se sentir les bienvenus lorsqu'ils se rendent aux rencontres; elle augmentera aussi leur intérêt à participer.

Lorsque vous recrutez les parents :

- Soyez positive et enthousiaste. Expliquez pourquoi vous pensez que le programme est valable.
- Insistez sur le fait que vous ne les invitez pas parce que vous croyez que quelque chose ne va pas. En fait, le programme ne s'adresse pas aux parents qui ont de graves problèmes. Vous voulez seulement leur donner la possibilité de profiter d'un programme qui leur sera très pratique et très profitable, et qui leur plaira sûrement.
- Essayez de répondre aux craintes et aux hésitations du parent.
  - > Si le parent semble avoir peur de se rendre aux rencontres seul, demandez-lui s'il a une amie ou un ami qui aimerait aussi se joindre au groupe.
  - > S'il s'agit d'un couple, invitez les deux conjoints à venir aux rencontres.
  - > Faites ressortir les avantages de faire partie d'un groupe et d'échanger sur des expériences et des idées avec d'autres parents. Rassurer les parents en leur disant que personne ne sera obligé de parler et que les membres du groupe déterminent eux-mêmes comment ils veulent travailler.
  - > Si un parent hésite à assister à des rencontres de groupe, demandez-lui s'il accepterait qu'un autre parent qui est très enthousiaste à propos du programme Y'a personne de parfait ou qui l'a déjà suivi lui téléphone.

- Donnez des renseignements sur les sujets abordés pendant les rencontres
  - > Donnez des exemples précis de sujets traités dans les livres. Montrez au parent les livres et la documentation qu'il recevra.
- Donnez des détails pratiques sur les rencontres.
  - > Indiquez au parent l'heure, l'endroit, les dates et le nombre de rencontres, si ces détails ont été confirmés. Dans le cas contraire, demandez au parent ce qui lui conviendrait.
  - > Parlez de la garde des enfants et du transport pour les parents, ainsi que de tout autre obstacle qui pourrait empêcher le parent de venir aux rencontres.
- Ne donnez pas de formulaire à remplir la première fois que vous rencontrez le parent.
- Donnez votre nom et votre numéro de téléphone. Si cela convient au parent (c'est-à-dire si la documentation est dans sa langue et correspond à son niveau d'instruction), laissez de la documentation sur le programme. Gardez toutefois les livres et documents du programme Y'a personne de parfait pour les donner aux parents pendant les rencontres.

Déterminez ce que les parents veulent apprendre

Le programme Y'a personne de parfait doit répondre aux souhaits des parents. Dès votre premier contact, un de vos objectifs sera de déterminer ce qui intéresse les parents.

Pour déterminer les intérêts des parents :

- Présentez les documents du programme Y'a personne de parfait au cours de la conversation et notez les sujets qui semblent les intéresser tout particulièrement.
- Lorsque vous leur demandez combien d'enfants ils ont, quel est leur âge et leur sexe, demandez-leur s'il y a quelque chose qu'ils aimeraient apprendre sur la santé, la sécurité ou le comportement de leurs enfants.

La première rencontre avec un parent sert à échanger de l'information. Pendant la conversation, vous ferez plus ample connaissance. Vous commencerez à vous faire une idée des questions qui intéressent le parent. Le fait que le contenu du programme dépend de ce que les parents veulent savoir étonnera beaucoup d'entre eux.

Vous ne pourrez pas déterminer tous les intérêts des parents pendant votre visite. Certains parents ne seront peut-être pas assez à l'aise pour vous parler tant qu'ils ne vous connaîtront pas davantage. D'autres auront peut-être besoin de prendre part à des discussions de groupe pour que leur intérêt pour un sujet donné s'éveille. D'autres sujets et d'autres problèmes se présenteront au cours des rencontres.

Le chapitre 7, intitulé « La planification du programme Y'a personne de parfait », indique comment déterminer les intérêts des parents lors de la première rencontre et tout au long du programme.

Comment refuser les parents qui ne sont pas admissibles

L'animatrice doit parfois refuser des parents qui ont entendu parler du programme et qui veulent s'y inscrire, mais qui ne correspondent pas au profil des parents pour qui le programme a été conçu.

Si jamais vous êtes obligée de refuser un parent intéressé, voici une façon d'expliquer votre refus :

« C'est formidable que vous vouliez vous inscrire un programme de formation au rôle de parent, mais le programme Y'a personne de parfait s'adresse aux parents qui n'ont pas accès aux ressources qui les aident dans leur rôle de parent. Malheureusement, vous ne correspondez pas à ce profil, mais vous pouvez tout à vous adresser à _____ et lui demander des renseignements sur d'autres programmes de formation au rôle de parent qui pourraient vous intéresser. »

Comment faire face des réactions négatives des parents

Certains parents réagiront très favorablement à votre description du programme Y'a personne de parfait et voudront y participer. D'autres exprimeront des réactions négatives. Essayez de déterminer si ce que vous avez dit ou si une expérience antérieure en est la cause.

« J'ai demandé à une femme si elle aimerait venir au programme et elle m'a répondu : "Pourquoi moi? Je ne suis pas une mauvaise mère". J'ai compris tout de suite que je n'avais pas la bonne méthode. Il faut faire très attention quand on invite les gens à participer au programme. » – Une animatrice.

Les animatrices ont été confrontées aux réactions et aux sentiments suivants :

- Une mère est méfiante; elle se sent visée ou menacée.
- Une mère a peur d'être vue comme « mauvaise » mère si elle participe au programme Y'a personne de parfait.
- Une mère trouve qu'elle se débrouille très bien toute seule; le programme ne l'intéresse pas.
- Une mère ne s'intéresse pas au programme parce qu'il n'offre pas d'argent ni de possibilités d'emploi.

Lorsque vous invitez les parents à s'inscrire au programme Y'a personne de parfait, faites ressortir les points suivants. Cela vous aidera peut-être à éviter les réactions négatives :

- Le programme Y'a personne de parfait s'adresse à des parents qui n'ont pas de problèmes graves.
- Le programme Y'a personne de parfait présente beaucoup d'information très pratique. Son but est de donner aux parents l'occasion de communiquer leurs expériences, de résoudre leurs problèmes et de s'entraider.
- Le programme est une occasion de sortir, de rencontrer des gens et de se divertir.

Présence aux rencontres

Les animatrices ont remarqué que certains parents acceptent de participer au programme, mais ne viennent pas à la première rencontre ou abandonnent après une ou deux rencontres. Souvent, il y a une raison qui les empêche de venir, par exemple la garde des enfants, la pression d'autres membres de la famille, une insécurité personnelle, un problème de transport, un changement d'emploi ou un déménagement.

De nombreuses participantes vivent au jour le jour et ont d'autres préoccupations qui entrent en conflit avec leur engagement à participer au programme. Il faut parfois encourager les gens à venir à la première rencontre et à continuer d'y assister par la suite.

Pour encourager les parents à venir à la première rencontre :

- Téléphonez-leur après votre première visite, afin de maintenir le contact avant la prem ière rencontre.
- Envoyez-leur une invitation pour leur rappeler la première rencontre.

Si vous trouvez que les parents ne participent pas régulièrement après la première rencontre, demandez à ceux qui ont raté une rencontre s'ils ont besoin de quoi que ce soit pour continuer à venir. Certains parents voudront abandonner : c'est leur droit.

Les questions d'ordre pratique

La salle de rencontre

Si vous travaillez avec un groupe de parents, il vous faut une salle pour les rencontres. Selon la taille du groupe et les ressources de votre collectivité, il peut s'agir d'une

salle paroissiale, d'une salle dans une école, dans un centre communautaire ou dans une maison appartenant à un organisme local. Quelle que soit la salle, vous devez vous assurer qu'elle est sécuritaire, confortable et d'accès facile. Si vous envisagez de vous servir d'une salle que vous n'avez jamais vue, visitez-la.

Le chapitre 11 contient des listes de vérification qui indiquent les caractéristiques souhaitables d'une salle de rencontre et le matériel dont vous pourriez avoir besoin.

La garde des enfants

Lors du recrutement, demandez aux parents quels sont leurs besoins et leurs préférences en matière de garde d'enfants.

Puisque tous les parents qui participent au programme Y'a personne de parfait ont au moins un enfant âgé de cinq ans ou moins, il faut penser à la garde des enfants. Cet aspect de l'organisation a une incidence sur l'horaire, l'endroit et la durée des rencontres.

La qualité des services de garde est importante. Il faut que les conditions soient sécuritaires, agréables et amusantes, et qu'il y ait un nombre approprié de gardiennes auprès des enfants. Quelques parents peuvent demander à des amis ou des membres de leur famille de garder leurs enfants, mais les parents isolés n'ont peut-être pas cette possibilité.

Vous pourrez peut-être trouver une ou deux gardiennes (selon l'âge des enfants et leur nombre) pour s'occuper de tous les enfants dans le même édifice que la salle de rencontre. Il vous faudra alors des bénévoles ou de l'argent pour payer ces personnes. Il vous faudra peut-être aussi de l'argent pour louer des locaux ou l'équipement, ou pour acheter le goûter.

Faire garder les enfants dans l'édifice où vous travaillez avec les parents peut être une formule bruyante – selon les locaux et les enfants. Toutefois, c'est une solution commode et rassurante pour les parents.

Si vos rencontres ont lieu en soirée, la plupart des parents seront obligés de faire garder leurs enfants chez eux. S'ils ne peuvent pas trouver (ou se payer) de gardienne fiable, ils ne pourront pas venir aux rencontres. Vous devez en tenir compte lorsque vous fixez l'horaire des rencontres.

Demandez à l'organisme de mise en œuvre quelles solutions ont été adoptées par les groupes précédents pour faire garder les enfants, ce qui a bien fonctionné et ce que l'organisme peut offrir pour aider les parents. Par exemple, peut-il payer la gardienne d'un des parents?

Le transport

Vous aurez moins de problèmes de transport si les parents habitent près de l'endroit où vos rencontres ont lieu. Idéalement, tout le monde devrait pouvoir s'y rendre à pied, mais ce n'est pas toujours possible, surtout dans les régions rurales.

Si les parents habitent assez loin de la salle de rencontre, l'animatrice doit prendre en considération les moyens de transport.

- Les parents ont-ils leur propre moyen de transport?
- Existe-t-il un service de transport en commun?
- Les parents peuvent-ils payer le transport? Sinon, y a-t-il un organisme communautaire, un club de bienfaisance ou tout autre organisme qui accepterait de payer ces coûts?
- Des questions de responsabilité ou d'assurances peuvent-elles vous empêcher, vous ou d'autres personnes, de transporter les parents?
- Les véhicules utilisés pour le transport des parents et des enfants sont-ils pourvus de siège de sécurité pour les enfants?
- D'autres parents ou des bénévoles peuvent-ils se charger du transport?
- Y a-t-il des parents que vous pouvez prendre dans votre auto?

Si les rencontres ont lieu pendant l'hiver, le temps et l'état des routes risquent de poser des problèmes. Soyez prête à annuler une rencontre, s'il le faut.

Puisque vous voulez que les parents participent aussi facilement que possible au programme, il est important de planifier, lors du recrutement, tous les aspects du transport. Il s'agit d'un obstacle à surmonter, surtout quand on pense que le programme Y'a personne de parfait s'adresse aux parents qui sont isolés du point de vue géographique, économique ou social.

Les rafraîchissements

La plupart des animatrices estiment qu'il est bon d'offrir des rafraîchissements pendant les rencontres. Dans certaines collectivités, elles ont constaté que l'association féminine locale, un centre communautaire ou paroissial, un restaurant ou une boulangerie est disposé à donner des rafraîchissements ou à contribuer à leur achat.

L'expérience des animatrices indique que les rafraîchissements peuvent être importants pour les gens dont les moyens sont limités; ils peuvent les inciter à participer. Lors du recrutement, vous pouvez demander aux parents quel genre de nourriture ils aiment. Certains groupes aiment les desserts, tandis que d'autres préfèrent les fruits et légumes ou les mets ethniques. D'autres partagent un repas simple au début ou à la fin de chaque rencontre. D'autres mettent le budget des rafraîchissements à la disposition des participantes pour qu'elles préparent ou apportent quelque chose de spécial que les membres ne pourraient pas se payer autrement.

Si vous fournissez un service de garde, vous devrez aussi fournir un goûter sain aux enfants.

L'organisation du programme Y'a personne de parfait

RÉSUMÉ DES ÉTAPES DE L'ORGANISATION

Le recrutement des participantes

- Discutez des détails du programme avec l'organisme de mise en œuvre.
- Obtenez des noms de participantes éventuelles.
- Appelez les parents et rendez-leur visite.

Les questions d'ordre pratique

- La salle de rencontre
- La garde des enfants
- Le transport
- Les rafraîchissements

Chapitre 7 :

La planification du programme Y'a personne de parfait

- La planification du programme Y'a personne de parfait
- Déterminer les souhaits et les besoins des parents
- Tenir compte de l'évolution du groupe dans la planification du programme
- Faire un plan général du programme
- Déterminer les méthodes de suivi et d'évaluation du programme

La planification du programme Y'a personne de parfait

La planification du programme Y'a personne de parfait doit être un processus continu qui comporte plusieurs tâches fondamentales. Il faut :

- déterminer les souhaits et les besoins des parents;
- tenir compte de l'évolution du groupe dans la planification du programme;
- faire un plan général du programme;
- déterminer les méthodes de suivi et d'évaluation du programme.

Dans la réalité, il n'est pas toujours possible de respecter l'ordre de cette liste. Vous pouvez par exemple insérer dans votre plan une activité d'apprentissage qui vous est venue à l'esprit en parlant avec un parent au sujet de ses intérêts.

Déterminer les souhaits et les besoins des parents

Afin de planifier un bon programme, il faut d'abord obtenir de l'information sur les besoins et les intérêts des participantes. Puisque chaque programme est adapté à un groupe de parents, il faut que ceux-ci participent à chaque étape de la planification du programme (son contenu, son déroulement, etc.).

Lors du recrutement, une mère peut vous donner une indication très générale de ses besoins comme : « *On pourrait peut-être parler de la discipline* ». À mesure que votre relation avec elle se développe, vous pouvez l'amener à préciser davantage ce qui l'intéresse. Soyez attentive aux indices verbaux et non verbaux.

Les renseignements recueillis pendant le recrutement peuvent vous aider à planifier la première rencontre, mais il vous faudra continuer à déterminer les intérêts des parents tout au long du programme. Demandez-leur ce qu'ils veulent faire, de façon à planifier des activités appropriées pour les rencontres suivantes.

Une fois que vos rencontres ont commencé, vous pouvez demander aux participantes, au début de chaque rencontre, si elles veulent aborder un sujet particulier, différent de ceux qui ont été prévus, ou traiter d'un certain aspect d'un sujet prévu. À la fin de la rencontre, demandez-leur de vous donner des idées de sujets dont elles aimeraient discuter lors de la rencontre suivante. Des exemples suivent.

- **Dans votre introduction**, demandez aux parents si les sujets prévus les intéressent toujours et s'il y a des changements ou des ajouts qu'ils aimeraient suggérer. Les événements inattendus qui se produisent dans la collectivité peuvent être l'occasion de discuter d'un sujet d'actualité. Soyez prête à apporter des changements au programme. Supposons, par exemple, que vous aviez prévu de parler des jeux et des jouets. Or, un enfant du voisinage s'est fait renverser par une voiture : les parents s'intéressent à ce sujet préfèrent parler de sécurité. Ou encore, il y a une infestation de poux dans les écoles, ou bien il est question d'une épidémie d'une certaine maladie : les parents voudront peut-être parler de la santé de leurs enfants.
- **À la fin de chaque rencontre**, demandez aux parents s'ils ont bien obtenu tous les renseignements qu'ils voulaient. Demandez-leur de quoi ils voudraient parler la prochaine fois.

Voici quelques questions que vous pouvez poser :

- *D'après ce qui a été dit jusqu'ici, j'ai l'impression que nous pourrions passer plus de temps sur _____. Voulez-vous continuer à en parler la prochaine fois?*
- *Ce soir, nous avons parlé de _____. Avons-nous bien couvert le sujet?*
- *Y a-t-il des sujets que nous avons abordés aujourd'hui et dont vous aimeriez discuter davantage?*
- *Le sujet de notre prochaine rencontre est _____. Qu'est-ce qui vous vient immédiatement à l'esprit quand vous y pensez?*

« J'ai trouvé que c'est surtout à la fin d'une rencontre que les parents ont le plus d'idées sur ce qu'ils veulent apprendre. C'est à ce moment-là qu'ils se sentent vraiment enthousiastes et qu'ils sont le plus précis sur ce qu'ils veulent apprendre. »
– Une animatrice

Parler aux parents entre les rencontres permet aussi de se faire une bonne idée de ce qui les intéresse. Parfois, vous pouvez obtenir des renseignements sur ce qu'un parent veut apprendre en lui téléphonant pour clarifier une situation ou pour lui demander s'il vous aiderait à préparer le goûter la prochaine fois.

Avec le temps, vous connaîtrez mieux les parents. Vous pouvez découvrir des besoins qu'ils n'ont pas indiqués dans leurs conversations avec vous ou avec le groupe. Parfois, les parents sont tellement pris par les besoins de leurs enfants qu'ils oublient de penser à eux-mêmes. Ainsi, vous pouvez deviner d'après certaines remarques que la question de la discipline de l'enfant en public les préoccupe beaucoup, mais qu'ils ne se sentent pas suffisamment à l'aise pour soulever la question. Il est important de confirmer vos impressions sur les besoins des parents auprès du groupe avant de préparer vos activités.

Vous pouvez confirmer une impression en posant une question générale : « *Pensez-vous que les parents ont assez de temps pour eux-mêmes?* » ou « *Est-ce que vos enfants vous énervent quand ils font des crises en public? Nous pourrions peut-être en parler à la prochaine rencontre.* »

Vous pouvez aussi confirmer une impression en exprimant votre opinion sur un sujet : « *Parfois, je trouve que je n'ai pas assez de temps pour moi. Y a-t-il quelqu'un d'autre qui a ce problème? . . . Peut-être que nous pourrions parler de ça la prochaine fois.* » ou « *Je me souviens de ma réaction la première fois que ma fille a fait une crise au supermarché. Y en a-t-il parmi vous qui ont vécu cette expérience récemment?* »

Établir les besoins et les intérêts des parents est un processus continu qui commence au moment du recrutement et se poursuit jusqu'à la fin du programme.

Tenir compte de l'évolution du groupe dans la planification du programme

Chaque groupe a une identité et une manière de fonctionner qui lui sont propres. Pendant la durée d'un programme, votre groupe et ses membres évolueront. Soyez attentive à cette évolution et planifiez votre programme en conséquence.

Les cinq stades de l'évolution du groupe

PREMIER STADE : LE RASSEMBLEMENT

Chaque groupe est un rassemblement de personnes. Lorsque les gens se rassemblent pour la première fois, ils sont nerveux et anxieux. Ils se demandent s'ils aimeront le groupe et ils craignent de ne pas s'y intégrer. À ce stade, les participantes cherchent leurs points communs. Une méthode efficace, facile et divertissante consiste à faire des activités structurées qui donnent aux parents l'occasion de se parler et de découvrir leurs intérêts. Comme les gens sont généralement plus détendus dans un petit groupe que dans un grand, il est bon de planifier des discussions et des activités en petits groupes à ce stage.

DEUXIÈME STADE : L'OPPOSITION

En général, les participantes d'un groupe se conduisent de leur mieux quand elles rencontrent des inconnus. Elles hésitent à exprimer leur désaccord ou leur opinion jusqu'à ce qu'elles se soient fait une meilleure idée de la façon dont les autres membres du groupe sont susceptibles de réagir. Quand elles sont plus à l'aise, elles se sentent libres de s'exprimer et de trouver leur place dans le groupe.

On voit que les membres du groupe commencent à se rapprocher quand les discussions se font plus vives. Les parents commencent à dire ce qu'ils pensent vraiment et à avoir des opinions opposées. À ce stade, on dirait que le groupe ne fonctionne pas. Les gens se querellent et s'éloignent du sujet. Cette situation peut être difficile, mais c'est un stade normal de l'évolution du groupe. C'est même un bon signe.

C'est le moment de cultiver votre sens de l'humour. Profitez de l'énergie que les participantes amènent au groupe pour planifier des activités et choisir des sujets qui les encouragent à exprimer leur opinion et à prendre position. Les sujets comme la santé, la sécurité et s'occuper de soi en tant que parent donnent lieu à des discussions qui font réfléchir, sans pour autant causer la dispute au sein du groupe ni menacer la sécurité des participantes. Évitez les sujets controversés ou ceux qui font entrer les sentiments en jeu.

TROISIÈME STADE : L'APPRENTISSAGE DE LA COLLABORATION

Une fois que les participantes ont trouvé leur place au sein du groupe, elles peuvent commencer à se lier entre elles, à explorer les intérêts et les problèmes qu'elles ont en commun et à trouver des façons de collaborer et de se situer les unes par rapport aux autres. À ce stade, des activités qui permettent d'examiner les valeurs et les idées peuvent être efficaces.

QUATRIÈME STADE : L'OBTENTION DE RÉSULTATS EN TANT QUE GROUPE

À ce stade, les participantes sont à l'aise et se sentent bien dans le groupe. Elles sont prêtes à collaborer et à parler concrètement de leurs intérêts et de leurs problèmes. Des activités structurées qui font participer l'ensemble du groupe ou qui encouragent les efforts en vue d'appliquer de nouvelles idées et méthodes peuvent être efficaces. C'est le moment idéal pour présenter les techniques pour faire face aux problèmes ou traiter de questions difficiles comme la discipline.

CINQUIÈME STADE : LA SÉPARATION

Ce stade est très important et peut être difficile pour les participantes. Pour certains parents, les séparations ont toujours été liées à la colère et au rejet. De nombreuses participantes estiment que la rencontre est le moment le plus important de leur semaine, et elles ont hâte d'y assister, de voir les autres parents et de jouir du soutien du groupe. Elles ont donc beaucoup à perdre.

Au cours des dernières rencontres, faites des activités qui facilitent cette transition. Ainsi, encouragez les parents à se voir, à échanger leurs numéros de téléphone, à se donner rendez-vous à la garderie ou au centre de ressources pour les familles.

La séparation soulève des émotions complexes chez les participantes et l'animatrice. Pendant les dernières rencontres, faites des activités qui amèneront les parents à réfléchir à ce qu'ils ont vécu dans le groupe, à prendre conscience de leurs sentiments et à quitter le groupe.

« Comprendre les stades de l'évolution du groupe m'a vraiment aidée à considérer le deuxième stade [l'opposition] comme une bonne chose et à ne pas perdre espoir lorsque tout semblait tomber à l'eau. J'ai observé que chaque rencontre semblait également suivre ces étapes. »
– Une animatrice

Faire un plan général du programme

Lorsque vous établissez un plan général, vous déterminez le contenu de chaque rencontre. Vous devez pouvoir inscrire votre plan général sur une seule feuille.

Le plan général est un outil pratique qui donne à l'animatrice et aux parents une vue d'ensemble des rencontres. **Votre plan n'est pas gravé dans le roc. Le meilleur programme est celui qui change et qui évolue selon les besoins et les intérêts des parents.**

Attendez-vous à apporter de nombreux changements et ajustements à votre plan à mesure que vous avancez dans le programme et que les intérêts des participantes évoluent. Vous pouvez par exemple avoir prévu de parler de la santé et des maladies à la deuxième rencontre, mais décider de modifier votre plan quand les parents vous indiquent qu'ils ont surtout besoin d'apprendre à trouver du temps pour eux. Le plan de programme peut aider les membres du groupe à décider ce qu'ils veulent vraiment faire. Ainsi, si les participantes désirent poursuivre une discussion sur le stress lors de la prochaine rencontre, elles peuvent déterminer les sujets qui seront reportés ou abandonnés.

Il vous faudra peut-être réviser votre plan plusieurs fois au cours du programme. Un formulaire vierge de plan de programme figure au chapitre 11. Faites-en beaucoup de copies.

Le plan général que vous établissez au début d'un programme dépend :

- des intérêts et des attentes exprimés par les parents lors du recrutement;
- des directives reçues de l'organisme de mise en œuvre;
- de ce que, selon vous, les parents veulent apprendre;
- des cinq stades de l'évolution du groupe.

Pour établir le plan général :

- Faites un résumé des renseignements importants sur votre groupe – le nombre de mères et de pères célibataires, de couples, l'âge approximatif des parents (si les âges sont très différents), le nombre d'enfants de chaque âge, etc.
- Faites une liste des intérêts et des attentes des parents.
- Choisissez les sujets qui semblent les intéresser le plus et faites-en une liste.
- Classez les sujets en mettant en tête de la liste ceux qui sont le plus souvent cités.
- En tenant compte des cinq stades de l'évolution du groupe, insérez chaque sujet au meilleur moment dans votre plan.
- Notez aussi les activités qui vous viennent à l'esprit et que vous pourriez utiliser.

En établissant votre plan général, n'oubliez pas que certaines activités doivent être exécutées pendant des rencontres précises.

Pendant les premières rencontres, il faudra prévoir du temps :

- pour que les parents se rencontrent et se familiarisent avec le groupe;
- pour que les participantes consultent les livres des parents;
- pour que vous appreniez à mieux connaître les besoins et les attentes des parents;
- pour que les membres du groupe s'entendent sur la manière de collaborer.

À la deuxième et à la troisième rencontre, attendez-vous à ce que les parents commencent à :

- exprimer fermement leur point de vue;
- se quereller;
- prendre parti;
- ne pas tenir compte des décisions qu'ils ont prises comme groupe;
- rire, faire des plaisanteries, ne pas prendre les choses au sérieux ou les prendre trop au sérieux.

Au cours des rencontres suivantes, il faudrait :

- encadrer les parents moins étroitement;
- donner aux parents le temps d'approfondir leurs problèmes et d'utiliser les outils du programme Y'a personne de parfait.

Pendant la dernière rencontre, il faut que les parents aient le temps de :

- parler de ce qu'ils ont appris au cours du programme;
- construire un réseau de soutien;
- remplir un questionnaire d'évaluation;
- parler de leurs impressions générales du programme;
- dire au revoir au groupe.

Le plan général permet à l'animatrice de penser au cheminement du programme et de réunir ses idées sur les activités possibles. Il n'inclut pas tous les détails et activités de chaque rencontre. Voici un exemple d'un plan pour un ensemble de six rencontres. Le programme Y'a personne de parfait est souple, et le nombre de rencontres peut changer. Vous pouvez adapter le plan à votre programme, quel que soit le nombre de rencontres.

Exemple de plan général du programme

N'OUBLIEZ PAS que chaque plan est différent parce qu'il dépend des intérêts des participantes et du nombre de rencontres.

Rencontre 1 • Présentations, échanges pour se connaître • Attentes • Décisions de groupe sur le fonctionnement • Les documents du programme Y'a personne de parfait	**Idées :** • Faire des dessins des enfants (de la famille). • Discuter les règles – tableau à feuilles mobiles. • Comment se servir des livres (p. ex. LE COMPORTEMENT, LA SÉCURITÉ). • Avez-vous aimé la rencontre? Discussion de groupe.
Rencontre 2 • La santé générale des enfants • La prévention des maladies • Les signes de bonne santé et de maladie • Possibilités pour la garde d'enfants • Les parents qui prennent soin d'eux-mêmes	**Idées :** • Comment savoir si mon enfant est malade? (Expérience avec des enfants malades. La maladie et les situations d'urgence – jeux de rôle : quoi faire dans ces situations?) • Livre sur LE CORPS • Brassage d'idées : faire une liste des possibilités pour la garde d'enfants. • Livre sur LES PARENTS.
Rencontre 3 • Des enfants aimés et en sécurité • Des besoins différents selon l'âge • Jouets maison et bon marché	**Idées :** • Discussion : les parents doivent être aimés et en sécurité, comme les enfants. • Livre sur LES PARENTS. • Activités de pâte à modeler ensemble (apporter des emporte-pièce, etc.). • Devoir : apporter un jouet sécuritaire et peu cher fait à la maison. • Livre sur LE DÉVELOPPEMENT.
Rencontre 4 • Les causes des blessures • Comment rendre la maison sécuritaire • Réseau d'entraide	**Idées :** • Activités de dessins de la maison et d'identification (par une croix) des endroits dangereux. • Présentation par chacun de son jouet sécuritaire. • Livre sur LA SÉCURITÉ. • Identification par les parents des problèmes de comportement qui les tracassent.
Rencontre 5 • Comment aider les enfants à bien se comporter • À quoi s'attendre à chaque âge • Réseau d'entraide	**Idées :** • Brassage d'idées sur l'« enfant parfait » et le « parent parfait » • Comment faire face aux problèmes (cas précis) • Des solutions différentes à chaque âge • Livre sur LE COMPORTEMENT.
Rencontre 6 (conclusion) • Réflexion • Prochaines étapes • Évaluation • Au revoir	**Idées :** • Échanges sur ce qu'on a appris . • J'arrêterai de..., je commencerai à..., je continuerai de faire... • Maintien du contact. • Célébration, repas.

Déterminer les méthodes de suivi et d'évaluation du programme

Pour mesurer le cheminement de votre programme, vous devez effectuer :

Le suivi

Le suivi, à chaque rencontre, de ce que les parents ont appris, de ce qu'ils ont aimé et n'ont pas aimé, et des changements à apporter à vos futures rencontres.

Évaluation

L'évaluation des résultats, à la fin du programme :

les attentes des parents ont-elles été satisfaites, qu'ont-ils appris et qu'est-ce qui leur servira dans leur vie quotidienne?

Avant de commencer vos rencontres, il est bon de consulter l'organisme de mise en œuvre afin de connaître ses attentes à l'égard du suivi et de l'évaluation, et ce qui, d'après lui, constitue une méthode efficace de présentation de son programme.

Vous trouverez au chapitre 11 des feuilles de route vierges pour les rencontres et l'ensemble du programme, dont vous pouvez faire des copies. C'est une bonne façon de noter par écrit le déroulement des rencontres et du programme, les réussites, les échecs et les choses à changer. Conservez vos plans de travail et vos feuilles de route : ils vous seront utiles la prochaine fois que vous animerez le programme.

Ces notes vous feront gagner beaucoup de temps à l'avenir!

Le suivi

Faites le suivi à chaque rencontre. C'est une façon simple de prendre note du fonctionnement du groupe, de ce que les membres semblent apprécier et de ce que vous avez appris.

Certaines animatrices prennent de courtes notes sur leur plan comme aide-mémoire pour la planification de rencontres futures – par exemple, « *C'était amusant!* » ou

« Ça n'a pas marché aussi bien que je croyais parce que… » par, *« Passer plus de temps là-dessus la prochaine fois ».*

Les animatrices qui ont beaucoup d'expérience suivent un plan tout en restant flexibles. Autrement dit, elles s'adaptent aux réalités du moment. Changer de cap n'est pas un mal, bien au contraire! Vous trouverez peut-être utile pour la planification future de noter sur votre plan de rencontre les endroits où vous avez changé de cap et les raisons de ce changement.

La forme la plus courante de suivi consiste simplement à demander aux parents d'indiquer brièvement leur impression de la rencontre, à la fin de celle-ci. Vous trouverez des renseignements sur la façon de le faire au chapitre 8. Vous pouvez également utiliser des activités ou des outils pour déterminer comment les participantes se sentent par rapport au groupe. Vous trouverez des exemples au chapitre 9.

À la fin d'une rencontre, remplissez une feuille de route pendant que la rencontre est encore fraîche à votre esprit. Vous créerez ainsi un dossier du déroulement de vos rencontres.

Les renseignements sur le nombre de participantes au programme et sur ce qu'elles ont tiré sont très utiles aux personnes et aux organismes qui coordonnent et financent les programmes Y'a personne de parfait.

Une fois que le programme a pris fin, n'oubliez pas de remplir et d'envoyer les formulaires de rapport utilisés dans votre province ou territoire pour que l'on tienne compte de vos groupes.

Évaluation

Il existe de nombreuses façons simples d'évaluer les résultats d'un programme. Vous pouvez poser à vos participantes des questions précises auxquelles elles devront répondre en petits groupes. Chaque groupe peut noter ses réponses et en faire part à l'ensemble du groupe. Dans certains groupes, il peut être plus utile de demander aux participantes de remplir un simple questionnaire d'évaluation à la fin du programme.

La plupart des animatrices font l'évaluation à la dernière rencontre. (Vous trouverez les exemples de questionnaire d'évaluation au chapitre 11.)

L'évaluation consiste à vérifier trois choses :

- **Les réactions –** Quels éléments du programme les parents ont-ils plus aimés et le moins aimés?
- **L'apprentissage –** Qu'est-ce que les parents ont appris?
- **Les résultats –** Comment les parents utilisent-ils leurs nouvelles connaissances dans leur vie de tous les jours?

Vous obtiendrez des renseignements sur les réactions des parents au programme et sur ce qu'ils pensent avoir appris en les faisant participer à une activité d'évaluation ou en leur faisant remplir un questionnaire d'évaluation.

Il est plus difficile d'évaluer les résultats du programme dans la vie quotidienne des parents. Vous pouvez leur demander quelles nouvelles connaissances tirées du programme Y'a personne de parfait ils utilisent. Pour évaluer les résultats, vous devez savoir ce que les parents ont changé à la suite de leur participation au programme. Si vous voulez évaluer les résultats, discutez avec votre organisme de mise en œuvre de la bonne façon de le faire.

Remplissez une feuille de route à la fin du programme. En l'ajoutant à celles que vous avez remplies après chaque rencontre, vous pourrez profiter de vos constatations et perfectionner vos compétences d'animatrice.

NOTES

Chapitre 8 :
La planification des rencontres

- La planification des rencontres
- Établir les objectifs de chaque rencontre
- Établir un plan pour atteindre vos objectifs

La planification des rencontres

Une fois que vous avez fait le plan général de votre programme, vous pouvez planifier les rencontres. Voici les étapes de cette planification :

- établir les objectifs de chaque rencontre;
- établir un plan pour atteindre les objectifs.

Il est nécessaire d'établir un plan du programme avant le début des rencontres, mais il ne faut pas passer trop de temps à mettre au point chaque plan de rencontre, car il faudra certainement apporter des changements d'une rencontre à l'autre. Si vous planifiez trop longtemps à l'avance, vous devrez refaire beaucoup de vos plans.

Établir les objectifs de chaque rencontre

La première étape de la planification d'une rencontre consiste à fixer des objectifs, c'est-à-dire ce que vous voudriez que les participantes retirent de la rencontre.

En général, le programme Y'a personne de parfait peut avoir une influence sur ce que les parents **connaissent**, sur la façon dont ils **font** les choses et comment ils **réfléchissent** sur eux-mêmes et sur leurs enfants.

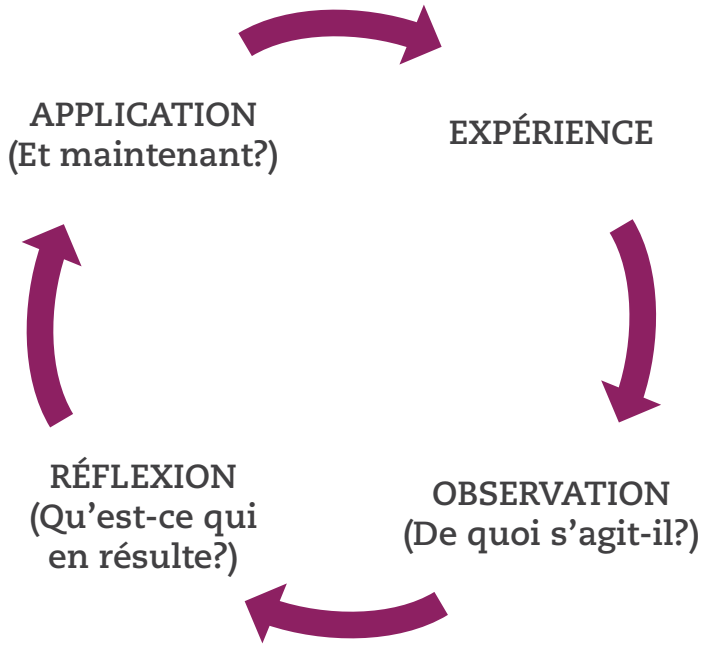
Au cours de recrutement, vous devrez commencer à réfléchir aux questions qui intéressent les parents de votre groupe. Cela vous aidera à déterminer le contenu de votre programme lorsque vous en établirez le plan général.

Quand vous planifiez vos rencontres, vous pouvez être plus précise. Prévoyez des activités et expériences liées aux questions choisies, qui donneront aux participantes l'occasion :

- d'apprendre quelque chose,
- de faire quelque chose,
- de prendre conscience de leurs pensées et de leurs sentiments à l'égard de quelque chose.

Apprendre quelque chose est un **objectif qui concerne les connaissances**; faire quelque chose est un **objectif qui concerne les habiletés**; prendre conscience de ses pensées et de ses sentiments est un **objectif qui concerne les attitudes**.

Les activités utilisées pour atteindre ces objectifs peuvent s'appuyer sur le cycle d'apprentissage par l'expérience.



Peu importe l'objectif visé, chaque activité doit être l'occasion :

- d'une **expérience**;
- **d'observer** l'expérience en détail;
- pour chacun, de **réfléchir** au sens de cette expérience;
- de trouver des façons **d'appliquer** cette prise de conscience au métier de parent et à la vie de tous les jours.

Le genre d'objectifs détermine le genre d'activités à préparer pour la rencontre.

- Les parents peuvent apprendre de nouvelles choses (objectif qui concerne les connaissances) grâce aux discussions, aux exposés, aux démonstrations et aux ressources, comme les livres du programme.
- Les parents peuvent apprendre à faire quelque chose (objectif qui concerne les habiletés) par le jeu de rôles (par exemple, en reconstituant le conflit) ou bien en s'exerçant, par exemple, à noter une liste de choses à faire pour rendre leur foyer sécuritaire et à établir un budget.
- Les parents peuvent examiner leurs pensées leurs sentiments (objectif qui concerne les attitudes) en discutant, en parlant d'une vidéo, en jouant des rôles ou en participant à des activités comme celles qui sont décrites au chapitre 9.

Essayez de choisir des objectifs variés pour chaque rencontre afin de garder l'attention de tous les parents. Une rencontre consacrée entièrement à l'acquisition de connaissances risque d'ennuyer les parents qui préfèrent partager leurs expériences. De même, une rencontre qui accorde beaucoup d'importance aux attitudes pourrait être ennuyeuse pour les parents qui veulent obtenir des renseignements pratiques dont ils ont besoin immédiatement.

Tenez également compte du stade de l'évolution de votre groupe lorsque vous concevez des activités d'apprentissage (voir le chapitre 7), car leur efficacité en dépend.

Un des objectifs du programme Y'a personne de parfait est de donner aux parents la possibilité de construire des réseaux d'entraide qui continuent après la fin des rencontres. Lors de la planification, réfléchissez à des façons d'encourager l'entraide à chaque rencontre, de façon à renforcer progressivement les liens entre les participantes.

Établir un plan pour atteindre vos objectifs

Une fois que vous connaîtrez les objectifs d'apprentissage, vous pourrez établir un plan pour aider votre groupe à les atteindre. Le plan d'une rencontre comprend les sujets qui seront abordés et les activités que vous effectuerez.

Les objectifs, le contenu et les activités de vos rencontres seront chaque fois différents, mais la structure restera toujours la même.

Chaque rencontre comprend toujours trois parties : le début (introduction), le milieu (partie principale) et la fin (conclusion).

Début (introduction)

Les premières minutes de chaque rencontre permettent aux participantes de s'installer et d'oublier un peu la maison. Des activités du réchauffement et un retour rapide sur ce qui a été dit la semaine précédente peuvent aider à retrouver le fil des idées. Quand vous encouragez les parents à réfléchir à leurs expériences entre les rencontres puis à en parler en groupe, vous invitez tout le monde à s'entraider. L'introduction permet aussi de parler de l'ordre du jour. Elle établit l'atmosphère de la rencontre et donne aux parents la possibilité de faire plus ample connaissance et de trouver leur place dans le groupe.

Milieu (partie principale)

Le milieu de la rencontre occupe la majeure partie du temps. C'est pendant cette partie que vous et les participantes parlerez des sujets, prendrez part à des discussions, pratiquerez et les compétences et effectuerez les activités.

Fin (conclusion)

La fin de chaque rencontre est le moment de résumer les principaux points traités et de demander aux parents de vous dire ce qu'ils ont appris. Vous pouvez en profiter pour demander aux participantes ce dont elles voudraient parler à la rencontre suivante.

Tout comme chaque activité, chaque rencontre peut suivre le cycle d'apprentissage par l'expérience. La rencontre est l'expérience, et la conclusion donne aux participantes la possibilité d'observer ce qui s'est passé, d'y réfléchir, de comprendre ce que cela signifie pour elles et de penser à la façon de mettre en application ce qu'elles ont observé et compris.

Une bonne conclusion facilite la transition vers la maison et donne aux participantes l'envie d'assister à la rencontre suivante.

L'introduction de la rencontre

L'introduction comprend généralement les éléments suivants :

- Accueil
- Activités de réchauffement
- Récapitulation
- Préparation au sujet du jour

Accueil

L'atmosphère de la rencontre dépend en partie de l'agencement de la salle et de la façon dont vous recevez les membres du groupe. Une boisson chaude, une friandise, une odeur agréable, des fleurs ou des décorations invitant à la réflexion peuvent être des façons de souhaiter la bienvenue.

Réchauffement

Une activité divertissante et vivante qui amène au sujet du jour permet aux participantes d'oublier le stress de leur journée et d'accorder toute leur attention au groupe. On trouvera des exemples d'activités de réchauffement au chapitre 9.

Récapitulation

Faites un tour de table avant ou après votre activité de réchauffement pour permettre aux participantes de réfléchir à la semaine écoulée, éventuellement de parler des « devoirs » qu'elles avaient choisis et des résultats obtenus, ou d'évoquer ce qu'elles ont laissé à la porte pour se consacrer pleinement au groupe.

Certaines voudront peut-être en profiter pour soulever des questions laissées de côté lors des rencontres précédentes. Interrogez rapidement les participantes de façon à ne pas trop raccourcir la partie principale.

Préparation au sujet du jour

La préparation peut prendre des formes très variées. Vous pouvez parler des nouvelles, raconter une anecdote, montrer une image, rappeler aux participantes comment le sujet du jour a été choisi ou bien faire référence aux étapes précédentes, si elles sont liées au sujet.

Planifier la partie principale de la rencontre

La partie principale prend plus de la moitié de votre temps, tant pour la préparation que pour la rencontre elle-même. C'est à ce moment que vous abordez les sujets dont vous avez convenu avec les parents et que vous travaillez à la réalisation de leurs objectifs.

Étant donné que les adultes apprennent mieux lorsqu'ils participent activement, vous consacrerez surtout la partie principale à des activités qui leur donnent

quelque chose à faire ou qui les amènent à discuter. Vous trouverez des renseignements et des conseils sur les activités d'apprentissage au chapitre 9.

Beaucoup d'animatrices qui commencent à travailler au programme ont peur de ne pas pouvoir remplir toute la période dont elles disposent – deux heures peuvent sembler durer une éternité. Les animatrices expérimentées ont un autre problème : elles n'ont jamais assez de temps. Les deux heures semblent passer à toute allure. L'erreur la plus courante des nouvelles animatrices consiste à trop remplir les rencontres. Il est très facile de sous-estimer le temps dont un groupe peut avoir besoin pour effectuer une activité et de surestimer le temps dont on dispose.

Certaines activités prennent plus ou moins de temps que d'autres. Les groupes de parents travaillent à des vitesses différentes. Certains voudront passer beaucoup de temps sur quelques sujets. D'autres voudront aborder de nombreux sujets rapidement. À mesure que vous prendrez de l'expérience, vous serez plus capable de déterminer précisément combien de temps un groupe donné passera sur chaque activité. Il vous sera aussi utile de noter sur vos plans de rencontre ou sur vos feuilles de combien de temps les activités ont duré. Cela vous aidera à planifier vos rencontres futures.

La souplesse est la clé du succès. Ainsi, vous trouverez parfois que, pour répondre aux besoins du groupe, il vous faut changer dès le début le contenu et les activités de la rencontre que vous aviez soigneusement planifiée. Ou bien vous vous apercevrez que les membres du groupe n'aiment pas les activités prévues. Dans ce cas, vous devrez vous arrêter, leur demander ce qui se passe et faire autre chose.

Pour préparer une rencontre équilibrée et bien organisée :

- Choisissez des sujets et des objectifs d'apprentissage correspondant aux souhaits et aux besoins des participantes.
- Utilisez des activités d'apprentissage qui encouragent les parents à participer.
- Choisissez différents types d'activités d'apprentissage pour que la rencontre soit variée et intéresse les parents qui apprennent différemment.
- Assurez-vous que vos activités d'apprentissage suivent le cycle d'apprentissage par l'expérience.
- Assurez-vous d'avoir assez de temps pour traiter à fond les sujets qui intéressent le plus les parents. Évaluez le temps nécessaire pour chaque activité d'apprentissage et établissez un horaire de la rencontre. Soyez consciente de l'heure, tout en faisant en sorte que les participantes pensent qu'elles n'ont pas besoin de se dépêcher.

Planifier la conclusion de la rencontre

En général, la conclusion comprend les activités suivantes :

- Le résumé
- La réflexion
- Le suivi
- La prochaine rencontre
- Le soutien continu

Cela peut sembler beaucoup, mais chaque activité ne devrait pas durer plus de quelques minutes.

Le résumé

Chaque rencontre suit le modèle du cycle d'apprentissage par l'expérience, et la conclusion donne aux parents l'occasion d'observer ce qui s'est passé, d'y réfléchir et de mettre en application ce qu'ils ont appris. Le résumé leur permet de se rappeler de ce qui s'est produit au cours de la rencontre.

Votre résumé doit être bref. Vous devez simplement insister sur les points les plus importants. Si votre

résumé est long et compliqué, il sera difficile pour les parents de retenir les points essentiels.

La réflexion

Il est important de donner aux parents le temps de réfléchir sur ce qu'ils ont appris et vécu pendant la rencontre, et de penser à la façon dont ils peuvent utiliser ces connaissances dans la vie de tous les jours. Cette activité vous permettra également de déterminer si vous avez atteint les objectifs fixés pour la rencontre.

Voici quelques questions que vous pouvez poser pour stimuler la réflexion :

- *Lorsque vous pensez à la rencontre de ce soir, qu'est-ce qui vous a frappé le plus?*
- *D'après vous,*
  - *y a-t-il une chose que vous pourriez arrêter de faire?*
  - *y a-t-il une chose que vous pourriez commencer à faire?*
  - *y a-t-il une chose que vous pourriez continuer de faire?*
- *Y a-t-il une chose que vous avez apprise aujourd'hui que vous êtes sûres de faire cette semaine?*

Le suivi

Le suivi est une sorte de vérification sans formalité qui se fait à la fin de chaque rencontre. Il s'agit d'obtenir une réaction immédiate qui vous aidera à améliorer vos rencontres. Ce genre de réaction peut être utile pour déterminer ce que les parents pensent de la rencontre.

Certaines participantes peuvent avoir de la difficulté à formuler des commentaires de vive voix de peur de vous critiquer. Elles peuvent avoir peur de vous blesser ou de vous fâcher en faisant des commentaires négatifs.

Dès la première rencontre, discutez du but de l'évaluation et du suivi pour que les parents en comprennent l'importance. Vous pouvez souligner que les commentaires constructifs vous aident à adapter les activités aux besoins des parents.

Voici quelques exemples de questions de suivi :

- *Quelle partie de notre rencontre avez-vous le plus aimée?*
- *Quelle partie de notre rencontre avez-vous le moins aimée?*
- *Quelle partie de la rencontre avez-vous trouvée utile?*
- *Qu'avez-vous appris ou redécouvert aujourd'hui?*
- *Qu'est-ce qui pourrait rendre nos rencontres encore plus utiles?*

N'oubliez pas que vous évaluerez l'ensemble du programme à la conclusion de la dernière rencontre.

La prochaine rencontre

Dans cette partie de la conclusion, vous rappelez aux parents l'heure et l'endroit de la prochaine rencontre, et vous leur demandez ce qu'ils veulent y faire.

Pour encourager les parents à contribuer au contenu de la rencontre suivante, vous pouvez leur poser les questions suivantes :

- *Y a-t-il un sujet sur lequel vous aimeriez revenir la prochaine fois?*
- *En me fiant aux sujets que vous avez proposés, voici ce que j'avais prévu pour la prochaine rencontre. Sur quel sujet devrions-nous passer le plus de temps?*

- *Y a-t-il d'autres sujets dont vous aimeriez discuter à la prochaine rencontre?*
- *D'ici notre prochaine rencontre, pourriez-vous regarder le livre sur LA SÉCURITÉ? Pourriez-vous y trouver des illustrations ou des sujets dont nous pourrions discuter à la prochaine rencontre?*

Le soutien continu

Un des buts du programme Y'a personne de parfait est d'encourager les parents à rester en contact entre les rencontres et même lorsque le programme est terminé. Les activités qui font en sorte qu'ils s'entraident ou restent en contact contribuent à la réalisation de cet objectif. Vous pouvez effectuer ces activités tout au long du programme en insistant plus particulièrement sur cet aspect au cours des dernières rencontres.

Il y a de nombreux moyens de faciliter le soutien entre les parents du groupe :

- Demandez aux parents d'échanger leurs numéros de téléphone (à moins que les décisions de groupe prises au début ne l'interdisent).
- Demandez aux parents de former des équipes de deux et de faire ensemble un devoir au téléphone. De cette façon, ils auront une bonne raison de se téléphoner.
- Établissez une chaîne téléphonique. Chaque parent doit téléphoner à un autre parent pour lui rappeler l'heure et l'endroit de la prochaine rencontre.
- Pendant les rencontres, cherchez des moyens par lesquels les participantes peuvent s'entraider. Elles peuvent par exemple échanger des recettes ou discuter d'un problème commun.
- Prenez le temps de renforcer verbalement ce que les gens ont en commun. Un commentaire comme : « Michelle a remarqué ça aussi » pourrait encourager les parents à s'entraider.
- Lors des dernières rencontres, vous pouvez étudier à fond les moyens que les participantes peuvent prendre pour maintenir un réseau de soutien après la fin du programme.

Résumé du plan des rencontres

Introduction

- Accueil, récapitulation et commentaires
- Activité de réchauffement (liée au sujet si possible)
- Présentation du sujet

Partie principale

- Activité ou expérience pour introduire le sujet
- Discussion du sujet

Conclusion

- Résumé
- Réflexion
- Suivi
- Prochaine rencontre
- Soutien continu

Cette structure est aussi celle de votre programme. La première rencontre est l'introduction, et la dernière est la conclusion; les rencontres intermédiaires sont la partie principale. La structure et l'objectif de la première et de la dernière rencontre sont donc différents.

Planifier la première rencontre

La première rencontre est entièrement consacrée à l'introduction de votre programme. Sa partie principale est courte, mais sa conclusion constitue une longue introduction à la rencontre suivante.

La première rencontre comprend les éléments suivants :

- Accueil et présentations
- Le premier contact
- Les attentes
- Création d'un climat de bien-être et de sécurité : décisions de groupe
- Introduction au programme Y'a personne de parfait
- La prochaine rencontre
- Conclusion

Accueil et présentations

Les participantes au programme Y'a personne de parfait peuvent se sentir mal à l'aise en groupe ou ne pas être certaines de vouloir participer; il est donc important de les accueillir individuellement et de rétablir le contact que vous avez créé lors de votre première conversation.

> La disposition de la salle est une des façons de donner le ton. Ressemble-t-elle trop à une salle de cours? Est-elle chaleureuse et attrayante? Son odeur est-elle accueillante (café, jus de pomme chaud)? A-t-elle un centre d'attention visuel? Quels sons accueillent les parents? Y a-t-il de la musique (de leur culture, apaisante)? Les participantes voient-elles où elles doivent s'asseoir et ce qu'elles doivent faire (prendre un café, écrire leur nom sur une étiquette d'identification)?
>
> Accueillez les participantes, invitez-les à prendre place et présentez-vous à nouveau. Donnez des détails sur votre vie que les parents peuvent avoir en commun avec vous.

Le premier contact

En règle générale, les gens aiment bien ne pas être obligés de se présenter ou de présenter d'autres personnes à un groupe avant d'avoir parlé à quelques personnes. Quelques plaisanteries détendront l'atmosphère. Une ou deux activités structurées qui amènent les participantes à discuter en petits groupes de choses plaisantes et qui les intéressent leur permettront d'apprendre à se connaître et à trouver leurs points communs avant de se présenter à l'ensemble du groupe. Cette partie de la première rencontre peut durer 45 minutes ou plus et ne doit pas donner l'impression de brusquer les choses. Elle est essentielle à la formation du groupe.

Les attentes

Lors de la première rencontre, il est utile de donner aux participantes la possibilité de revoir ce qu'elles attendent du groupe et les sujets dont elles aimeraient discuter, les choses qu'elles veulent apprendre ou les questions qu'elles veulent poser d'ici la fin du programme. Faites une liste au tableau et ajoutez-y les suggestions au fur et à mesure.

Création d'un climat de bien-être et de sécurité : décisions de groupe

Il est important de prendre des décisions du groupe dès la première rencontre et de trouver un moyen pour que les participantes s'en souviennent pendant les rencontres suivantes. Vous pouvez les y aider en imprimant les décisions sur des feuilles décorées avec des dessins en couleur et des illustrations découpées dans des magazines, puis en les affichant pendant les rencontres.

La conversation peut être un moyen très efficace de s'entendre. Par exemple :

« Nous allons passer du temps ensemble, alors trouvons ce qui pourrait nous mettre à l'aise. Par exemple, que ferons-nous si une personne arrive en retard? Devons-nous l'attendre ou commencer et l'accueillir quand elle arrivera? »

Le groupe voudra peut-être aussi s'entendre sur ces autres questions :

- Que faire si la personne qui parle se fait interrompre?
- Que faire si une personne n'appartenant pas au groupe vous entend parler de ce qui s'est passé pendant une des rencontres?
- Que faire si quelqu'un veut fumer pendant une rencontre?

- Qu'est-ce qui vous mettrait à l'aise et vous donnerait un sentiment de sécurité dans ce groupe?

Les membres du groupe doivent convenir de ce qu'il faut faire si quelqu'un signale qu'un enfant est maltraité ou en danger. Les lois provinciales exigent que l'on signale les cas de mauvais traitements. Il est important de le dire aux participantes, non pour les menacer, mais afin d'aider les parents et les enfants qui se trouvent dans cette situation. Par exemple :

« Encore récemment, nous n'avions pas de lois pour protéger les enfants. Nous en avons maintenant parce que les enfants, c'est important. Ces lois disent que tout adulte qui sait ou soupçonne qu'un enfant est victime de mauvais traitements ou en danger doit le dire. Que faire pour respecter cette obligation dans notre groupe? »

Introduction au programme Y'a personne de parfait

Voici un exemple de brève introduction au programme :

« Ce groupe s'adresse aux jeunes parents qui ont des enfants d'âge préscolaire. On y parlera de ce que vous voulez, par exemple, de la difficulté d'être parent et de vivre sa vie, du partage des responsabilités entre les parents qui ont des idées différentes sur l'éducation des enfants, des besoins des bébés ou des tout-petits ou des autres difficultés que nous pouvons avoir. Ce programme est offert partout au Canada par les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux, qui prouvent ainsi qu'ils sont conscients de l'importance des jeunes parents. Vous ne vous inscrivez pas à ce programme parce que vous en avez besoin ni parce que vous y êtes obligés. Ce programme ne donne pas les « bonnes » réponses; il vous donne la possibilité de réfléchir à ce que nous faisons comme parents, à ce que nous voulons faire et à ce qui pourrait nous aider. »

La prochaine rencontre

Voici une façon d'introduire le sujet de la rencontre suivante :

« Les sujets les plus intéressants semblaient être… Comme nous commençons seulement à faire connaissance, j'ai pensé que nous pourrions parler de… lors de notre prochaine rencontre. De quoi devons-nous absolument parler? Quels aspects de ce sujet vous intéressent tout particulièrement? »

Dans les premiers temps, évitez de donner un trop grand choix de sujets. Certains sujets sont plus faciles à aborder après plusieurs rencontres.

Planifier la rencontre finale

La dernière rencontre constitue la conclusion de votre programme. Elle commence par une introduction, mais la majeure partie du temps est consacrée à la conclusion.

Voici les éléments de la dernière rencontre :

- Accueil
- Réchauffement
- Récapitulation
- Préparation à la conclusion
- Résumé de ce que l'on a appris au cours de rencontres précédentes
- Évaluation
- Soutien continu
- Reconnaissance les unes des autres
- Prise de conscience des sentiments
- Célébration

Plan de travail de la première rencontre

Vous trouverez des plans de travail au chapitre 11 à la page 185. Faites-en beaucoup de copies.

Le plan de travail qui suit vous donne une idée de ce qui se passe pendant une rencontre et du temps qu'une animatrice prévoit pour chaque activité.

Le plan vous aide à évaluer ce que vous pouvez faire en une rencontre et à ne pas perdre la notion du temps. Il n'est pas nécessaire de tenir compte du temps à la minute près. Quand vous planifiez une rencontre, pensez au temps que vous avez, sans trop insister. Si vous révisez votre plan et que vous écourtez chaque activité pour pouvoir en faire plus, c'est sûrement parce que vous essayez de trop remplir votre rencontre.

N'oubliez pas que la souplesse est la clé. Si les parents participent activement à une discussion ou à une activité importante pour eux, ne les interrompez pas uniquement pour respecter votre emploi du temps.

Le plan de travail ne peut pas refléter la dimension humaine d'une rencontre : le plaisir, les interactions, l'humour et les sentiments de valorisation que les parents découvrent dans le programme Y'a personne de parfait et qui constituent les véritables récompenses du travail d'animatrice!

Plan de travail d'une rencontre

Rencontre nº 1 (2 heures)

Date : _____

Objectifs d'apprentissage :

Les parents auront l'occasion :

1. d'apprendre à connaître les autres membres du groupe;
2. de se divertir;
3. d'apprendre le nom de toutes les participantes;
4. de dire ce qu'ils attendent du groupe;
5. de prendre des décisions pour rendre le groupe rassurant et agréable;
6. de prendre connaissance des sujets choisis par les membres du groupe;
7. d'apprendre, au moment de la conclusion, ce qu'est le cycle d'apprentissage par l'expérience.

Durée	**Sujet**	**Activités**	**Livres du programme Y'a personne de parfait**	**Matériel Ressources Rappel**
30 minutes	Accueil et présentations	• Brève présentation des animatrices • Activité pour apprendre à se connaître – BINGO • OBSERVATION des points communs		Idées pour le BINGO : une certaine vedette du rock ou du cinéma, née dans un certain pays ou dans une certaine ville. Rendre l'activité amusante.
40 minutes	Décisions de groupe Liste des souhaits	• Discussion • Brassage d'idées		• Tableau à feuilles mobiles et marqueurs • Ne pas oublier les exemples quand on parle de confidentialité, des fréquentations si le groupe est mixte, du signalement des mauvais traitements ou de la négligence envers les enfants.
15 minutes	PAUSE	• Café, thé, trempette de légumes, biscuits		• Amener les recettes des plats.
10 minutes	Sujets à souligner	• Liste par ordre d'importance pour le groupe. Choisir le sujet de la semaine prochaine en fonction du plan et du stade d'évolution du groupe.		• Tableau à feuilles mobiles
15 minutes	Cycle d'apprentissage par l'expérience	Présenter le cycle d'apprentissage par l'expérience en demandant aux parents ce qu'ils ont observé, ce qu'ils ont compris et ce qu'ils feront autrement.		Ne pas *enseigner* durant la première rencontre, introduire le programme par une conversation détendue.
10 minutes	Conclusion	Tour de table des participantes		Qu'est-ce qui vous a surpris dans le groupe d'aujourd'hui? Qu'est-ce que vous attendez la semaine prochaine?

Conseils d'animatrices pour planifier la première rencontre

- Donnez à tout le monde le temps d'apprendre à se connaître en petits groupes avant de leur demander de parler à l'ensemble du groupe.
- Faites en sorte que la prise de contact soit l'occasion de se divertir.
- Donnez l'impression que vous avez beaucoup de temps. Ne brusquez pas les choses et ne remplissez pas trop la première rencontre.
- Concentrez-vous sur l'expérience et les choix des participantes. Elles sauront ainsi que le programme n'est pas comme l'école.

Chapitre 9 :
Activités et outils

- Activités de groupe
- Outils d'apprentissage
- Le tour de table
- Le brassage d'idées
- Les jeux
- Les questions
- La discussion
- Le jeu de rôle
- La façon d'aborder les problèmes
- L'exposé
- Quelques exemples d'activités d'apprentissage
- Exemples d'activités pour commencer une rencontre
- Exemples d'activités de suivi
- Utilisation de la documentation du programme Y'a personne de parfait

Activités et outils

Activités de groupe

L'activité d'apprentissage est un outil que l'animatrice utilise pour créer un milieu dans lequel les parents peuvent atteindre leurs objectifs d'apprentissage. Une bonne activité d'apprentissage fait participer les parents activement. Elle les aide à reconnaître leurs compétences, à les utiliser et à en acquérir de nouvelles.

Pour utiliser les activités d'apprentissage de façon efficace, l'animatrice doit être préparée et souple. Préparée, parce qu'il faut faire un effort de réflexion et de planification pour choisir ou concevoir des activités d'apprentissage que chaque groupe de parents pourra mettre à profit de façon agréable. Souple, parce que vos activités préparées ne se dérouleront pas toujours de la façon prévue et qu'il vous faudra improviser et changer de direction rapidement. Être souple signifie entre autres éviter de trop compter sur un seul type d'activité.

Ce chapitre présente des outils et des exemples d'activités pour vous aider à démarrer. Souvenez-vous qu'il vous faudra adapter toutes ces activités et en créer beaucoup d'autres en fonction de votre situation particulière et pour répondre aux besoins et aux intérêts des parents avec lesquels vous travaillez. L'activité que vous utilisez peut suivre le cycle d'apprentissage par l'expérience, qui permet aux participantes d'observer une expérience, d'y réfléchir et de la mettre en application.

Bien que les activités et outils du présent chapitre puissent être adaptés aux rencontres individuelles, ils sont présentés ici comme s'ils étaient utilisés avec un groupe.

Essentiellement, un « groupe » se compose de deux personnes ou plus. La plupart des groupes du programme Y'a personne de parfait réunissent de six à douze participantes. Toutefois, pour permettre à chacun de s'exprimer et pour diversifier vos plans de rencontre, il peut être avantageux de diviser le groupe en unités plus petites. Vous pouvez demander aux parents de former leurs propres petits groupes ou encore les former vous-même au hasard; par exemple, toutes les participantes qui sont nées entre janvier et juin forment un groupe, et celles qui sont nées entre juillet et décembre forment l'autre. Peu importe la méthode que vous choisissez, il est important, surtout dans les premiers temps, de veiller à ce que les parents participent à différents groupes et non toujours au même.

La plupart des animatrices commencent et terminent leurs rencontres en rassemblant tous les parents en un grand groupe. À d'autres moments, les petits groupes donnent aux parents plus d'occasions de se parler et d'échanger sur leurs expériences.

Les groupes peuvent être répartis de différentes manières :

- **Solo :** le parent travaille seul
  - > pour noter ses idées;
  - > pour réfléchir un sujet.
- **Groupes de deux ou trois personnes :** deux ou trois parents travaillent ensemble
  - > nombre idéal pour brasser des idées, discuter d'une question précise, faire un exercice, pratiquer une habileté, échanger sur des expériences personnelles;
  - > nombre idéal pour aider les parents à parler dans un groupe.
- **Groupes de quatre à six personnes :** les parents travaillent dans des groupes assez grands
  - > pour faire un exercice, un exposé, un jeu de rôle ou répondre à des questions;
  - > pour permettre aux parents d'entendre plusieurs points de vue sur un sujet; quatre à six personnes constituent ici un très bon nombre.
- **Un seul groupe :** tous les parents travaillent ensemble
  - > quand vous voulez présenter quelque chose ou décrire une tâche;

- quand vous prenez des décisions sur le fonctionnement du groupe, et quand vous commencez ou terminez une rencontre;
- lors des dernières rencontres, pour favoriser le soutien mutuel.

Avant de laisser le grand groupe se diviser, assurez-vous que vos directives sont claires.

- Préparez la discussion ou expliquez le sujet dont il est question.
- Assurez-vous que tout le monde a bien compris ce qu'il faut faire. Ne supposez pas que les participantes ont compris vos instructions. Donnez-vous du temps pour expliquer et répondre aux questions.
- Dites aux groupes combien de temps ils ont.
- Au besoin, vous pouvez demander à chaque groupe de se préparer à donner un compte rendu de sa discussion devant le grand groupe.
- Vous pouvez passer un certain temps avec les petits groupes afin de les aider, au besoin.

Conseils d'animatrices pour travailler avec les petits groupes

- La plupart des gens parlent habituellement avec plus de facilité devant deux ou trois personnes que devant un grand groupe, surtout s'ils ne se connaissent pas encore. Les petits groupes sont donc plus productifs et aident les parents à faire connaissance.
- Plus le groupe est nombreux, plus la participation de chaque parent est réduite.
- Assurez-vous que le sujet et l'objectif du petit groupe sont très clairs. Dans le cas contraire ou si les parents ne sont pas intéressés ou motivés, les discussions peuvent tourner au bavardage.
- N'intervenez pas une fois que les petits groupes fonctionnent. Quand vous êtes sûre que tout le monde a bien compris, il vaut mieux ne pas intervenir avant que le groupe ait terminé, à moins qu'un problème ne se présente. Vous pouvez décider d'intervenir si vous remarquez qu'ils ont terminé ou qu'ils ne progressent plus. Souvenez-vous de respecter l'intégrité du groupe et participez au minimum.
- Demeurez à la disposition des petits groupes pendant qu'ils travaillent au cas où ils voudraient vous inviter à participer.

Outils d'apprentissage

Plusieurs outils d'apprentissage de base sont utilisés pour créer la plupart des activités :

- Le tour de table
- Le brassage d'idées
- Les jeux
- Les questions
- La discussion
- Le jeu de rôle
- La façon d'aborder les problèmes
- L'exposé

Vous pouvez utiliser un ou plusieurs de ces outils pendant une rencontre ou pour présenter un sujet donné. Par exemple, si *l'objectif* est de reconnaître les premiers signes de maladie, les maladies courantes chez les enfants et d'apprendre à décider quand il faut aller chez le médecin ou à l'urgence, vous pouvez commencer par **un brassage d'idées** sur les premiers signes de maladie, suivi d'une discussion sur les maladies des enfants et sur ce que les symptômes nous disent de la maladie. De petits groupes de trois ou quatre parents pourraient discuter de ce qu'ils peuvent faire pour soulager les symptômes de leurs enfants. À ce moment-là, vous pouvez consulter le livre sur LE CORPS afin d'apprendre à l'utiliser comme ressource. Pour terminer l'activité, vous pourriez faire **un tour** de table pour permettre à chaque participante de dire ce qu'elle voudrait retirer de cette activité pour l'utiliser à la maison.

En faisant cette activité d'apprentissage, vous utilisez trois outils de base : le brassage d'idées, la discussion et le tour de table, plus un document du programme, le livre sur LE CORPS.

Pensez à tous les outils qui sont décrits ici et souvenez-vous d'en utiliser plusieurs. Souvenez-vous aussi de ceci :

- Aucun outil ni aucune méthode n'est parfait. Une activité peut très bien être adaptée à un domaine et être tout à fait inadaptée à un autre. Ou encore, une activité peut fonctionner très bien avec un groupe et échouer complètement avec un autre groupe.
- Chaque outil doit être adapté aux besoins des parents de votre groupe. Par exemple, vous devez tenir compte du niveau d'instruction des parents de votre groupe, de leur âge, de leurs origines et d'autres facteurs lorsque vous décidez si une activité d'apprentissage serait efficace pour eux.

Chaque parent apprend à sa façon. Il est important d'utiliser une variété d'activités dans chaque rencontre afin de maintenir l'intérêt et la participation de tout le monde.

Lorsque vous choisissez vos activités, **n'oubliez pas de calculer combien de temps elles dureront**. Pensez à la durée de vos rencontres. Certaines activités prennent

plus de temps que d'autres. Si les parents participent à fond à une activité, ne les interrompez pas juste pour respecter votre plan. Mais si les participantes mettent trop de temps à exécuter une activité, il faut leur demander comment elles envisagent de procéder. L'expérience vous apprendra quelles activités demandent le plus de temps. Toutefois, même les animatrices expérimentées doivent montrer de la souplesse lorsqu'une activité prend plus de temps que prévu.

Le tour de table

Dans le tour de table, chaque membre du groupe répond à une question précise à tour de rôle.

Le but du tour de table est de donner à tout le monde l'occasion de participer. Il permet aux parents timides de parler et encourage les parents bavards à écouter. Dans un tour de table :

- chacun parle à son tour. Personne n'intervient et personne n'interrompt la personne qui a la parole;
- chaque personne prend à peu près le même temps pour s'exprimer. (Demandez aux participantes d'être brèves, sinon le tour de table peut prendre beaucoup de temps.)

Un tour de table est un moyen efficace de recueillir des opinions et des réactions avant de commencer une discussion. C'est un exercice structuré qui aide les gens à se connaître et à s'habituer à parler devant un groupe. Par exemple, lors de la première rencontre, les parents peuvent se présenter au moyen d'un tour de table.

Un tour de table peut être efficace lorsqu'il y a beaucoup de bavardage dans un groupe, car il permet à tout le monde de participer. Il est également utile dans un groupe qui compte des participantes très timides ou très bavardes.

Vous pouvez vous servir d'un tour de table pour une activité de réflexion lors de la conclusion de votre rencontre. Le tour de table est un moyen rapide et facile de faire participer tout le monde.

Bien que chaque participante soit invitée à s'exprimer à tour de rôle, elle peut passer son tour ou parler à la fin.

Conseils d'animatrices pour le tour de table

- Demandez à une personne qui se sent à l'aise de commencer le tour de table. Demandez qui est prête à commencer.
- Le tour de table peut être un outil efficace pour l'étape de la récapitulation et des commentaires et pour la conclusion.
- Le tour de table peut-être un moyen de donner à chacune l'occasion de s'exprimer.

Le brassage d'idées

Le brassage d'idées est un outil qui permet d'obtenir beaucoup d'idées et de suggestions. Il encourage les parents à participer activement et à produire de nombreuses idées. Les idées peuvent servir de point de départ à une discussion productive ou à une autre activité. Le brassage d'idées peut aussi être très amusant!

Le but de cette technique est de recueillir autant d'idées que possible en peu de temps, pas plus de deux ou trois minutes. Les idées peuvent être utilisées de plusieurs manières. Elles fournissent un choix de sujets de discussion ou aident à régler un problème.

Cet exercice peut être fait dans un groupe de n'importe quelle taille. Voici comment animer un brassage d'idées :

- Expliquez aux parents le but de l'activité.

  « Nous allons prendre quelques minutes pour voir combien d'idées vous pouvez trouver sur les goûters santé que les petits enfants aiment manger. Vous pourrez en parler par la suite. »

- Inscrivez le sujet sur un tableau et assurez-vous que tout le monde comprend bien ce que vous cherchez.
- Demandez à tout le monde de donner des idées, même si elles semblent bizarres. Encouragez toutes les participantes à dire leurs idées dès qu'elles en ont.
- Inscrivez toutes les suggestions sur un tableau, sans changer les mots. Ne les reformulez pas.

Après avoir écrit toutes les suggestions ou idées, vous pouvez animer une discussion ou une autre activité à partir des idées que vous avez recueillies.

Conseils d'animatrices pour le brassage d'idées

- Travaillez vite.
- Écoutez toutes les idées.
- Inscrivez mot à mot ce qui a été dit.

N'oubliez pas que le commentaire ne fait pas partie du brassage d'idées.

Les jeux

Les jeux permettent aux parents d'apprendre en s'amusant. Ils sont utiles pour créer une bonne atmosphère et permettent de donner de l'énergie aux participantes.

Certaines participantes n'ont peut-être jamais joué avec des adultes quand elles étaient petites. Peut-être n'ont-elles pas de bons souvenirs des jeux de compétition de leur enfance. En utilisant les jeux comme activités, les participantes peuvent découvrir combien ils peuvent être amusants, ce qui peut les encourager à jouer avec leurs enfants. Les jeux peuvent être utiles pour travailler avec tous les parents, y compris ceux qui ne sont pas très instruits.

Dans la mesure où c'est possible, choisissez ou concevez un jeu qui fasse collaborer les parents au lieu de les faire entrer en compétition.

Vous pouvez choisir des jeux pour un sujet particulier, comme le montrent les exemples suivants.

- **Assemblage d'un casse-tête.** Trouvez ou faites une grande illustration qui montre quelque chose dont vous voulez parler et coupez-la pour faire un casse-tête. Donnez une pièce à chacun et demandez à tout le monde de travailler ensemble pour reconstituer le casse-tête, sur le sol ou sur la table. Puis discutez de l'illustration. Une autre version de cette activité consiste à donner à quelqu'un la moitié d'une illustration et à lui demander de trouver la personne qui a l'autre moitié.
- **Chasse au trésor.** Il faut que vous ayez des indices numérotés qui portent sur un thème, par exemple *« Je suis un endroit qui sert souvent à conserver des produits de nettoyage qui ne sont pas sécuritaires pour les enfants »* (sous l'évier de la cuisine). Chaque indice mène à un autre et les participantes collaborent pour découvrir le sens de chaque indice. Le dernier indice peut mener au « trésor » – quelque chose à manger ou à partager ensemble (par exemple, des paquets de savon de bain, du thé, des biscuits). Un autre type de chasse au trésor peut aussi servir à briser la glace ou comme activité de réchauffement. *« Trouvez quelqu'un qui sait faire des gaufres », « Trouvez quelqu'un qui sait conduire une moto », « Trouver une personne qui s'est occupée un peu d'elle-même aujourd'hui ».*

Plusieurs jeux sont décrits à la section sur les activités de réchauffement, notamment :

- Les chaises musicales adaptées
- Puis-je?
- Devinez qui c'est
- Savez-vous planter des choux?

Conseils d'animatrices pour les jeux

- Soyez créative. Inventez de nouveaux jeux et modifiez les jeux connus.
- Concevez des jeux en insistant sur l'aspect du plaisir et non pas sur la victoire ou la « bonne » réponse.
- N'utilisez pas le terme « jeu » (comme dans « *Nous allons jouer maintenant* »). Les participantes, en particulier les plus jeunes mères, peuvent avoir une réaction négative si l'activité leur paraît enfantine.
- Les jeux peuvent être la partie « Expérience » du cycle d'apprentissage fondé sur l'expérience.

Les questions

Dans les groupes du programme Y'a personne de parfait, les types de questions posées par l'animatrice et la façon dont elle les pose mettent les participantes à l'aise et renforcent la confiance dans le groupe, ce qui est essentiel à la méthode axée sur les participantes.

Les animatrices posent des questions pour plusieurs raisons :

- pour inviter la participation,
- pour faciliter et guider les discussions,
- pour faciliter la découverte de nouveaux renseignements,
- pour amener à une décision,
- pour mieux comprendre,
- pour donner aux parents l'occasion de parler de leurs expériences.

Le type de réponse que vous recevez dépend du type de questions que vous posez.

Les questions fermées :

Si vous voulez obtenir de l'information, posez ce qu'on appelle une question fermée, c'est-à-dire une question à laquelle on peut répondre par « oui » ou par « non », ou en donnant une réponse très courte.

- *Avez-vous déjà utilisé un thermomètre?*
- *Quel âge a votre fille?*
- *Qui appelez-vous quand vous avez besoin de soutien?*

Les questions ouvertes :

Pour déclencher une discussion, que ce soit avec un seul parent ou avec un groupe, il faut poser ce qu'on appelle une question ouverte, c'est-à-dire une question qui demande de la réflexion et à laquelle on ne peut pas répondre en deux ou trois mots.

- *Quel genre de choses pensez-vous faire?*
- *Que feriez-vous si…?*
- *Comment vous sentez-vous quand vous ne pouvez pas sortir avec vos amies?*
- *Qu'est-ce que vous faites pour empêcher votre fils de mordre les autres enfants?*
- *Que se passe-t-il lorsque votre fille refuse de rester au lit le soir?*

Questions d'élargissement :

Pour élargir notre perspective et prendre conscience des divers éléments de notre expérience, il faut poser des questions qui favorisent l'utilisation des cinq sens. Ces questions ont trait à l'OBSERVATION dans le cycle d'apprentissage par l'expérience.

- *Que se passait-il? Qu'avez-vous observé?*
- *Qu'avez-vous entendu? Qu'est-ce qui a été dit? Par qui? Qu'est-ce qui a été dit ensuite?*
- *Qu'avez-vous vraiment vu? Qui le faisait? Que faisaient-ils?*
- *Quelles senteurs et saveurs avez-vous observées?*
- *Quand cela a-t-il commencé? Que s'est-il passé ensuite? Quand cela s'était-il produit auparavant?*
- *Où cela s'est-il produit? Qui était présent? Qui n'était pas présent?*
- *Cela se passe-t-il toujours de cette façon?*
- *Qu'avez-vous observé d'autre?*

Questions d'approfondissement :

Afin d'inciter les participantes à se recueillir pour trouver un lien entre ce qui a été dit et leur propre vie, posez-leur des questions sur leurs sentiments ou leurs souvenirs. Ces questions se rapportant à la partie RÉFLEXION du

cycle d'apprentissage par l'expérience. Les participantes peuvent répondre en silence à ce type de questions. Les questions d'approfondissement peuvent créer de l'anxiété, et les participantes peuvent ressentir le besoin de se protéger.

- Quels sentiments cette expérience *vous donne-t-elle?*
- *De quels sentiments avez-vous pris conscience?*
- *Qu'est-ce que cela signifie pour vous?*
- *Quels souvenirs vous viennent-ils à l'esprit? Quelles situations cela vous rappelle-t-il?*
- *Comment vous sentez-vous quand vous ne pouvez pas sortir ou voir vos amies?*

Conseils d'animatrices pour poser des questions

- La méthode axée sur les participantes veut que l'animatrice explique sa question. Si les participantes ne répondent pas ou semblent surprises, vous pouvez leur demander si vous vous êtes exprimée clairement.
- Parfois, l'animatrice peut présenter une idée pour donner aux participantes l'occasion de réfléchir à un problème dont le groupe n'a peut-être pas parlé ouvertement. « *Pensez-vous que vous pouvez donner la fessée quand la sécurité de votre enfant est en jeu, par exemple, lorsque votre petit de deux ans s'en va en courant dans la rue?* »
- Cherchez des réponses à vos questions. Demandez des explications ou des interprétations. Posez des questions comme :

  « *Pouvez-vous nous donner un exemple?* »

  « *Voulez-vous nous en dire plus?* »

  « *Que voulez-vous dire?* »

  « *Pouvez-vous expliquer ce que vous voulez dire?* »

  « *Pouvons-nous explorer ce point davantage?* »
- Ne posez pas une question si vous connaissez déjà la réponse. Donnez plutôt la réponse par écrit. Une bonne discussion est un excellent moyen d'explorer des idées ensemble. On ne se sert pas d'une discussion pour vérifier les connaissances des gens.

Vous trouverez de plus amples renseignements sur la manière de poser des questions dans les sections « Écouter activement » et « S'exprimer efficacement » du chapitre 4.

La discussion

Une discussion est plus qu'un simple échange d'idées et d'opinions. Elle permet aux parents d'exprimer leur opinion et d'entendre d'autres points de vue, et aussi d'établir des liens entre le sujet de la discussion et leur propre expérience.

Beaucoup d'animatrices trouvent que la discussion constitue une excellente façon pour les adultes de considérer les différents aspects du même problème, de faire des liens avec leur propre vie et de trouver de nouvelles idées ou solutions. Savoir comment et quand animer une discussion est important. Dans les premiers stades du développement du groupe, les parents peuvent ne pas se sentir à l'aise pour exprimer leurs opinions dans un grand groupe. De petits groupes de discussion peuvent donc être plus efficaces.

Lorsque vous animez des discussions lors des activités d'apprentissage :

- Organisez le cadre de discussion et concentrez-vous sur le sujet en utilisant une histoire, un incident ou un exemple de quelque chose qui s'est déjà produit dans le groupe. Concluez avec un énoncé qui décrit exactement ce que sera le principal sujet de la discussion. Par exemple :

  « La semaine dernière, Marie nous a dit que Stéphane avait trouvé un couteau pointu et qu'il avait eu le temps de faire du dégât avant qu'elle s'aperçoive de ce qui se passait. Heureusement, il ne s'est pas fait mal, et les dommages causés aux meubles n'étaient pas trop graves. Cela m'a rappelé qu'un jour j'ai trouvé Erika qui jouait à faire des rôties dans notre grille-pain. Combien d'entre vous ont trouvé leurs enfants qui faisaient quelque chose de complètement inattendu qui était dangereux? Commençons notre réflexion sur la sécurité en examinant la cuisine et ses sources de danger. Qu'y a-t-il dans votre cuisine qui pourrait être dangereux pour vos enfants? »

Assurez-vous que tout le monde comprend le sujet et s'y intéresse. Un outil visuel, comme un dessin ou un objet, peut être utile pour orienter la discussion.

- Commencez la discussion par des questions qui ne sont pas gênantes et qui sont directement liées aux intérêts exprimés par les parents.
- Utilisez des exemples concrets auxquels les parents peuvent s'identifier.
- Attendez une réponse. Laissez aux personnes le temps de réfléchir un peu.
- Lorsque quelqu'un parle, assurez-vous que vous et les autres avez bien compris. Si nécessaire, demandez au parent de répéter ce qu'il a dit. Il peut être bon d'utiliser des termes différents pour répéter ce que la personne a dit afin d'être sûre d'avoir bien compris.
- Si les parents ne semblent pas réagir à vos questions, demandez-leur de prendre quelques minutes pour penser à leurs réponses avant de commencer la discussion. Si vous n'arrivez toujours pas à démarrer la discussion, demandez aux participantes si elles vous ont bien comprise.
- La difficulté est d'amener tout le monde à participer à la discussion sans forcer les gens à parler.
- Résumez les points importants à la fin de la discussion.

Servez-vous du cycle d'apprentissage par l'expérience dans votre discussion. En posant les trois types de questions, vous avez une façon efficace de guider la discussion.

- Les questions d'observation *(Qu'avez-vous remarqué?)*
- Les questions de réflexion *(Qu'en pensez-vous? Qu'est-ce que ça signifie pour vous?)*
- Les questions d'application *(Ayant eu cette expérience, ayant pris conscience de ce que vous-même et les autres avez remarqué et du sens que cela a pour vous, qu'est-ce que vous verrez, penserez ou ferez différemment à l'avenir?)*

La discussion peut devenir une conversation entre deux ou trois participantes, se réduire à des conseils ou à une tentative de régler le problème d'une des participantes. Si cela se produit, les questions de l'animatrice permettront de revenir au sujet précis. Il est souvent utile de revenir en arrière et de poser davantage de questions sur ce qu'on aura observé.

Vous trouverez d'autres suggestions au chapitre 4, dans les sections « Écouter activement et « S'exprimer efficacement », ainsi que dans la section « Les questions », qui précède celle-ci.

Conseils d'animatrices pour les discussions

- Les questions qui commencent par « qu'est-ce que » sont les plus utiles. Les questions qui commencent par « pourquoi » demandent une raison et peuvent empêcher les parents de prendre conscience de leurs sentiments et de leurs réactions. De la même manière, beaucoup de personnes sont sur la défensive lorsqu'on leur demande « pourquoi », parce qu'on s'attend à ce qu'elles donnent des explications.

Le cycle d'apprentissage par l'expérience donne lieu à des discussions utiles.

- Les livres du programme Y'a personne de parfait pour les parents sont très utiles pour déclencher ou orienter une discussion.
- Veillez à ce que chaque participante ait l'occasion de donner son point de vue.
- N'oubliez pas votre sens de l'humour! S'ils s'amusent, les parents participeront plus aux discussions.

Le jeu de rôle

Lorsqu'une personne joue un rôle, elle fait semblant d'être quelqu'un d'autre pour mieux comprendre le point de vue d'autrui.

Le but de cette activité est d'aider les gens à mieux comprendre leur propre comportement ou celui de quelqu'un d'autre. On peut la faire avec n'importe quel nombre de participantes. Lorsque vous les invitez à « jouer un rôle » :

- Il faut décrire la situation. Par exemple :

  « *La situation dont parle Brenda est difficile à comprendre. Prenons quelques minutes pour l'analyser. Brenda, pouvez-vous jouer le rôle de Willie et montrer ce qu'il fait? Pouvez-vous choisir quelqu'un qui jouera votre rôle et lui dire comment vous avez répondu à Willie dans cette situation?* »

  N'oubliez pas que l'animatrice est le metteur en scène. La personne qui amène la situation ou le problème devant le groupe a besoin de se mettre dans la peau de la personne avec qui elle a eu le problème et de jouer son rôle. Cette personne doit pouvoir choisir les autres acteurs. « *Qui pourrait*

jouer votre rôle? Qui pourrait jouer le rôle de votre mari (ou d'autres personnes présentes dans la situation)? »

- Présentez la situation pour qu'elle puisse être examinée.

  « Comment cela s'est-il produit? »

  « Qui d'autre est probablement là? »

  « Qui n'est probablement pas là? »

  « Quelle heure peut-il être? »

  « Que s'est-il probablement passé juste avant? »

  « Que voudriez-vous qu'il se produise? »

  « Qu'est-ce qui vous arrive? »

- Après avoir observé ce qui se passe, faites en sorte que les participantes au jeu de rôle disent ce qu'elles ont remarqué, quelle expérience elles ont vécu et quel est le nouveau sens qu'elles ont découvert. Cela ramène l'intérêt sur l'expérience et sur ceux qui la vivent. Structurez la discussion selon le cycle d'apprentissage par l'expérience. *« Que remarquez-vous? » « Que comprenez-vous maintenant? » « Que pourriez-vous faire maintenant? »* Puis, demandez aux personnes qui ont observé la scène de parler de ce qu'elles ont remarqué et ressenti.

- La situation peut être répétée avec les mêmes personnes dans les mêmes rôles mais jouant leur personnage de façon différente. *« Brenda, maintenant que vous avez joué le rôle de Willy, qu'est-ce que vous voyez différemment, de son point de vue? Voudriez-vous que Brenda agisse différemment? »*

  Vous pouvez demander aux participantes quelles nouvelles idées leur sont venues à l'esprit qui s'appliquent à leur propre vie. *« En regardant Brenda et Willy, vous vous êtes peut-être rappelé des circonstances que vous avez vous-même vécues récemment. Quelles nouvelles idées voyez-vous qui s'appliquent à vous? »*

Jouer un rôle peut être l'une des meilleures façons pour un groupe ou pour une personne de comprendre et d'analyser une conduite particulière. Cela permet à un parent de se mettre à la place de quelqu'un d'autre et de

réfléchir. De plus, il s'agit d'une manière très concrète de pratiquer un nouveau type de comportement. Jouer un rôle peut aussi être très divertissant!

Conseils d'animatrices pour les jeux de rôle

- Le jeu de rôle fonctionne mieux dans un groupe où les participantes ont eu assez de temps pour faire connaissance. Ce n'est pas une méthode à utiliser pendant la première rencontre.

- Vous pouvez présenter l'activité en disant quelque chose comme : *« Essayons de voir comment nous pourrions agir dans cette situation. »*

- Le jeu de rôle doit **toujours** être suivi d'une discussion avec les personnes qui ont joué les rôles sur ce qu'elles ont remarqué, ce qu'elles ont compris et ce qu'elles pourraient faire. En général, il vaut mieux demander à la personne qui joue le rôle de l'enfant de parler en premier, puis à celle qui joue le rôle du parent et enfin aux autres membres du groupe.

La façon d'aborder les problèmes

Dans le programme Y'a personne de parfait, nous n'essayons pas de régler les problèmes ni de donner des conseils. Nous apprenons plutôt comment faire face aux problèmes.

L'objectif de ces techniques est de permettre aux parents d'aborder différemment des problèmes épineux. À première vue, ça semble simple. Toutefois, il est important d'approfondir la question. Lorsque nous utilisons le cycle d'apprentissage par l'expérience, nous invitons les parents à découvrir d'autres possibilités. L'idée de se poser des questions est utilisée tout au long du livre sur LE COMPORTEMENT et dans l'ensemble du programme.

Chaque personne est unique, tout comme chaque situation. Il n'est pas toujours utile d'apprendre ce que quelqu'un d'autre a fait. Un enfant ne veut peut-être pas s'endormir parce qu'il fait des cauchemars, tandis qu'un autre ne peut fermer l'œil parce que les querelles qu'il entend de l'autre côté de la porte de sa chambre l'inquiètent.

La première étape de la compréhension du problème consiste à y réfléchir et à le formuler clairement et brièvement *(« mon enfant ne veut pas rester au lit et dormir »)*. Dans le programme Y'a personne de parfait, nous reconnaissons que c'est seulement la première étape et nous ne donnons pas de conseils ni ne cherchons à régler le problème. Nous cherchons plutôt à donner l'occasion aux participantes d'apprendre comment faire face aux problèmes en les examinant de manière à trouver de nouvelles solutions adaptées à notre situation.

Cette méthode suit le cycle d'apprentissage par l'expérience. Les quatre questions à se poser en présence de problèmes qui se trouvent dans le livre sur LE COMPORTEMENT nous rappellent les différentes étapes de ce cycle.

Demandez à la personne qui a le problème :

d'OBSERVER Qu'est-ce qui ne va pas?

de RÉFLÉCHIR Pourquoi

d'APPLIQUER Que faire?

d'OBSERVER Et si ça ne marche pas?

En utilisant cette méthode, souvenez-vous que ce n'est pas à vous de savoir ce que les autres doivent faire. Votre tâche consiste à aider la participante à saisir ce qu'elle n'a peut-être pas saisi. Les animatrices le font en enseignant aux membres du groupe à poser de nombreuses questions sur ce que la personne qui a le problème a remarqué ou sait sur sa situation. Il faut d'abord poser des questions d'OBSERVATION, de sorte que la personne qui a le problème découvre de plus en plus d'éléments de la situation, avant de lui demander ce qu'elle en pense. Par exemple :

- À quelle heure cela s'est-il produit?
- Qui était là quand cela s'est produit?
- Qui n'était pas là quand cela s'est produit?
- Qu'avez-vous fait quand cela s'est produit?
- À quel moment l'avez-vous remarqué pour la première fois?
- Qu'avez-vous fait à ce moment-là?

Permettez à la personne de réfléchir entre les questions. Portez attention aux gestes et à l'expression du visage de la participante et surveillez les signes qui montrent qu'elle a découvert quelque chose de nouveau. Résistez à la tentation de poser une ou deux questions de réflexion puis de proposer trop rapidement une solution.

Lorsque la participante découvre quelque chose de nouveau, elle commence à examiner les nouveaux liens, les nouvelles manières de comprendre et les nouveaux sentiments. Attendez! Elle passe alors à l'étape suivante en se posant des questions sur ce qu'elle a découvert. Laissez-lui le temps de le faire sans l'interrompre.

Il se peut qu'elle sache ou qu'elle ne sache pas ce qu'elle va faire à l'étape suivante. Dites-lui qu'elle le découvrira bientôt. Demandez-lui si d'autres questions l'aideraient ou si cela est suffisant.

Rares sont les gens qui arrivent à appliquer une nouvelle idée parfaitement la première fois. L'application d'une nouvelle idée est une nouvelle expérience : le cycle commence. Toutefois, notre nouvelle manière de comprendre les problèmes peut constituer une véritable source de satisfaction et de valorisation.

Conseils d'animatrices pour résoudre les problèmes

- Les participantes ont le pouvoir d'examiner et de comprendre leurs propres problèmes.
- Veillez à ce que les membres du groupe se concentrent sur les questions d'OBSERVATION.
- Détectez les signes de compréhension chez la personne qui a le problème.
- Une solution ne se manifestera peut-être pas pendant l'activité, mais plus tard au cours de la journée ou de la semaine. Si la solution ne vient pas, c'est qu'il manque un élément important; la personne qui a le problème peut demander davantage de soutien.
- Nous ne cherchons pas à régler des problèmes, mais à aider les participantes à apprendre à poser des questions utiles.
- L'animatrice peut consulter le Guide pour se rappeler des questions qu'elle peut poser, tout comme les parents peuvent lire les pages sur la méthode de résolution des problèmes, dans le livre sur LE COMPORTEMENT.
- Lorsque vous cherchez à régler les problèmes de cette façon, souvenez-vous que vous n'êtes pas censée dire à la participante ce qu'elle doit faire. Vous devez l'aider à voir sa situation de façon différente pour qu'elle trouve sa propre solution.

L'exposé

On fait un exposé oral pour donner des renseignements ou des explications. L'animatrice peut en faire un pour présenter de nouveaux sujets ou pour faire une transition avant une autre activité. Les exposés offrent des faits et des idées aux personnes qui apprennent mieux en écoutant.

Parce qu'ils n'exigent pas la participation des parents, les exposés durent rarement plus de cinq minutes. Utilisez des exemples concrets auxquels les parents de votre groupe peuvent s'identifier.

Pour que votre exposé soit efficace :

- veillez à ce qu'il soit court et simple;
- faites une liste des points que vous voulez communiquer et classez-les dans l'ordre;
- résumez les points à la fin;
- encouragez les parents à poser des questions ou à discuter de ce que vous avez dit.

Conseils d'animatrices pour les exposés

- Racontez rapidement une anecdote personnelle. Vous attirerez l'attention des parents et vous les encouragerez à parler de leurs expériences.
- Encouragez les parents à donner leur opinion sur le contenu de votre exposé.
- Un exposé ne devrait jamais être un exercice en soi mais devrait toujours conduire à quelque chose d'autre.

Quelques exemples d'activités d'apprentissage

Dans les pages qui suivent, vous trouverez une description de sept activités d'apprentissage qui peuvent être utilisées dans un groupe ou lors d'une rencontre individuelle. Elles ont été élaborées grâce aux techniques déjà décrites dans le Guide.

Nous n'avons pas donné d'horaire parce que le temps nécessaire à chaque activité dépend des besoins des groupes de parents avec lesquels vous travaillez. À mesure que vous prendrez de l'expérience comme animatrice, vous apprendrez à mieux juger combien il faut de temps pour les activités que vous proposez.

Même si chacune des activités d'apprentissage vise un sujet particulier des livres pour les parents, vous pouvez utiliser ces activités pour aborder d'autres sujets. Ainsi, l'activité sur la gestion du temps pourrait être adaptée à une rencontre sur le stress.

Chaque chose apprise dans le groupe offre aux participantes l'occasion d'appliquer ce qu'elles ont appris à une situation de la « vraie vie ». Il s'agit là d'une étape très importante. Vous pouvez mettre l'accent sur cette étape en demandant aux membres du groupe de pratiquer une nouvelle habileté ou d'utiliser leurs nouvelles connaissances chez eux pendant la semaine. Ils pourront dire comment les choses se sont passées à la rencontre suivante.

Exemple 1 : Comment utiliser l'attention de façon efficace pour changer le comportement (LE COMPORTEMENT)

OBJECTIFS

- Apprendre quand il convient de faire des compliments ou de donner de l'attention.
- Apprendre comment faire des compliments ou donner de l'attention.

Activité d'apprentissage

EXPÉRIENCE

Rêve éveillé dirigé. Demandez aux parents de se rappeler un moment où ils ont eu l'impression que l'on a reconnu quelque chose qu'ils avaient fait ou l'efficacité de leur comportement dans une situation donnée.

Qu'avez-vous fait exactement? Qu'est-ce que l'autre personne avait fait?

Qu'est-ce qui a été dit exactement? Par qui? Est-ce vous qui l'avez dit ou quelqu'un d'autre?

OBSERVATION

Qu'avez-vous ressenti dans votre corps quand vous avez revécu cette expérience?

Qu'avez-vous remarqué ou de quoi avez-vous pris conscience quand vous avez revécu cette expérience?

RÉFLEXION

Lorsque vous y repensez, quel sens prend cette expérience pour vous? Que ressentez-vous dans ce type de situation? Que signifie-t-elle pour vous maintenant, dans votre vie? Quel sens cela a-t-il dans votre situation, avec vos enfants?

APPLICATION

Maintenant que vous vous êtes rappelé cette expérience, que vous avez remarqué ce que vous avez remarqué et découvert le sens qu'elle a eu pour vous, y a-t-il une chose que vous feriez à présent?

D'après ce que nous avons rappelé et l'effet particulier que cela a sur vous, qu'est-ce qui serait important d'inclure quand on fait des compliments? Pour vous?

Sachant ce que vous savez à votre sujet maintenant, comment pouvez-vous utiliser cette nouvelle information avec vos enfants?

Exemple 2 : En sécurité et aimé (LE DÉVELOPPEMENT)

OBJECTIFS

- Prendre conscience de l'importance de se sentir en sécurité et aimé.
- Apprendre ce qui fait que les personnes se sentent en sécurité et aimées.
- Apprendre comment aider les enfants à se sentir en sécurité et aimés.
- Apprendre à se servir du livre sur LE DÉVELOPPEMENT.

Activité d'apprentissage

EXPÉRIENCE

Sortez des marqueurs, des crayons, des crayons de couleur et du papier.

Demandez à toutes les personnes de penser à une maison, que ce soit la leur, une niche ou une cage à oiseau. Demandez-leur de la dessiner sur une feuille. Pendant qu'elles dessinent, circulez dans la pièce en faisant des commentaires encourageants. *Ça a l'air bien confortable. J'aime les couleurs. Quel sentiment merveilleux se dégage de votre dessin!*

Invitez chaque personne à montrer son dessin, à justifier brièvement son choix et à dire en quoi, selon elle, cela représente une maison. Faites des félicitations et donnez des encouragements. *Super, j'aime bien l'impression qui se dégage de votre dessin. Je pourrais m'y installer confortablement. Quel sentiment de sécurité!*

OBSERVATION

Posez des questions d'observation. *Qu'est-ce que vous avez remarqué quand vous dessiniez votre maison? Qu'est-ce qui vous a frappée dans l'atmosphère de la pièce? Qu'est-ce qui vous a frappée quand vous avez regardé les autres dessins? Qu'avez-vous ressenti quand vous avez montré votre dessin? Quels commentaires avez-vous retenus sur votre dessin ou celui des autres?*

RÉFLEXION

Lorsque vous pensez à cette expérience, qu'est-ce qu'elle vous rappelle? Quel sens a-t-elle pour vous? Qu'est-ce que vous pensez de vous-même quand vous donnez libre cours à votre créativité? Qu'est-ce qui vous a permis de jouer et de vous amuser? Qui est-ce qui vous a dit d'être prudente?

EXPÉRIENCE

Demandez aux participantes de prendre une feuille. Donnez des instructions précises sans perdre de temps. *Écoutez attentivement. Je vais vous dire ce que vous devez dessiner. Dessinez exactement ce que je vous dis. Je vous donnerai toutes les directives et vous les redonnerai à nouveau lentement pour que vous n'oubliiez pas de détails. Dessinez une maison avec une porte d'entrée et trois fenêtres. Placez une poignée à droite de la porte. Dessinez une cheminée en briques. Dessinez une allée qui mène à la porte d'entrée ainsi qu'un arbre et trois buissons, et quelques tulipes le long du chemin. Mettez deux nuages dans le ciel.* Pendant qu'elles dessinent, faites le tour de la pièce et faites des commentaires. *Est-ce que je vous ai dit de mettre des rideaux aux fenêtres? Pardon, est-ce que je dois comprendre qu'il s'agit d'un buisson? Est-ce que j'ai dit de dessiner un trottoir qui traversait la pelouse devant la maison?*

Dites à chaque personne de montrer son dessin aux autres.

OBSERVATION

Qu'avez-vous ressenti en dessinant? Est-ce que vous avez aimé ça? Quel dessin avez-vous eu le plus de plaisir à faire? Qu'avez-vous observé quand vous avez montré votre dessin? Qu'avez-vous remarqué quand les autres ont montré le leur?

RÉFLEXION

Quels commentaires ou idées vous sont venus à l'esprit? Qu'est-ce que cela vous a rappelé? Laquelle des situations était la plus plaisante pour vous? Pourquoi? Qu'est-ce qui rendait l'autre désagréable? Quand vous pensez à l'expérience que vous venez de vivre et à vos enfants, qu'est-ce qui vous vient à l'esprit?

APPLICATION

Quelle chose ferez-vous différemment d'après ce que vous avez découvert?

EXPÉRIENCE

Lisez ensemble le chapitre du début du livre sur LE DÉVELOPPEMENT ou regardez les illustrations et discutez de ce qui se passe et de la façon dont les personnes, les parents et les enfants peuvent se sentir. Demandez aux participantes de former des groupes en fonction de l'âge de leurs enfants. Demandez à chacun des groupes de trouver dans le livre sur LE DÉVELOPPEMENT des choses dont il faut se souvenir sur les enfants de cet âge-là.

Exemple 3 : L'organisation du temps (LES PARENTS)

OBJECTIFS

- Apprendre à organiser sa journée.
- Apprendre à établir ses priorités.
- Apprécier le temps qu'on a pour soi.

Activité d'apprentissage

EXPÉRIENCE

Au moyen d'un brassage d'idées, demandez aux parents de faire une liste de toutes les activités qu'ils font au cours d'une journée, par exemple, préparer des repas, jouer avec les enfants, faire le ménage, se détendre, magasiner, dormir, etc.

OBSERVATION

Entendez-vous sur une liste finale d'activités.

Demandez aux parents de dessiner un graphique rond représentant les 24 heures d'une journée.

Demandez aux parents de travailler par deux.

Qu'avez-vous remarqué quand vous avez dessiné votre graphique?

Quand vous regardez votre graphique, qu'apprenez-vous sur la manière dont vous passez votre temps?

Quelles sont les tâches les plus importantes pour vous?

Quelles sont vos priorités?

RÉFLEXION

Lorsque vous examinez votre graphique et votre vie et que vous y réfléchissez, quelles sont les possibilités que vous découvrez?

EXPÉRIENCE

Demandez aux parents d'afficher leur graphique et d'examiner tous les graphiques pour faire des comparaisons et trouver des idées nouvelles ou des manières différentes de faire les choses.

OBSERVATION

Quelles sont les choses que vous remarquez quand vous regardez les autres graphiques?

RÉFLEXION

Après avoir vu ce que vous-même et les autres avez fait, quel sens cela a-t-il pour vous?

APPLICATION

Quelles sont les deux choses auxquelles vous pensez et que vous ferez différemment d'après ce que vous avez découvert aujourd'hui?

EXPÉRIENCE

Demandez aux parents de faire un nouveau graphique en montrant les changements qu'ils voudraient apporter à leur horaire.

OBSERVATION

Que remarquez-vous sur la manière de fixer les priorités?

Comment trouvez-vous du temps pour vous-même?

RÉFLEXION

Nommez quelques-unes des choses qui se produisent lorsque vous trouvez du temps pour vous-même.

APPLICATION

D'après votre expérience d'aujourd'hui, que ferez-vous pour trouver du temps pour vous-même?

Exemple 4 : Exploration des valeurs

OBJECTIFS

- Prendre conscience des valeurs liées au métier de parent.
- Examiner la façon dont les valeurs influencent nos actes.

Activité d'apprentissage

EXPÉRIENCE

Présentez le sujet en montrant une image ou en racontant une histoire qui illustre une valeur et permet à chaque personne de faire le lien avec ses propres valeurs. Dites alors :

Nous sommes guidés par nos valeurs dans pratiquement tous nos actes et tous nos choix. Ce qui est surprenant, c'est que la plupart des personnes ne réfléchissent pas vraiment à leurs valeurs. Tout le monde a des valeurs différentes, mais cela ne signifie pas qu'une personne a raison et l'autre tort. Cela veut seulement dire qu'elles ont des valeurs différentes. Parfois, la même personne peut avoir des valeurs qui s'opposent entre elles.

Faites une ligne par terre avec du ruban adhésif ou une ficelle. Appelez une des extrémités de la ligne « Tout à fait d'accord » et l'autre « Tout à fait en désaccord ».

Dites ceci : « *Réfléchissez à ce que je vais dire et trouvez sur la ligne une place qui corresponde à ce que vous en pensez. Par exemple, si vous êtes tout à fait d'accord, mettez-vous de ce côté-là, et si vous n'êtes pas tout à fait d'accord, mettez-vous au milieu.* »

Énoncez différentes valeurs en faisant une pause assez longue entre chacune pour que les parents puissent se placer sur la ligne. Notez leur position par rapport aux autres.

Par exemple, vous pouvez dire :

« *Je crois que les enfants devraient passer leur enfance sans qu'on exige quoi que ce soit d'eux.* »

« *Je pense que si je travaille suffisamment dur, mes enfants seront heureux tout le temps.* »

« *Je pense que les parents devraient pouvoir traiter leurs enfants comme ils veulent.* »

« *Je pense que si je suis un bon parent, mes enfants seront bons.* »

OBSERVATION

Après l'activité, demandez aux participantes ce qu'elles ont remarqué à propos de leurs valeurs. Leurs observations sont-elles identiques à celles des autres parents ou différentes? Dans quels cas ont-elles su immédiatement où se placer et quand ont-elles dû réfléchir un peu?

RÉFLEXION

Demandez-leur ce que cela signifie pour elles.

APPLICATION

Demandez-leur : « *Après avoir vécu cette expérience, entendu ces déclarations, trouvé votre place sur la ligne et observé votre position, que verrez-vous, à quoi penserez-vous ou que ferez-vous différemment?* »

Discutez des différentes manières dont les valeurs influencent la façon dont nous élevons nos enfants et sur ce que nous attendons de nous-mêmes et de nos enfants. Comme parents, quelles valeurs voulons-nous enseigner à nos enfants par notre comportement?

Exemple 5 : La santé et la maladie (LE CORPS)

OBJECTIFS

- Apprendre à se servir du livre sur LE CORPS.
- Aider les parents à reconnaître les signes de la maladie chez leurs enfants.
- Aider les parents à faire face aux maladies courantes de leurs enfants.
- Encourager les parents à protéger la santé de leurs enfants.

Activité d'apprentissage

EXPÉRIENCE

Regardez le livre sur LE CORPS avec les parents. Expliquez-leur qu'il est organisé en chapitres sur la croissance et la maladie.

Demandez-leur de le feuilleter et d'indiquer les images, les idées et les pensées qui les frappent. Animez une discussion autour de leurs commentaires.

OBSERVATION

Demandez aux parents de former des groupes de trois puis de faire un brassage d'idées pour identifier les signes de maladie chez leurs enfants. Donnez à chaque groupe une grande feuille afin qu'il puisse afficher sa liste. Animez une discussion avec tous les parents afin de regrouper les signes en catégories, par exemple, les changements dans l'appétit de l'enfant. N'oubliez pas de souligner que chaque enfant est différent.

Distribuez une petite fiche (3 po x 5 po) à chaque parent. Demandez-lui d'y inscrire les signes de maladie chez son enfant. Suggérez aux parents de garder cette liste à un endroit où ils peuvent la consulter facilement.

Animez une discussion avec tous les parents pour faire une liste des signes qui indiquent qu'un enfant est en bonne santé. Regroupez ces signes dans les mêmes catégories que celles utilisées durant la période de brassage d'idées, par exemple, appétit ou sommeil.

RÉFLEXION

Consultez la partie jaune du livre sur LE CORPS (pp.-----), soulignez les façons de garder les enfants en bonne santé.

APPLICATION

Faites un tour de table en demandant à chaque participante de nommer une chose qu'elle fait pour garder son enfant en bonne santé et ce qu'elle voudrait changer.

Exemple 6 : La prévention des blessures (LA SÉCURITÉ)

OBJECTIFS

- Reconnaître les situations et les endroits dangereux pour les petits enfants.
- Trouver des façons de créer des milieux sûrs.
- Apprendre à se servir du livre sur LA SÉCURITÉ.

Activité d'apprentissage

EXPÉRIENCE

Tout le monde sait que les parents doivent avoir des yeux tout le tour de la tête. Pourquoi?

Faites un brassage d'idées sur les préoccupations des participantes en matière de sécurité.

Demandez aux participantes de se mettre au niveau de leur enfant en se couchant, en marchant à quatre pattes, en grimpant ou en marchant. Faites-les se déplacer dans la pièce comme si elles étaient leur enfant.

OBSERVATION

Qu'avez-vous vu? Entendu? Remarqué? Trouvé intéressant? Trouvé irrésistible? Qu'avez-vous fait? Qu'est-ce que vous vouliez faire? Quelles sont les questions ou les idées qui vous sont venues à l'esprit?

Qu'est-ce qui vous a frappées dans les actes des autres?

Quel contact avez-vous eu avec elles? Qu'avez-vous remarqué sur votre enfant dans son milieu?

EXPÉRIENCE

Rêve éveillé dirigé. *Imaginez que vous avez la même taille que votre enfant, que vous roulez que vous trébuchez, que vous vous couchez par terre ou que vous marchez; imaginez que vous vous déplacez dans la maison en commençant à la porte d'entrée, puis en entrant dans la première pièce. Vous la voyez du milieu, puis vous vous déplacez le long des murs. Qu'est-ce qui attire votre attention? Qu'est-ce que vous voulez voir de plus près, toucher, déplacer?* Passez à la pièce suivante et ainsi de suite.

OBSERVATION

Qu'est-ce que vous avez remarqué? Qu'est-ce qui est fascinant dans votre maison?

RÉFLEXION

Lorsque vous réfléchissez à votre expérience et que vous pensez à votre maison et à votre enfant, qu'est-ce que vous remarquez? Qu'est-ce que cela signifie pour vous?

APPLICATION

D'après cette expérience, que ferez-vous ou changerez-vous quand vous rentrerez à la maison?

EXPÉRIENCE

Livre sur LA SÉCURITÉ. Divisez le groupe en équipe de deux ou trois. Demandez à chaque équipe de choisir un ou deux chapitres du livre sur LA SÉCURITÉ. Demandez-leur de voir en quoi ce livre pourrait être utile à un parent à la maison.

OBSERVATION

D'après ce chapitre, qu'est-ce que les parents doivent savoir?

Chacun des groupes fait un rapport.

RÉFLEXION

Lorsque vous pensez à ce livre et à son contenu, quel sens ont-ils pour vous? Quelles expériences avez-vous vécues qui était liées à la sécurité? L'information contenue dans ce livre aurait-elle été utile? Cette information est-elle nouvelle pour vous? Quelle information êtes-vous contentes de connaître déjà?

APPLICATION

Nommez deux choses que vous regarderez différemment dans votre maison, dans votre auto ou au terrain de jeux. Que ferez-vous différemment? Que ferez-vous avec ce livre?

Exemple 7 : Outils pour modifier le comportement

OBJECTIFS

- Explorer les stratégies pour influencer le comportement des enfants.
- Utiliser différents outils et réfléchir à cette expérience.

Activité d'apprentissage

EXPÉRIENCE

Découpez des reproductions assez grandes d'outils comme le marteau, le tournevis, la scie, la clé et les pinces et inscrivez-y des mots-clés qui renvoient à des stratégies pour encourager des comportements positifs, par exemple, « ne pas réagir aux comportements irritants », « donner le bon exemple », « faire des caresses », « donner de l'attention », « comprendre ce qui se passe », « dire », « imposer les règlements », « laisser les enfants subir les conséquences de leurs actes », « changer d'activité », « changer d'endroit », etc.

Choisissez un de ces outils et demandez aux parents de suggérer un cas où il pourrait être utile. Par exemple, si l'outil consiste à écouter, il serait utile de l'utiliser quand un enfant est mécontent parce qu'on n'a pas fait ce qu'il voulait.

Réfléchissez ensemble à plusieurs exemples de mauvais comportements des enfants et discutez des outils qui pourraient être utiles. Pratiquez à utiliser des outils si c'est possible.

OBSERVATION

Demandez : *Qu'est-ce que vous observez quand on utilise outil dans cette situation?*

Après avoir employé quelques outils dans des situations diverses, demandez : *Quel est l'outil le plus utile pour vous?*

RÉFLEXION

Maintenant que vous avez parlé de l'utilisation des différents outils, que vous les avez employés et que vous avez retenu ceux qui étaient le plus utiles pour vous, quel sens cela a-t-il dans votre vie?

APPLICATION

Quelle est la chose que vous verrez, à laquelle vous penserez ou que vous ferez différemment à l'avenir?

Exemples d'activités pour commencer une rencontre

Les activités que l'on utilise pour commencer une rencontre sont, par exemple, le brise-glace, les jeux de noms et le réchauffement. Les animatrices se servent d'une activité pour briser la glace lorsqu'un groupe se rencontre pour la première fois et que les gens ne se connaissent pas. Les jeux de noms servent aussi dans cette situation, mais après avoir utilisé les techniques pour briser la glace afin que les participantes se détendent un peu. Les activités de réchauffement sont utiles au début des rencontres suivantes ou après une pause.

Parce que l'introduction donne le ton de vos rencontres, nous avons inclus des exemples pour vous aider à commencer et pour vous donner des idées. Ces activités ont été utilisées avec succès par d'autres animatrices du programme Y'a personne de parfait. À mesure que vous prendrez de l'expérience comme animatrice, gardez un dossier des nouvelles techniques ou des trucs utiles que vous découvrirez.

Conseils d'animatrices à propos des techniques pour commencer une rencontre

- Planifiez soigneusement vos activités de début des rencontres. Préparez des notes précises sur ce que vous voulez faire et à quel moment.
- N'essayez pas d'animer une activité qui vous met mal à l'aise vous-même. Si vous ne vous amusez pas, votre groupe ne s'amusera pas non plus.

- Choisissez des activités de brise-glace et de réchauffement qui misent sur les points forts des participantes et évitez celles qui mettent en évidence leurs faiblesses. Par exemple, une activité qui exige de l'écriture n'aidera pas les parents peu instruits. Toutefois, ils peuvent très bien réagir s'il s'agit de faire un dessin ou de raconter des histoires.

La planification des activités de brise-glace, de jeux de noms et de réchauffement

Le brise-glace

Il peut être désagréable d'arriver dans un groupe où on est étranger ou dans lequel on ne connaît que quelques participantes.

- On se demande à quoi s'attendre.
- On chercherdes personnes amicales ou qui semblent avoir des points communs avec nous.
- On peut être trop timide pour parler devant un groupe d'étrangers.
- On peut être prudent et ne pas trop parler de soi-même ou de ses enfants aux autres membres du groupe.
- On peut se demander ce qu'on fait dans ce groupe et ce que ces personnes peuvent déjà savoir sur soi.

Dans ces circonstances, qu'est-ce qui vous aiderait à vous détendre? Qu'est-ce qui vous ferait sentir que vous êtes la bienvenue et que vous avez des choses en commun avec les autres personnes du groupe?

Les activités pour briser la glace sont des expériences qui permettent aux participantes d'un nouveau groupe de commencer à se détendre et à découvrir ce qu'elles ont en commun. Ce doit être une expérience agréable. Il ne faut pas viser une personne en particulier ni demander à quelqu'un de parler seul devant le groupe.

L'activité pour briser la glace est la première que votre groupe fera ensemble. Au tout début de la première rencontre, après avoir fait les présentations, vous pouvez commencer à briser la glace en disant quelque chose comme : « *Maintenant, apprenons à nous connaître en...* (décrivez l'activité brièvement) ».N'appelez pas l'activité « brise-glace ». La plupart des gens ne savent pas ce que cela signifie, et le mot peut leur sembler un peu dur.

1. Elle tient compte des caractéristiques du groupe.

Qu'est-ce que vous savez sur le groupe? Est-ce que ses membres sont jeunes? Très jeunes? Est-ce qu'ils sont d'une culture particulière? Est-ce qu'ils se connaissent déjà en dehors du groupe? Sont-ils des étrangers les uns pour les autres?

Lorsque vous choisissez une activité pour briser la glace, tenez compte de tous les renseignements que vous avez sur les participantes et respectez leur dignité. Ce qui est amusant pour un groupe peut sembler idiot ou embarrassant pour un autre. Par exemple :

- Si votre groupe est très jeune, trouvez un moyen de faire discuter les participantes de quelque chose qui devrait les intéresser, comme la musique populaire, des films récents, les programmes de télévision ou les sports.
- Si votre groupe est d'un milieu ethnique ou culturel particulier, veillez à ce que toute activité que vous planifiez respecte ses croyances et pratiques culturelles.

2. Elle motive les gens et leur donne un sujet précis dont ils peuvent parler.

Une activité efficace a deux caractéristiques : elle donne aux gens un sujet dont ils peuvent parler et les oblige à se déplacer dans le groupe. Il y a plusieurs façons d'y arriver :

- Trouver la personne dont l'enfant est le plus proche en âge du vôtre.
- Trouver quelqu'un qui a déménagé le même nombre de fois que vous.
- Trouver quelqu'un qui se demande ce qu'il fait ici.
- Trouver quelqu'un qui est venu à pied.
- Trouver quelqu'un qui a grandi dans une famille avec le même nombre d'enfants que vous.
- Trouver quelqu'un qui est né dans le quartier.
- Trouver quelqu'un qui aime Brad Pitt, Lady Gaga, etc.
- Trouver quelqu'un qui est un admirateur de votre groupe musical favori.
- Trouver quelqu'un qui a vu (n'importe quel film dont on parle actuellement).
- Trouver quelqu'un qui partage la même admiration pour un certain programme de télévision.

3. Elle donne aux participantes le temps de bavarder.

Permettez aux participantes de bavarder pendant un bon moment. Il peut s'écouler un certain temps avant que les participantes commencent à se décontracter et à se rapprocher, et c'est le but de l'exercice.

Les personnes ont besoin d'au moins 30 minutes pour commencer à se sentir à l'aise. Vous aurez peut-être besoin d'utiliser différentes activités pour briser la glace afin que les gens continuent à discuter et à se déplacer pendant cette période.

4. Elle ne donne aucun stress à l'animatrice.

Il est important de choisir une activité qui sera décontractée et amusante pour vous comme pour les parents.

EXEMPLES DE BRISE-GLACE

Entrevue et présentation

Demandez aux parents de se placer deux par deux pour se poser les questions suivantes :

- Comment vous appelez-vous?
- Combien d'enfants avez-vous?
- Comment s'appellent-ils?
- Quel âge ont-ils?
- Supposons que vous venez de gagner 100 $ et un billet pour une soirée gratuite à l'endroit de votre choix. Que feriez-vous?

Il ne s'agit pas d'un test de mémoire. Les personnes qui font l'entrevue peuvent prendre des notes si elles veulent.

Faites présenter par chaque parent la personne qu'elle interroge. Par exemple :

« Je voudrais vous présenter Maria. Elle a trois enfants : José, 5 ans; Louisa, 3 ans; et Diego, qui a six mois seulement. Pour sa soirée, elle s'achèterait une nouvelle robe et irait danser. »

Trouvez-moi!

(À utiliser seulement si le niveau d'instruction du groupe le permet.)

Donnez à chaque parent une feuille et demandez-lui d'écrire :

- deux choses que vous ne pouvez pas savoir en me regardant;
- si j'avais trois heures à moi, je ferais :

Mettez tous les papiers dans un chapeau. Faites tirer un papier à chaque participante et trouvez la personne qui l'a écrit.

Bingo

Faites des cartes de « bingo » avant la rencontre. Vous pouvez inventer des questions d'après les renseignements que vos entretiens initiaux vous ont révélés sur les participantes.

	Vos favoris	**Nommez quelqu'un d'autre qui aime la même chose**	**Initiales**
Saison			
Couleur			
Programme télévisé			
Aliment			
Film			
Activité			

Chaque parent doit prendre une carte et énumérer les choses qu'il préfère.

Demandez aux parents de trouver quelqu'un qui partage leurs goûts et de signer dans la case à côté. Continuez jusqu'à ce que toutes les cases soient remplies.

Au lieu d'utiliser des choses favorites, vous pouvez utiliser d'autres éléments, par exemple quelqu'un qui a le même nombre d'enfants que vous, quelqu'un qui a moins de 21 ans, quelqu'un qui a plus de deux perçages, quelqu'un qui a vu tel film ou programme télévisé, ou quelqu'un qui est allé nager cette année.

Mon idéal

Demandez aux parents de faire le tour du cercle et de donner leur nom et le nom de leurs enfants.

Demandez aux parents de former des groupes de trois.

Donnez à chaque groupe une grande feuille avec le mot PARENT inscrit à l'extrémité gauche. Demandez aux groupes d'écrire tous les mots et toutes les expressions qui leur viennent à l'esprit concernant le métier de parent, mais qui commencent par les lettres du mot « parent ».

Par exemple :

P *problèmes, patience, pleurs, prévention…*

A *attention, accord…*

R

E

N

T

Chaque groupe affiche sa feuille, et les participantes lisent ce que les autres groupes ont inscrit sur leur liste. Vous pouvez animer une discussion en faisant un lien entre ce que les parents ont écrit et le but du programme.

Points communs

Donnez une grande feuille à chacun des petits groupes de trois ou quatre parents.

Demandez-leur de faire la liste des dix choses qu'ils ont en commun.

Par exemple, ce qu'ils aiment et détestent, le nombre d'enfants qu'ils ont ou l'âge de leurs enfants, ou l'endroit où ils sont nés.

Dès que les parents découvrent quelque chose qui s'applique seulement à eux (*« Est-ce que quelqu'un a fait du bungee? », « Est-ce que quelqu'un aime les navets? »*), ils l'écrivent dans l'un des coins de la page.

En plus d'apprendre beaucoup de choses qu'elles ont en commun en tant que groupe, les participantes apprendront plusieurs choses personnelles.

Les jeux de noms

Les jeux de noms diffèrent un petit peu des activités pour briser la glace. Celles-ci permettent aux gens de se déplacer et de se décontracter, alors que les jeux de noms les aident à apprendre le nom des autres. Les jeux de noms marchent bien une fois que les participantes se sont déjà un peu amusées ensemble, qu'elles se sentent plus à l'aise et qu'elles sont peut-être plus désireuses de connaître le nom des autres.

EXEMPLES DE JEUX DE NOMS

Les initiales révélatrices

Demandez aux parents de penser à un mot qu'ils aiment et qui commence avec la même lettre que leur prénom. Faites-les se présenter en utilisant ce mot pour se décrire.

Par exemple :

> Francine Lemieux : « *Je suis Francine la formidable.* »
>
> Joël Leblanc : « *Je suis Joël le joyeux.* »

Le panier de pique-nique

Demandez aux parents de faire semblant qu'ils vont en pique-nique.

Demandez-leur de se présenter et de nommer le type d'aliment qu'ils aimeraient amener en pique-nique. Leur aliment doit commencer avec la même lettre que leur nom.

Quand les parents se présentent, ils disent leur nom et la nourriture ainsi que le nom et la nourriture des parents qui ont parlé avant eux.

Par exemple :

> *« Je m'appelle Odette et j'apporte des œufs. »*
>
> *« Je m'appelle Chandra et j'apporte des chapatis. » Odette apporte des œufs. »*

> *« Je m'appelle Thomas et j'apporte du thé. Odette apporte des œufs, Chandra apporte des chapatis. »*

Encouragez les parents à s'aider s'ils perdent leur place ou s'ils oublient le nom ou l'aliment d'une autre personne.

Faites une étiquette d'identité

Matériel requis :

- fiches avec trous percés dans deux coins et le nom d'un parent imprimé sur chacune
- du fil de différentes couleurs
- du matériel de bricolage : étiquettes, marqueurs, ciseaux, colle, vieux magazines, timbres et tampons encreurs

Faites asseoir les parents à une table avec le matériel de bricolage à portée de la main. Donnez à chacun des parents son étiquette d'identité et du fil.

Demandez aux parents d'utiliser les matériaux pour décorer leur étiquette d'identité afin d'en dire un peu plus long sur eux-mêmes. Par exemple, ils pourraient

coller une étoile pour chaque enfant, coller des illustrations d'animaux qu'ils aiment ou utiliser leur couleur favorite. L'animatrice devrait se joindre à eux et faire sa propre étiquette d'identité de la même façon. Demandez aux parents de faire passer les fils par les trous, de faire un nœud et de se passer l'étiquette d'identité autour du cou.

Demandez aux parents de se présenter en utilisant les dessins sur leur étiquette de nom. Ramassez les étiquettes de noms à la fin de chaque rencontre et redistribuez-les au début des rencontres suivantes.

Les enfants peuvent faire la même activité en garderie.

Activités de réchauffement

Le réchauffement – aussi appelé exercice énergisant – peut servir à commencer une rencontre, à faire revenir les personnes dans le groupe après une pause ou à donner de l'énergie. Il peut s'agir d'un moyen très utile de rassembler les personnes ou de les faire sortir de leur vie quotidienne pour participer au groupe.

Le but du réchauffement est :

- d'aider les parents à faire la transition entre leur journée et la rencontre;
- d'encourager les parents à exprimer leurs intérêts tout au long du programme;
- de créer un bon climat d'apprentissage;
- de favoriser les échanges entre les parents.

Votre activité de réchauffement devrait durer 15 minutes environ. Sa longueur dépend de la taille du groupe, de l'ambiance à l'intérieur du groupe et de votre relation avec les participantes. En principe, l'activité de réchauffement doit mener tout naturellement à votre première activité d'apprentissage.

Le réchauffement devrait apporter beaucoup de plaisir, faire réfléchir, permettre aux adultes de jouer et leur donner des idées de choses à faire avec leurs enfants. Bon nombre d'adultes ne jouent pas ou ne s'amusent pas beaucoup, seuls ou avec leurs enfants. Certains d'entre eux appartiennent à une culture qui n'encourage pas le jeu. D'autres ont peur d'avoir l'air ridicule.

Les éléments essentiels d'une bonne activité de réchauffement sont :

- beaucoup de mouvement,
- du plaisir – beaucoup de rires.

Les jeux d'enfants peuvent être des exercices efficaces, même s'il faut souvent les modifier pour insister plus sur la collaboration que sur la compétition. (Bon nombre de jeux d'enfants reposent sur l'idée que le meilleur doit gagner.)

EXEMPLES D'ACTIVITÉS DE RÉCHAUFFEMENT

Les chaises musicales adaptées

Faites un cercle de chaises, les chaises étant tournées vers l'intérieur pour que les parents soient face à face dans le cercle. Mettez une chaise de moins que le nombre de participantes. Placez la dernière chaise au milieu du cercle.

La personne au milieu dit à voix haute quelque chose qui est vrai d'elle-même et, on l'espère, des autres membres, comme « *J'ai deux enfants* ». Toute personne pour qui cela est vrai, y compris la personne assise au centre, doit se dépêcher de trouver une autre place. Les personnes à qui cela ne s'applique pas restent à leur place pendant que les autres courent à la recherche d'une place.

La personne qui n'a pas de place dans le cercle de chaises doit prendre la chaise centrale et lancer une autre déclaration, comme « *Je suis venue à pied aujourd'hui* ». Et ainsi de suite.

Cette activité peut durer jusqu'à 15 minutes. Arrêtez-la lorsque le niveau d'énergie est encore élevé.

Puis-je?

« Puis-je? » peut être utilisé avant toute activité relative au jeu, aux manières, à la façon dont on souhaite qu'on nous parle ou dont on veut jouer à différents âges.

Toutes les personnes à l'exception d'une doivent être en ligne. La personne qui s'est portée volontaire pour commencer se tient un peu à l'écart. Elle indique à chaque personne à tour de rôle le nombre, le type de pas

à faire (pas de ciseau, pas de parapluie, pas de bébé, pas de géant) et la direction (en avant, en arrière, sur le côté) dans laquelle elle doit les faire. Par exemple, « George, vous pouvez faire deux pas de bébé sur le côté ». George doit répondre « *Puis-je?* ».

La personne qui s'est portée volontaire donne ensuite la permission ou modifie ses instructions. Par exemple, « *Non. Vous devez faire trois pas de ciseau vers l'avant* » ou « *Oui* ». L'idée est d'être la première personne à atteindre l'endroit où se trouve l'animatrice. Si un joueur oublie de dire « *Puis-je?* », il perd son tour.

Réveiller les morts

Toutes les participantes à l'exception d'une se couchent sur le sol en cercle, les pieds les uns près des autres et la tête à l'extérieur du cercle. Elles restent bien droites et les yeux fermés.

Le « gardien du cimetière » va vers une des personnes et, sans la toucher, cherche à la faire rire. Si elle rit, elle se retrouve avec le gardien et cherche à faire rire une autre personne. Le jeu continue jusqu'à ce que tout le monde soit debout.

Ce jeu peut servir avant une activité sur le sang-froid, l'attitude défensive, le choix de ce à quoi on réagira, l'élimination du stress ou le pouvoir du rire.

Le casse-tête humain

Toutes les participantes sauf une se tiennent la main en cercle. La personne qui se tient en dehors du cercle leur tourne le dos. Les membres du cercle se tournent et passent les uns sur les autres et sous les bras et les jambes tout en se tenant les mains jusqu'à ce que tout le monde fasse partie d'un nœud serré.

La personne qui est en dehors du cercle cherche alors à « défaire le nœud » et à remettre le groupe dans son état original sans que personne ne lâche les mains des autres.

Le panier de souvenirs

Dans un grand panier peu profond, placez un certain nombre de petits objets qui pourraient évoquer des souvenirs d'enfance – par exemple, un canif, une petite poupée, un petit livre, une pièce de monnaie, une bobine de fil de pêche, des allumettes, un crayon, de la craie, un appareil photo, une petite pelle, une tasse à mesurer, une auto miniature, un fil de broderie et une locomotive. Il faut avoir plus d'objets que le nombre de participantes dans le groupe.

Demandez aux parents de faire circuler le panier et de choisir un objet qui leur rappelle quelque chose de leur enfance. Lorsque toutes les personnes ont choisi quelque chose, demandez-leur de dire pourquoi elles ont choisi cet objet.

Le jouet favori

Toutes les personnes doivent être assises en cercle. Posez la question : « *Quel était votre jouet favori quand vous étiez petite?* » Donnez à chacun le temps de parler de son jouet favori et des souvenirs qui s'y rattachent.

Devinez qui c'est

Faites passer des petites fiches de carton ou des feuilles. Demandez aux participantes d'écrire quatre choses sur elles-mêmes que le groupe ne sait pas. Ramassez les cartes et lisez-les à voix haute. Les participantes doivent deviner de qui est la fiche.

Comme variante de ce jeu, demandez à chaque personne d'écrire deux choses qui sont vraies et que personne ne sait sur elle, et une chose qui est fausse. Lorsque chacun lit la liste à voix haute, les autres cherchent à deviner ce qui est vrai et ce qui est faux. Ce jeu peut être très drôle et donner aux participantes la permission de parler de choses intéressantes ou épouvantables qu'elles ont faites, et à toutes d'inventer quelque chose qu'elles auraient souhaité faire. Ce jeu leur rappelle aussi que le fait d'exagérer ou de dire quelque chose qui n'est pas vrai peut être très amusant, pour qu'elles soient plus compréhensives quand leurs enfants mentent.

Chanter en mimant les paroles

Savez-vous planter les choux?

Les parents chantent « *Savez-vous planter les choux?* » tout en mimant les paroles de la chanson par des mouvements divers.

Faites chanter les différents couplets à différentes participantes et demandez-leur de faire des mouvements différents.

Cette chanson peut être utilisée avant d'aborder un sujet sur la façon d'être indulgent envers soi-même et les autres ou au moment d'envisager les tourbillons de la vie.

Alouette, gentille alouette.

Demandez aux participantes de changer les paroles.

Je te plumerai la tête...
les ailes, la queue...
Je te plumerai la tête...
les pattes, le bec...

Faites en sorte qu'elles bougent chaque partie du corps quand elles chantent.

Répétez les paroles de plus en plus vite jusqu'à ce que tout le monde perde le souffle en riant et ne puisse plus suivre.

Ce jeu peut être fait avant de discuter des questions et des idées à propos du corps.

Exemples d'exercices énergisants

Les exercices énergisants sont des activités très rapides qui servent à recharger ou à changer l'énergie du groupe.

Inspirer, expirer, lever les bras, baisser les bras

Tout le monde fait un cercle, les bras le long du corps. Tout en respirant, on étend les bras et on les lève au-dessus de la tête. Puis on baisse les bras tout en expirant.

À répéter 3 fois, en respirant bruyamment et vigoureusement.

Chaque personne se tourne vers la personne à sa gauche. Tout en respirant fort, elle étend ses bras sur le côté au niveau des épaules. Elle baisse les bras en expirant.

Répéter 3 fois

La machine humaine

Les participantes forment un cercle. Une personne va au centre et commence à faire les mouvements d'une machine.

Chaque personne vient ajouter un mouvement différent ou fait un bruit de machine différent.

Au signal « CHANGEZ », chaque personne doit faire un nouveau mouvement.

Faire le moulin à vent ou la meule à grain

Il faut se mettre en cercle avec suffisamment de place pour bouger les bras librement. Avec les bras tendus et les doigts serrés, bougez les bras en un large cercle vertical pour faire du vent comme un moulin à vent.

Après 10 mouvements environ, changez de mouvement pour faire un cercle horizontal afin de moudre du grain.

Frapper du pied

Demandez à tout le monde d'enlever ses chaussures.

Tout le monde commence à frapper du pied de plus en plus vite.

Tarzan

Tout le monde se tient debout, se frappe la poitrine et crie comme Tarzan.

Le sautillement

Il s'agit de faire jouer du rock'n roll des années 50 et de danser dans la pièce.

Les activités de suivi

Le suivi se fait à la fin de chaque rencontre. Il permet de vérifier rapidement comment le groupe évolue, comment les participantes se sentent et ce qu'elles retiennent des rencontres.

EXEMPLES D'ACTIVITÉS DE SUIVI

Bulletin météorologique

Demandez aux participantes d'exprimer leurs sentiments sous forme de bulletin météorologique. Par exemple :

- *« Nuageux avec des éclaircies brèves.»*
- *« Chaud avec des passages de brouillard occasionnels. »*

Décrivez-vous vous-même

Choisissez l'un des mots suivants et demandez aux participantes de se décrire comme si elles étaient :

- un meuble
- une chanson
- un instrument de musique
- un animal

Dites-nous...

Cette activité peut être faite verbalement ou être écrite et lue à voix haute.

Dites-nous...

- ce que vous avez observé aujourd'hui;
- ce que cela vous a fait comprendre;
- ce que vous allez faire différemment au cours de la prochaine semaine.

Portrait de groupe

Il peut servir à peu près à mi-chemin dans un programme pour vérifier le progrès du groupe et la manière dont les participantes se sentent par rapport au groupe.

Dessinez un grand cadre sur une feuille mobile. Donnez des marqueurs de couleur et demandez aux parents de se dessiner tour à tour dans le cadre. Vous pouvez demander aux parents de dire quelque chose sur la couleur qu'ils ont choisie et sur la place où ils se trouvent dans le dessin.

Utilisation de la documentation du programme Y'a personne de parfait

La documentation du programme Y'a personne de parfait vous permet de donner des thèmes à vos rencontres. Elle contient les renseignements de base du programme. Les documents que toutes les participantes reçoivent dans la trousse (les cinq livres, les deux tableaux sur la croissance et le développement, et l'autocollant pour les numéros de téléphone) sont particulièrement utiles.

Comment utiliser les livres pour les parents?

Comme les livres du programme Y'a personne de parfait constituent la base du programme, les parents doivent apprendre à les utiliser pendant les rencontres.

« Plus les parents utilisent les livres pendant les rencontres, plus ils sont à l'aise pour les utiliser chez eux. » – Une animatrice.

Les livres pour les parents ont été écrits en consultation avec des parents, des expertes-conseil et des

intervenantes dans le domaine de la santé des enfants, du développement et de la sécurité. Ils ont été révisés en 2015 et renferment l'information la plus exacte et la plus à jour qui soit.

Les livres sont drôles, faciles à lire et à utiliser. Ils sont conçus pour rendre l'information intéressante et accessible à des parents ayant des origines ethniques et des niveaux d'instruction différents.

Les livres sont conçus pour donner de l'information de plusieurs manières :

Les illustrations

Les illustrations sont très colorées, amusantes et pleines de petits détails qui attirent l'œil et retiennent l'attention. En plus d'être drôles à regarder, les dessins transmettent des messages. On a veillé à ce que tous les renseignements indiqués soient exacts – par exemple, lorsqu'on montre une chaise haute, elle correspond aux normes de sécurité. Toutes les activités représentées dans les illustrations sont sécuritaires. Tous les enfants sont montrés dans une situation où ils font des choses qui conviennent à leur âge.

Le souci du détail rend les livres du programme Y'a personne de parfait utiles pour les parents peu instruits, qui peuvent ainsi obtenir de l'information à partir des illustrations, même s'ils ne peuvent pas lire le texte.

De la même façon, on a aussi pris soin de représenter les parents et les enfants de nombreux groupes ethniques dans les illustrations ainsi que des enfants et des adultes ayant des handicaps physiques, ce qui permet à une vaste gamme d'enfants et de parents de se retrouver dans les livres du programme Y'a personne de parfait.

Les couleurs

Les couleurs servent aussi à communiquer. En regardant la page de la table des matières dans chacun des livres, vous pourrez voir que chaque couleur représente un groupe de sujets (ou parfois un groupe d'âge). Il y a une bande de couleur en haut de chaque page, cette couleur correspond au bloc de la même couleur de la table des matières, ce qui facilite la recherche des sujets.

Le texte en gras

Les titres et les messages importants sont le plus souvent écrits en caractères gras. Souvent, les points importants

sont écrits au bas des pages, ce qui permet aux lecteurs de trouver rapidement l'information importante et aux parents qui ne peuvent pas lire facilement de trouver beaucoup de renseignements en feuilletant le livre et en ne lisant que les caractères gras.

Les iMessages

Lorsqu'un se trouve sur une page, les parents sont guidés pour savoir où trouver plus d'information sur un sujet particulier.

Le texte

Le texte contient la totalité du message et explique les idées présentées par les illustrations et le texte en caractères gras. Les parents qui lisent facilement peuvent lire l'ensemble du livre ou les parties qui les intéressent. Chacun des sujets a été couvert en une ou deux pages, et le texte est écrit aussi clairement et simplement que possible.

Cette présentation permet d'utiliser les livres de différentes manières et d'encourager les parents à les utiliser chez eux. L'animatrice peut :

Se concentrer sur les illustrations

- Vous pouvez demander à un parent de dire ce qu'une illustration évoque pour lui (par exemple, l'illustration sur le stress dans le livre sur LES PARENTS).
- Vous pouvez demander aux parents s'ils sont d'accord avec l'idée exprimée par une illustration précise (par exemple, l'illustration dans la section sur les jeux sexuels, dans le livre sur LE COMPORTEMENT).

Travailler à partir des blocs et des bandes de couleur

- Vous pouvez demander aux parents de choisir un sujet dans un bloc de couleur, à la page de la table des matières (par exemple, un sujet dans le bloc bleu sur les Premiers soins dans le livre sur LA SÉCURITÉ).
- Vous pouvez demander à un parent de choisir le bloc de couleur qui l'intéresse le plus (par exemple, le bloc jaune dans le livre sur LE DÉVELOPPEMENT concerne les enfants de deux et trois ans).
- Utilisez les messages en caractères gras ou demandez aux parents de les lire. Vous pouvez utiliser les messages qui sont en caractères gras pour lancer la discussion (par exemple, Mieux vaut prendre des précautions que de toujours dire « Non » – LE COMPORTEMENT). Les parents sont-ils d'accord?

Discuter des idées, des situations ou des conseils figurant sur une page

- Vous pouvez inviter les parents à poser des questions, puis chercher les réponses ensemble dans les livres du programme Y'a personne de parfait.
- Vous pouvez proposer un sujet tiré d'un livre en particulier et demander aux parents s'ils sont d'accord avec ce qui est dit dans le livre.
- Vous pouvez demander aux parents ce qu'ils pensent d'un sujet en particulier. Ce qu'ils pensent, par exemple, du rose pour les filles et du bleu pour les garçons? (LE DÉVELOPPEMENT). Éteignent-ils la télévision quand il y a certains programmes? Si oui, lesquels? (LE DÉVELOPPEMENT)
- Vous pouvez demander aux parents ce qu'un mot particulier signifie pour eux, par exemple esprit, comportement, compliment ou jeu.

Comment utiliser les affiches de croissance et de développement

L'affiche de développement de l'enfant de la naissance à 5 ans

Le tableau montre certain des activités qui marquent le développement normal de l'enfant. Il s'agit uniquement d'un guide. Les parents qui s'inquiètent du développement de leurs enfants doivent consulter un professionnel de la santé.

Il y a neuf colonnes horizontales qui représentent chacune une période d'âge.

Il y a cinq illustrations par rangée. Chaque dessin est présenté avec une couleur différente et montre un type d'activités différent.

- Rouge : ressentir. Développement de l'interaction sociale.
- Orange : bouger. Le développement des habiletés motrices.
- Jaune : jouer. Le développement de la motricité fine.
- Vert : voir. Le développement des habiletés visuelles.
- Bleu : entendre et parler. Le développement des habiletés auditives et verbales.

Cette affiche peut servir :

- à lancer une discussion sur le développement physique ou mental normal d'un enfant;
- à lancer une discussion sur ce à quoi on peut s'attendre d'un enfant à un certain âge, et sur l'importance d'avoir des attentes réalistes sur la manière dont l'enfant devrait se comporter;
- à commencer une discussion sur le jeu ou sur les précautions à prendre pour protéger l'enfant en demandant aux parents de trouver toutes les choses que leurs enfants peuvent faire.

L'affiche de croissance : de 2 à 5 ans

Cette affiche indique la taille des enfants de 2, 3, 4 et 5 ans.

Il y a quatre bandes de couleurs qui représentent chacune un groupe d'âge et la taille des enfants de cet âge.

- Bleu : 2 ans
- Orange : 3 ans
- Vert : 4 ans
- Rouge : 5 ans

Les illustrations au-dessus et au-dessous de chaque bande de couleur montrent différentes habiletés et activités qui indiquent un développement sain pour un enfant de cet âge.

Cette affiche est conçue pour être accrochée au mur. Les directives au bas de l'affiche indiquent comment l'accrocher.

L'affiche peut servir à :

- lancer une discussion sur l'état de développement physique ou mental d'un enfant;
- montrer comment chaque enfant est différent (voir le livre sur LE CORPS) – les enfants du même âge peuvent être différents tout en étant très sains et normaux;
- lancer une discussion sur l'importance du jeu dans le développement mental et physique des enfants.

Le matériel du programme Y'a personne de parfait pour les parents d'enfants en bas âge

Comme tous les parents, les parents d'enfants en bas âge s'intéressent aux besoins particuliers de leurs enfants. Bien que le programme Y'a personne de parfait vise les parents d'enfants de la naissance jusqu'à l'âge de 5 ans, les livres et le matériel pour les parents contiennent beaucoup d'information sur les bébés. Par exemple, l'affiche sur le développement des enfants en bas âge va de la naissance à 24 mois.

Sections des livres du programme Y'a personne de parfait qui portent sur les bébés :

LE COMPORTEMENT

L' attachement, la confiance et le comportement page 8
Le tempérament page 10
Être un parent positif page 11
N'ayez pas d'attentes trop grandes page 12
Un moment de calme page 22
Je suis parfois vraiment fâché! page 26
Le bébé qui pleure page 30
L'enfant qui s'accroche à vous page 54
La jalousie envers un nouveau bébé page 60

LE CORPS

Mon enfant est-il en bonne santé? page 6
Comment garder mon enfant en bonne santé? page 7
L' alimentation de votre bébé page 14
Le examen médical régulier page 24
Faire vacciner votre enfant page 25
Aider votre enfant à rester propre page 26
Prendre soin des dents de votre enfant page 28
Un foyer sans fumée pour votre enfant page 30
Comment savoir si mon enfant est malade? page 32
Prendre rendez-vous avec un professionnel de la santé page 34
Quand donner des médicaments? page 35
Les coliques page 41
La constipation page 43
La diarrhée page 45
L'érythème fessier page 47
La fièvre page 48
La laryngite page 54
Le mal de gorge page 55
Les maux d'oreille page 56
Les vomissements page 63

LE DÉVELOPPEMENT

L'attachement page 10
L'attachement et les sentiments page 8
De 0 à 6 mois page 14
En sécurité, rassuré, aimé et compris page 14
Penser, ressentir, apprendre et jouer page 15
Activités à faire avec votre bébé page 17
Des jouets pour s'amuser et apprendre page 18

LES PARENTS

Ce livre concerne tous les parents, mais les pages suivantes seront particulièrement utiles à ceux qui ont un bébé :

Les parents sont des êtres humains page 6
Se réserver du temps page 7
L'estime de soi page 8
L'attachement page 10
Le respect mutuel page 11
Ce que les gens vont penser page 17
Le maintien de solides relations page 18
Habiter avec d'autres membres de la parente page 20
Le stress page 28
La colère page 32
La tristesse page 34
Le « baby blues » page 38
La dépression post-partum page 39
Briser l'isolement page 47
La violence et les mauvais traitements page 58
Que faire si je crains de blesser mon enfant? page 68

LA SÉCURITÉ

La sécurité à tout âge page 12
De la naissance à 6 mois page 13
De 6 à 12 mois page 16
La sécurité au quotidien page 26
Choisir des produits sécuritaires pour les enfants page 30
La sécurité et les sièges d'auto page 36
Choisir le bon siège d'auto page 37
Premiers soins page 50
Que faire en cas d'urgence page 56
Urgences majeures page 59

Chapitre 10 :

Le programme Y'a personne de parfait en rencontres individuelles

- Quand les rencontres individuelles sont efficaces
- La planification d'un programme individuel
- La planification d'une rencontre individuelle

Quand les rencontres individuelles sont efficaces

Le plus souvent, le programme Y'a personne de parfait est offert à un groupe de parents. Cette formule encourage les parents à s'entraider et à établir des réseaux qui assurent que le soutien continue après la fin du programme.

Cependant, il n'est pas toujours possible d'organiser des rencontres de groupe, et certains parents ne peuvent pas participer à de telles rencontres. Dans ce cas, on peut offrir le programme Y'a personne de parfait de façon individuelle. Parfois, l'animatrice peut travailler avec un seul parent jusqu'à ce qu'il soit prêt à se joindre à un groupe.

Même si vous travaillez avec un seul parent, votre programme, vos rencontres et vos activités devraient suivre le cycle d'apprentissage par l'expérience de la même façon que si vous travailliez en groupe. Chaque activité et chaque rencontre, ainsi que l'ensemble du programme, devraient offrir au parent des expériences et l'occasion de faire des observations, d'en comprendre le sens et d'appliquer ce qu'il a appris.

Les rencontres individuelles peuvent être nécessaires :

- pour les parents qui ont besoin de plus de contacts personnels.

« J'ai trouvé que les mères parlaient plus ouvertement pendant les rencontres individuelles. On a parlé de choses beaucoup plus personnelles. » – Une animatrice.

- pour les parents qui se sentent mal à l'aise à l'idée de participer à un groupe. Les rencontres individuelles ne permettent pas d'encourager le soutien mutuel, à moins que l'animatrice puisse faire en sorte que le parent se joigne à un groupe. Certaines animatrices ont dû travailler avec des parents jusqu'à ce qu'ils se sentent assez à l'aise pour devenir membres d'un groupe. Cela a très bien fonctionné.

  « Je me souviens d'avoir travaillé avec une jeune mère. Elle était très timide et certainement pas prête à participer à un groupe. Après deux rencontres individuelles, elle a accepté qu'une autre mère se joigne à nous, une ou deux fois. La semaine suivante, un groupe a commencé, et elles sont venues aux rencontres ensemble. »

« On peut évaluer les besoins d'un parent et repérer les obstacles qu'il doit surmonter en commençant par des rencontres individuelles. Une fois qu'il se sent mieux, on peut l'inviter à la série de rencontres suivante. » – Une animatrice.

- pour les couples.

« Les rencontres avec des couples donnent aux partenaires qui ne peuvent pas se joindre à un groupe la possibilité d'apprendre ensemble. J'ai trouvé que cette formule fonctionne très bien. Les parents parlent de leurs préoccupations intimes, ils mettent les problèmes familiaux sur la table; il est ainsi plus facile de régler ces problèmes que dans un groupe. » – Une animatrice.

- pour présenter le programme Y'a personne de parfait dans une collectivité où les gens n'ont pas l'habitude de participer à des groupes.

« Nous n'avons pas réussi à trouver des parents qui voulaient faire partie d'un groupe. Nous avons donc dû commencer par des rencontres individuelles afin d'intéresser les parents au programme. En fin de compte, nous avons pu regrouper les parents, et cela a très bien fonctionné. » – Une animatrice.

« Dans ma région, il n'y a jamais eu de cours ou de groupes sur le métier de parent. Les gens n'aiment pas tellement parler de ces choses, surtout pas devant un groupe. Il y a beaucoup de mythes au sujet du métier de parent. Nous avons décidé qu'il valait mieux commencer par des rencontres individuelles. » – Une animatrice.

La mise en œuvre du programme par des rencontres individuelles peut quand même présenter certains défis pour l'animatrice :

- **Il est difficile d'encourager le soutien mutuel des parents,** ce qui est pourtant un des buts du programme. Lorsqu'elle travaille avec un seul parent, l'animatrice doit tenter de l'amener à faire partie d'un groupe, de façon à profiter du soutien mutuel et du partage qu'un groupe peut offrir.

« Nous avons un centre de ressources pour la famille qui organise une halte-jeu une fois par semaine. C'est souvent une façon rassurante de se rapprocher pour les gens qui sont trop timides pour faire partie d'un groupe. Je les encourage à venir et j'y assiste avec eux s'ils me le demandent. »
– Une animatrice.

- **Les rencontres individuelles peuvent prendre beaucoup de temps** pour les animatrices dont l'horaire est déjà très chargé.
- **Les parents peuvent penser qu'ils font quelque chose de mal ou être mal à l'aise.** Quand l'animatrice est une professionnelle (par exemple, une infirmière en santé communautaire), les parents peuvent se sentir gênés de recevoir autant de visites. De plus, certains parents sont embarrassés de recevoir toute l'attention de l'animatrice.
- **Chez certaines personnes, il peut être difficile de trouver un endroit tranquille.** Par exemple, une mère peut ne pas souhaiter que son conjoint ou un autre membre de sa famille assiste aux rencontres, mais avoir de la difficulté à l'éloigner si les rencontres ont lieu chez elle. Lors du recrutement, vous pouvez examiner le besoin de vous rencontrer dans un lieu tranquille ou privé.
- **La garde des enfants peut poser un problème.** Une mère peut juger qu'il est inutile de faire garder ses enfants si les rencontres ont lieu chez elle, mais les enfants non surveillés peuvent l'empêcher de se concentrer.
- **Les parents peuvent devenir dépendants de l'animatrice.** Les parents ont peut-être tendance à moins prendre l'initiative parce qu'ils perçoivent l'animatrice comme une experte dans le métier de parent et se fient toujours à ses solutions et conseils.

Une bonne discussion avec l'organisme de mise en œuvre vous aidera à vous familiariser avec les avantages et les défis des rencontres individuelles. Vous pouvez ainsi prévoir certains problèmes et préparer vos stratégies en conséquence. De la même façon, vous pouvez apprendre à profiter des avantages que les rencontres individuelles offrent à l'animatrice. N'oubliez pas qu'un des principaux buts des rencontres individuelles est d'amener les parents à participer à un groupe.

La planification d'un programme individuel

Les parents qui participent au programme Y'a personne de parfait lors de rencontres individuelles ont besoin des mêmes renseignements que les parents qui font partie d'un groupe.

L'horaire

Les rencontres individuelles sont souvent plus courtes que les rencontres de groupes parce qu'il n'y a qu'un seul participant et que, par conséquent, les activités prennent moins de temps.

Si les rencontres ont lieu chez le parent, vous pouvez choisir un moment tranquille, pendant l'heure de la sieste, par exemple.

« La réussite d'une rencontre dépend parfois de petites choses, par exemple ne jamais fixer un rendez-vous à l'heure des téléromans. Essayez une seule fois, et vous ne le ferez plus jamais. »
– Une animatrice.

Le lieu de rencontre

Dans les rencontres individuelles, la plupart des parents préféreront vous rencontrer chez eux. Toutefois, ceux qui habitent chez leurs parents ou avec d'autres membres de leur famille élargie préféreront peut-être un autre endroit. Dans ce cas, soyez prête à proposer un autre lieu, par exemple une salle communautaire ou un bureau. Il est important que le parent se sente détendu et à l'aise.

La garde des enfants

Si vous rencontrez un parent chez lui, demandez-lui quels arrangements il a pris pour la garde de ses enfants. Il est très difficile d'avoir une discussion sérieuse si le parent doit s'occuper de ses enfants en même temps. Vous pouvez tenir les rencontres pendant la sieste. Il se peut aussi qu'un membre de la famille ou une amie puisse s'occuper des enfants pendant les rencontres.

La planification d'une rencontre individuelle

L'introduction

L'introduction des rencontres individuelles doit être informelle et détendre l'atmosphère. Vous pouvez par exemple demander des nouvelles des membres de la famille ou reprendre des sujets abordés lors de la rencontre précédente. Vous pouvez aussi faire un lien avec ce qui s'est passé la dernière fois en posant une question comme « *Avez-vous essayé de régler le problème avec la méthode que nous avons vue la semaine dernière? Voulez-vous que nous discutions à nouveau de cette méthode?* ». La conversation doit être informelle pour donner au parent assez de temps pour répondre à vos questions.

Sujets de la rencontre

Comme dans les rencontres de groupe, les sujets que vous aborderez dépendent des intérêts et des préoccupations du parent. Posez-lui des questions pour vous assurer que les rencontres répondent à ses besoins.

La souplesse est aussi importante dans les rencontres individuelles que dans les groupes. Soyez prête à modifier le sujet des rencontres pour réagir aux incidents ou situations qui surviennent dans la vie du parent ou de la famille. Soyez flexible dans le cas où le parent exprimerait le désir de passer plus de temps que prévu sur un sujet.

Les décisions sur le fonctionnement

Les décisions que vous prenez pour des rencontres individuelles peuvent être un peu différentes de celles d'un groupe, mais le but est le même : l'animatrice et la participante s'entendent sur ce qu'il faut faire pour se sentir à l'aise et en sécurité Voir « Planifier la première rencontre », au chapitre 8, pour des renseignements sur la façon de prendre des décisions sur le fonctionnement.

La partie principale

Il est facile de créer une situation où c'est vous qui parlez constamment. Cependant, en réfléchissant bien à vos objectifs, vous pouvez créer des activités qui exigent la participation du parent et qui fonctionnent bien dans une rencontre individuelle.

Lorsque vous planifiez vos rencontres, n'oubliez pas qu'en général, les activités prennent beaucoup moins de temps avec un seul parent qu'avec un groupe. Pensez aussi à suivre le cycle d'apprentissage par l'expérience dans les activités que vous prévoyez.

La conclusion

La conclusion d'une rencontre individuelle comprend les mêmes activités et a le même but qu'une rencontre de groupe. Elle donne au parent l'occasion d'observer ce qui s'est passé au cours de la rencontre, d'y réfléchir, de penser à ce que cela signifie pour lui et de penser à une façon d'appliquer ces nouvelles connaissances dans sa vie de tous les jours. La conclusion comprend :

- un résumé des sujets traités (observation);
- l'occasion pour le parent de réfléchir à ce qu'il a ressenti ou appris pendant la rencontre (réflexion) et à la façon dont cela se rapporte à sa vie et au métier de parent (application);
- le suivi du déroulement de la rencontre;
- des suggestions du parent pour le contenu de la rencontre suivante;
- du soutien continu. Dans les rencontres individuelles, il n'y a aucune possibilité de soutien mutuel. Dans ce cas, le suivi pourrait consister à encourager le parent à participer à une activité qui le mettrait en contact avec d'autres parents, en l'invitant par exemple à se joindre à un groupe récréatif ou à assister à la lecture d'histoires à la bibliothèque du quartier, ou encore à se rendre au centre de ressources pour la famille.

NOTES

Chapitre 11 :
Listes de vérification et formulaires

- Listes de vérification
  - > La salle de rencontre
  - > L'équipement
  - > Fiche de renseignement sur les parents
- Plans de travail
  - > Plan de travail du programme
  - > Plan de travail d'une rencontre
- Feuilles de route
  - > Feuille de route d'une rencontre
  - > Feuille de route du programme
- Questionnaire d'évaluation
- Certificat de participation
- Questions à se poser pour régler un problème

Photocopiez ces formulaires et utilisez-les selon vos besoins.
Vous pouvez aussi vous en inspirer pour créer vos propres formulaires.

Liste de vérification : la salle de rencontre

Lieu

Nom :_____

Adresse :_____

Numéro de téléphone : (____)_____

Personne à rejoindre :_____

La salle est-elle :

- ☐ facile d'accès pour les parents?
- ☐ proche des arrêts d'autobus?
- ☐ ouverte aux heures voulues?
- ☐ assez calme aux heures voulues? (Pas d'activités bruyantes se déroulant en même temps – par exemple, un match de basket-ball à l'étage supérieur.)

La salle a-t-elle :

- ☐ un terrain de stationnement assez grand?
- ☐ assez d'espace pour permettre à plusieurs petits groupes de parler sans se déranger?
- ☐ un chauffage et une ventilation confortables?
- ☐ un coin cuisine?
- ☐ des toilettes?
- ☐ un endroit sécuritaire qui puisse être utilisé pour la garde des enfants?
- ☐ des installations de garderie? (Jouets, jeux, terrain de jeux)
- ☐ assez de chaises pour le groupe?
- ☐ des chaises que l'on peut déplacer?
- ☐ des tables?
- ☐ des interrupteurs pour l'éclairage et un thermostat accessibles? (Pouvez-vous allumer et éteindre les lumières, et régler la température?)

Autres choses à vérifier :

- Est-ce que le bâtiment ou la salle seront fermés à clé? Si oui, comment obtient-on la clé?
- Faut-il faire beaucoup de ménage après les rencontres? (Par exemple, faut-il balayer ou remettre les chaises à leur place?)
- Faut-il faire le ménage et quitter les lieux avant une certaine heure?
- Peut-on laisser de l'équipement dans la salle entre les rencontres?

Liste de vérification : l'équipement

Équipement	Disponible dans la salle	À apporter
Tableau noir		
Craie		
Chevalet pour tableau à feuilles		
Papier pour tableau à feuilles		
Marqueurs		
Cassette		
Magnétoscope et téléviseur		
Cordon de rallonge électrique		
extension cord		

Fiche de renseignement sur les parents

Date _____ Lieu _____

Animatrices (personnes-ressources) _____

Nom **Adresse** **Numéro de téléphone**	**Connaît l'heure, la date, et le lieu**	**Âge des enfants**	**A besoin de services de garde**	**A besoin de transport**	**Présence aux rencontres**

Plan de travail du programme

RENCONTRE Nº 1	RENCONTRE Nº 2	RENCONTRE Nº 3
Sujets	Sujets	Sujets
Activités	Activités	Activités
RENCONTRE Nº 4	**RENCONTRE Nº 5**	**RENCONTRE Nº 6**
Sujets	Sujets	Sujets
Activités	Activités	Activités
RENCONTRE Nº 7	**RENCONTRE Nº 8**	**RENCONTRE Nº 9**
Sujets	Sujets	Sujets
Activités	Activités	Activités

Plan de travail d'une rencontre – Modèle A

Rencontre n° _____ de _____ Date : _____

Objectifs d'apprentissage

Les parents auront l'occasion de :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Durée	**Sujet**	**Activités**	**Livres du programme Y'a personne de parfait**	**Équipement Ressources Rappels**

Plan de travail d'une rencontre – Modèle B

Rencontre/thème _____ Date/heure : _____

Durée	Activité	Matériel/ressources/livre pour les parents
_____ à _____		
_____ à _____		
_____ à _____		
_____ à _____		

Objectifs de la rencontre :

1. _____
2. _____
3. _____

Feuille de route d'une rencontre

Remplie par : _____

Rencontre n° _____ de _____

Sujets :

Mes impressions générales sur la rencontre :

Ce qui a bien fonctionné :

Ce que je ferai différemment la prochaine fois :

Ce que j'ai appris comme animatrice :

Questions en suspens sur lesquelles il faut revenir à la prochaine rencontre :

Feuille de route du programme

Remplie par : _____

Date du programme :

Lieu du programme :

Nombre d'heures consacrées à la préparation avant le début du programme :

Mes points forts comme animatrice :

Mes points faibles comme animatrice :

Ce que le groupe semble avoir aimé le plus au sujet du programme :

Ce que le groupe semble avoir aimé le moins :

Choses à noter pour la prochaine fois que j'animerai un programme :

Dis-nous ce que tu penses du programme Y'a personne de parfait.

Tes idées nous aideront à améliorer ce programme.

Quelle rencontre ou quelle idée tirée des rencontres a été la plus utile pour toi?

Qu'est-ce qui a changé dans ce que tu comprends, fais ou penses depuis ta participation au programme Y'a personne de parfait?

Quels nouveaux outils as-tu acquis comme parent?

Qu'est-ce qui ne t'a servi à rien?

Que devons-nous savoir pour améliorer le programme Y'a personne de parfait?

Que dirais-tu à tes amis sur le programme Y'a personne de parfait?

Nous remercions le Service de santé d'Ottawa-Carleton qui nous a transmis ce formulaire.

Certificat de participation

Pour les parents inscrits au programme Y'a personne de parfait, cette reconnaissance de leur participation au programme est importante.

Renseignez-vous pour savoir si votre organisme, collectivité, province ou territoire a conçu un certificat de participation. Dans le cas contraire, le certificat ci-inclus vous servira d'exemple. Vous pouvez en faire des copies et y inscrire le nom des parents. Si vous disposez d'un ordinateur, vous pouvez réaliser un certificat comportant le nom et le logo de votre organisme de mise en œuvre, les dates du programme et le logo du programme Y'a personne de parfait.

Agence de la santé publique du Canada | Public Health Agency of Canada

Canada

Certificat *de* réussite

Presenté à

Nom du bénéficiaire

PARTICIPANT(E) DU PROGRAMME

Programme parentale Y'*a personne de parfait*

_____ | Date

Votre nom

Quatre questions à se poser pour régler un problème

1. Qu’est-ce qui ne va pas?
2. Pourquoi?
3. Que faire?
4. Et si ça ne marche pas?

Module complémentaire :

adaptée pour un groupe « virtuel »

Écrit par : Carmen Paterson-Payne, Youville Centre, Manitoba

Le présent module est une version adaptée à partir d'une démarche individuelle expérimentée par des visiteuses à domicile dans le cadre d'une étude achevée en mai 2013. Cette formule permet à plusieurs parents de participer à un groupe « virtuel » du programme Y'a personne de parfait, tout en restant chacun chez soi. Les parents tirent les mêmes avantages que s'ils faisaient partie d'un groupe encadré par une animatrice, sans avoir à rencontrer les autres membres en personne.

Contexte et résultats

Les rencontres individuelles du programme Y'a personne de parfait peuvent aider grandement les parents qui arrivent dans une nouvelle collectivité, ceux qui ne peuvent participer à des séances de groupe pour des raisons d'isolement géographique, social ou culturel, et ceux qui ont simplement besoin de l'aide personnelle qu'une telle formule peut offrir. Grâce à une démarche individuelle adaptée, les organismes en milieu rural ou urbain peuvent offrir un environnement de groupe, à faible coût. Les rencontres individuelles de cette version adaptée du programme Y'a personne de parfait peuvent aussi s'inscrire dans le cadre de programmes établis de visites à domicile.

Les résultats de l'évaluation de Skrypnek (2009) révèlent que le programme Y'a personne de parfait réussit à atteindre presque tous ses objectifs, à savoir : des parents qui se débrouillent mieux, qui ont de meilleures relations avec leurs enfants, qui recourent moins aux punitions et qui savent mieux où trouver de l'aide. Ces mêmes résultats ont été obtenus avec la formule adaptée, même si les parents n'assistaient pas à la rencontre de groupe en personne, mais plutôt à la maison, de façon virtuelle, sous la direction d'une animatrice. Les parents ont dit s'être sentis normaux en constatant que les autres vivaient les mêmes situations et ils ont aimé l'échange mutuel de conseils. La plupart ont indiqué qu'ils avaient plus confiance en eux. Le plus étonnant est que neuf sur dix ont dit qu'ils assisteraient probablement à une rencontre de groupe de parents parce que l'expérience du groupe « virtuel » avait été positive.

« Je voulais que les parents soient moins critiques envers leurs façons d'agir comme parents et qu'ils aient plus de fierté et de confiance en eux. »
– Une visiteuse à domicile

« Oh! D'autres que moi vivent ça"! » « Je pensais qu'il n'y avait rien que moi » « Je fais bien ça! »
– Parents venant de lire le carnet de route du groupe « virtuel

Démarche

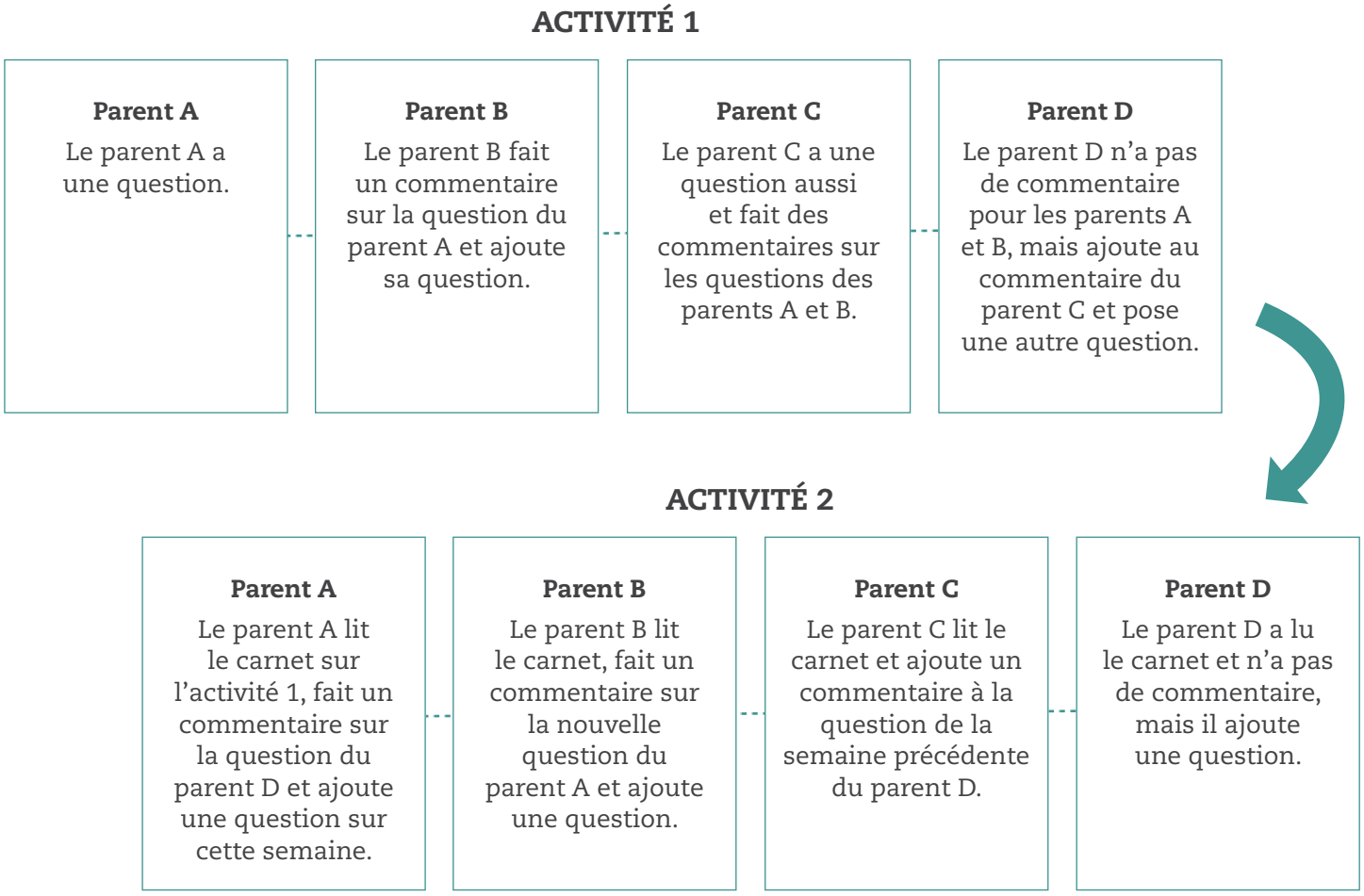
Les animatrices invitent les parents à participer à un groupe virtuel de la même façon que s'il s'agissait d'une rencontre de groupe ordinaire. S'il y a lieu, ils reçoivent une lettre expliquant en quoi consiste une démarche individualisée dans le cadre d'un groupe virtuel. Un groupe fonctionne mieux si plus de deux familles y participent. Les rencontres s'articulent autour de thèmes communs établis d'après les résultats des entretiens initiaux sur les sujets d'intérêt et de l'activité de brassage d'idées.

Les animatrices offrent ensuite les mêmes activités à chacune des familles. Elles créent un carnet de route où elles inscrivent les questions que les parents ont posées dans le cadre d'une activité. Ces questions sont ensuite transmises à la prochaine famille faisant cette activité, et ainsi de suite. Le fait d'aider les parents à rédiger les questions et les réponses de façon anonyme facilite la participation et les parents s'expriment davantage. Remarque : Il faut tenir compte du niveau d'alphabétisation des parents tout en encourageant ceux qui s'en sentent capables à écrire dans le carnet de route.

Il faut préalablement faire savoir aux parents que dans un groupe virtuel, l'animatrice n'affichera pas de commentaires où il est question de donner la fessée à l'enfant ou de lui faire mal d'une façon ou d'une autre, ni de conseils ou de questions d'ordre médical. Les parents qui ont des questions de cet ordre doivent être invités à consulter un professionnel de la santé.

Les animatrices utilisent le carnet de route pour amener les parents à participer à une discussion générale. Elles leur posent notamment des questions pour les aider à observer et à faire une réflexion par rapport à l'information. Elles les aident ensuite à appliquer cette information à leur propre situation. Il se peut que tous ne soient pas d'accord avec ce qui a été écrit et que certains renseignements ne renvoient pas à des pratiques exemplaires. Les animatrices doivent s'efforcer de poser des questions ouvertes pour aider les parents à s'informer et à trouver des solutions aux problèmes. On doit encourager les parents de s'exprimer et d'inscrire leurs commentaires et leurs questions dans le carnet de route.

Ce carnet fait office de forum en direct pour ceux qui font partie du groupe virtuel. Chaque rencontre ultérieure à la première commence par un examen du carnet et une discussion sur son contenu. Les enfants peuvent aussi faire un dessin pour les autres enfants et l'afficher dans le carnet. Après la dernière rencontre, une photocopie du carnet au complet est remise aux parents. Cette formule pourrait être adaptée pour un forum en ligne supervisé par une animatrice.



Exemples du déroulement d'une séance et d'activités pouvant être utilisées dans le cadre d'une série de six rencontres

Rencontre 1

APPRENDRE À SE CONNAÎTRE LES UNS LES AUTRES ET DÉTERMINER CE QUE LES PARENTS VEULENT SAVOIR

Objectif	La première partie de cette activité vise et à amener les participants à faire connaissance et à favoriser un esprit de groupe. La deuxième partie de l'activité consiste en une séance de brassage d'idées afin d'aider les parents à se sentir à l'aise de participer à une discussion. Utilisez ces éléments que les parents ont en commun comme point de départ pour planifier les rencontres à venir.
Matériel	Notes adhésives de format moyen, stylos
Déroulement de l'activité **Expérience**	• Demandez aux parents d'écrire leurs réponses aux questions suivantes sur leurs notes adhésives. Vous pouvez modifier les questions au gré de vos besoins ou poser moins de questions. Cette activité exige la prise de notes. Vous pourriez devoir venir en aide à certains parents en notant pour eux ce qu'ils disent. 1. Quel est l'endroit où vous préférez aller en famille? 2. Combien d'enfants avez-vous et quel âge ont-ils? 3. Nommez trois choses importantes à vos yeux au sujet de votre rôle de parent? 4. En quatre mots ou moins, qu'aimez-vous faire pour décompresser? 5. Quels sont les sujets sur lesquels vous aimeriez savoir plus par rapport à vos enfants ou votre rôle de parent en général? Nommez-en jusqu'à cinq. • Expliquez aux participants que cette liste d'éléments est le point de départ du groupe « virtuel ». Tous les participants verront les notes des autres. Si vous le préférez, vous pouvez regrouper toutes les réponses sur une même feuille.
	Groupez les réponses à la question 5 provenant de tous les participants en fonction de thèmes semblables. Ces renseignements serviront à la planification des cinq prochaines rencontres.

Example:

LIVRETS : Parents | Corps | Sécurité | Développement | Comportement

Parent A

- Je n'ai aucun moment pour moi-même
- Discipline
- Où amener mes enfants plus âgés pendant l'été
- Poussée des dents
- Que puis-je faire pour sécuriser mon appartement pour bébé

Parent B

- Comment savoir à quel moment je dois amener mon enfant chez le médecin ou à l'urgence
- À quel moment commencer les aliments solides
- Comment faire pour que mes enfants m'écoutent
- Je suis tout le temps fatigué

Parent C

- Que faire pour que les enfants arrêtent de se chicaner
- Comment amener mes enfants à manger des légumes
- Que puis-je faire lorsque mes enfants s'ennuient
- Mes enfants sont difficiles à l'égard de la nourriture

Rencontre 2

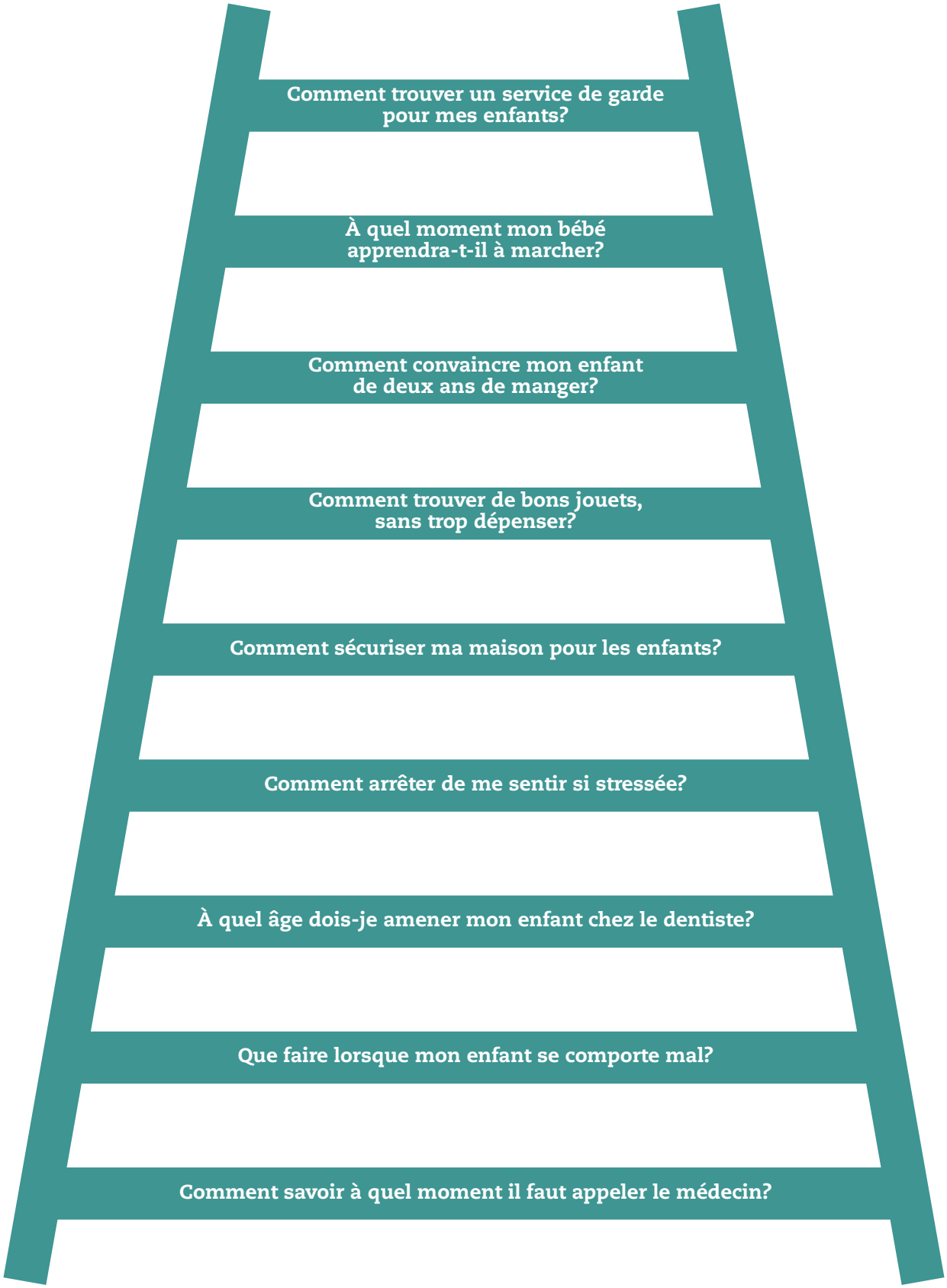
Il est important de commencer chaque rencontre en regardant le carnet de route et en discutant des questions et des remarques ajoutées lors des rencontres précédentes.

APPRENDRE À CONNAÎTRE L A DOCUMENTATION POUR LES PARENTS

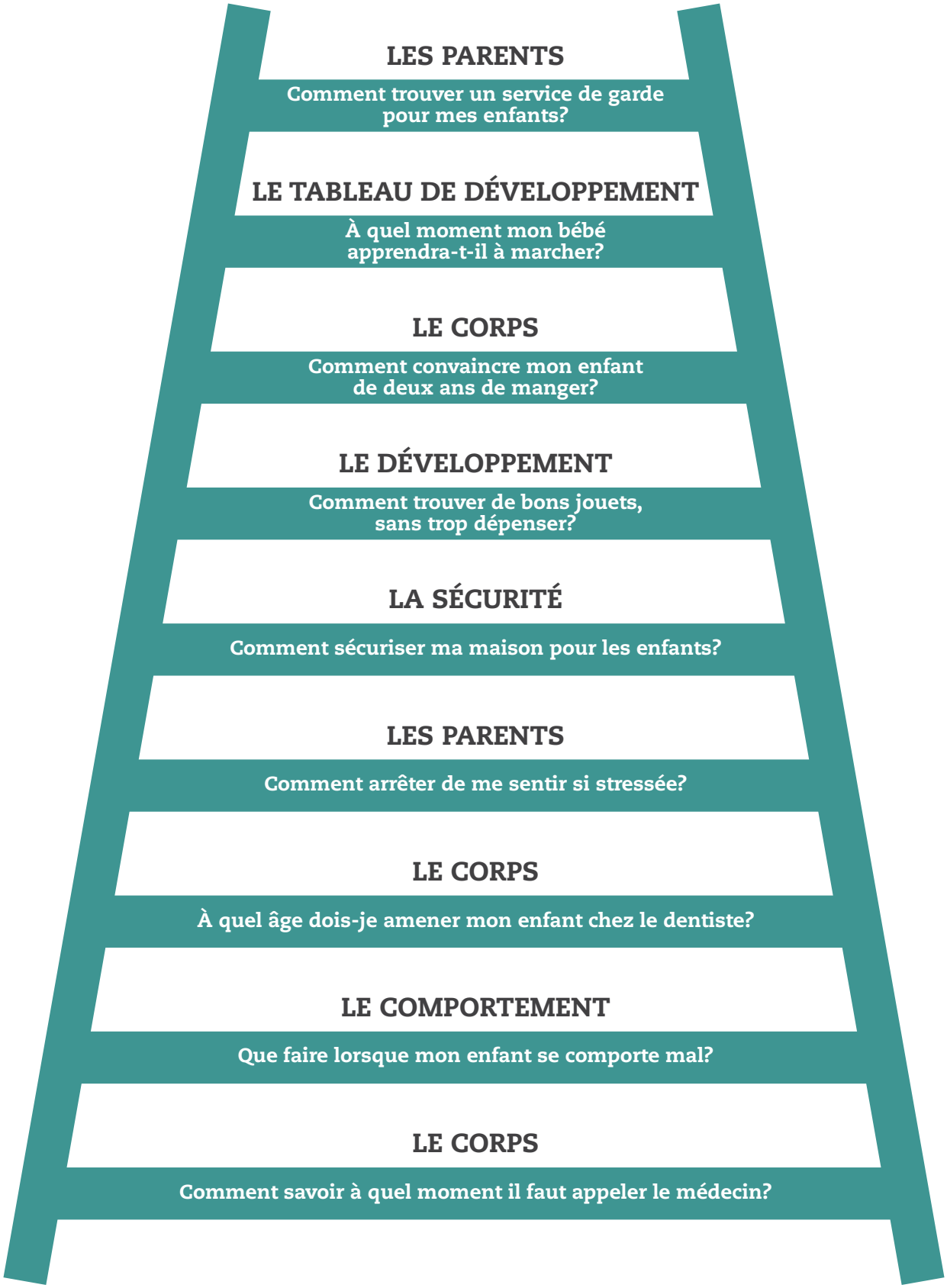
Objectif	Faire en sorte que les parents connaissent la documentation qui leur est destinée.
Matériel	Une copie du dessin de l'échelle « Apprendre à connaître la documentation pour les parents », crayons, stylos, marqueurs, crayons à colorier, autocollants, la trousse des parents du programme Y'a personne de parfait.
Déroulement de l'activité **Expérience**	• Remettez au parent une copie du dessin de l'échelle « Apprendre à connaître la documentation pour les parents » ainsi qu'un stylo ou un crayon. Des questions figurent sur les montants de l'échelle. En feuilletant la documentation du programme, le parent doit déterminer dans quel livre ou tableau se trouve les réponses aux questions. Il inscrit la réponse dans l'espace au-dessus de la question, puis monte l'échelle jusqu'à la question suivante. (Voir les réponses sur la copie de l'animatrice.) À mesure que les parents manipulent la documentation du programme et qu'ils s'en servent, ils en prennent l'habitude et il est plus probable qu'ils continueront à les consulter après la fin des rencontres. • Cette activité exige une certaine capacité de lecture. Il se pourrait que l'animatrice ait à lire et à écrire pour le parent. Elle peut lire les questions à voix haute ou laisser le parent le faire seul. Le parent peut également colorier le « montant » de l'échelle avec la couleur qui correspond au livre dans lequel il a trouvé la réponse.
Observation	*Qu'est-ce qui vous a le plus frappé au sujet des livres? Avez-vous eu de la difficulté à trouver les réponses aux questions?*
Réflexion	*Les réponses que vous avez trouvées correspondent-elles à ce que vous saviez déjà? Qu'est-ce qui vous a surpris? Voulez-vous poser des questions aux autres?*
Application	• *Maintenant que vous avez regardé les livres, quelles idées vous sont venues à l'esprit quant à la façon dont vous pourriez les utiliser?* • Les questions qui figurent sur l'échelle peuvent être modifiées. Par exemple, vous pourriez vouloir remplacer certaines des questions par des questions que les parents ont énumérées au cours de la première rencontre.
	Écrivez dans le carnet de route toute question ou remarque pertinente soulevées par les parents au sujet de la documentation qui leur est destinée. Ces informations seront ainsi communiquées aux autres familles.

Source : Activités et ressources d'animation du programme Y'a personne de parfait – YAPP Manitoba

APPRENDRE À CONNAÎTRE LA DOCUMENTATION POUR LES PARENTS



APPRENDRE À CONNAÎTRE LA DOCUMENTATION POUR LES PARENTS (COPIE DE L'ANIMATRICE)



Rencontre 3

Il est important de commencer chaque rencontre en regardant le carnet de route et en discutant des questions et des remarques ajoutées lors des rencontres précédentes.

LES CHAPEAUX QUE NOUS PORTONS (LIVRE – LES PARENTS)

Objectif	Cette activité vous aidera à découvrir les nombreux rôles que les parents assument.
Matériel	Recette de pâte à modeler et les ingrédients pour en faire, les images pour l'activité « Les chapeaux que nous portons », un stylo, des marqueurs, des feuilles de papier prédécoupées en forme de chapeaux
Déroulement de l'activité **Expérience**	• Préparez la pâte à modeler avec les parents. Demandez-leur alors de penser à la dernière fois où ils ont pris du temps pour jouer. • Pendant que la pâte refroidit, montrez aux parents l'image de la petite fille ou du petit garçon sur le feuillet « Les chapeaux que nous portons ». • Demandez-leur d'identifier « les chapeaux » qu'un enfant pourraient porter (correspondant à des rôles comme ceux de fille, sœur, fils, ami, etc.) • Demandez-leur de réfléchir aux attentes qu'implique chaque chapeau. Maintenant, demandez aux parents de regarder la figure de la femme ou de l'homme. • Invitez-les à dessiner des chapeaux sur cette figure pour représenter ceux qu'ils portent, en tant que mère ou père. (cuisinière, chauffeur de taxi, enseignant, infirmière, etc.).
Observation	Lorsque les parents ont fini de dessiner, posez-leur des questions du genre : *Qu'avez-vous remarqué au sujet des dessins? Comment vous sentez-vous à l'idée de porter autant de chapeaux? Quels sont les chapeaux qui vous font vous sentir bien? Pourquoi?*
Réflexion	Posez les questions suivantes : *Quelles sont les attentes qu'implique le chapeau? Ces chapeaux ont-ils de l'importance et sont-ils reconnus dans la société? Quels sont les chapeaux qui contribuent le plus au stress dans votre vie? Quels chapeaux aimez vous porter? Y a-t-il des chapeaux auxquels vous pourriez renoncer ou que vous pourriez remplacer ou partager?*
Application	Demandez aux parents de choisir un petit nombre de chapeaux dans lesquels ils se sentent bien ou qui les rendent fiers d'eux-mêmes et d'en écrire le nom sur les découpes en papier. Invitez-les à les afficher sur leur frigo ou dans un autre endroit bien en vue.
	Invitez les parents à écrire la liste de leurs nombreux chapeaux sur une page dans le carnet de route et à écrire sur une autre page ce qu'ils font pour diminuer leur stress (par exemple, jouer). Ces informations seront ensuite communiquées à toutes les familles dans le cadre d'une discussion avec l'animatrice.

LES CHAPEAUX QUE NOUS PORTONS

Rencontre 4

Il est important de commencer chaque rencontre en regardant le carnet de route et en discutant des questions et des remarques ajoutées lors des rencontres précédentes.

DESSINER UNE MAISON (LIVRE – LE COMPORTEMENT)

Objectif	Aider les parents à reconnaître l'importance d'utiliser des méthodes de la discipline positive et d'être conscient du stade de développement de leur enfant.
Matériel	2 feuilles de papier, des marqueurs, l'image d'une maison avec un jardin, si vous le désirez.
Déroulement de l'activité **Expérience**	• Demandez aux participants de dessiner une maison avec un jardin. • Laissez-les tracer eux-mêmes le dessin. Pendant qu'ils y travaillent, faites des remarques très brèves du genre : « Oh! j'aime bien la couleur bleu moi aussi », « Parlez-moi de votre maison », etc. Félicitez-les pour leurs efforts et mettez en évidence leurs points forts, par exemple : « Vous avez vraiment le souci du détail, j'aime la façon dont vous représentez les bardeaux ».
Observation	Faites le retour sur l'activité en posant les questions suivantes : *Qu'avez-vous remarqué au cours de cette activité? Qu'avez-vous ressenti? Qu'avez-vous fait? Qu'est-il arrivé lorsque je vous ai dit que vous faisiez du « bon travail » ou lorsque je vous ai demandé de me parler de votre dessin?*
Déroulement de l'activité	• Demandez aux parents de prendre une nouvelle feuille de papier. • Cette fois-ci, vous allez leur dicter le dessin, les couleurs, l'emplacement de l'arbre, etc. Précisez les détails et reprenez-les s'ils ne dessinent pas exactement de la façon dictée. Exigez qu'ils fassent des modifications à leur dessin s'ils ne suivent pas les consignes.
Observation	Faites le retour sur l'activité en posant les questions suivantes : *Qu'avez-vous remarqué cette fois-ci au cours de cette activité? Qu'avez-vous ressenti? Que faisait votre corps? Qu'est-il arrivé lorsque je vous ai dit : « non, ce n'est pas comme ça qu'il faut faire »?*
Réflexion	Par la suite, comparez les deux exercices de dessin. *Qu'est-ce qui était différent? Pourquoi? Cela vous fait penser à quelque chose qui arrive avec vos enfants? Comment croyez-vous que vos enfants se sentent? Qu'arrive-t-il lorsque vous les forcez à se dépêcher ou lorsque vous les critiquer? Maintenant que vous avez pris conscience de la situation, que pouvez-vous faire de façon différente?*
Application	Enfin, demandez au parent de fermer les yeux et de penser à une occasion où quelqu'un lui a appris quelque chose. Demandez-lui de penser à une expérience positive et très précise, par exemple, « mon frère m'a appris à monter à bicyclette ». Demandez-lui de se rappeler l'endroit où il était à ce moment là, de l'atmosphère qui régnait (était-ce une journée ensoleillée?). Après une minute de réflexion en silence, posez les questions suivantes : *Qui vous a montré quelque chose? Qu'est-ce qui caractérisait la personne qui vous a appris cela? Qu'avez-vous fait en tant qu'apprenant? Dans quel environnement étiez-vous? Comment vous êtes-vous senti?* Parlez avec le parent des messages clés : que l'apprentissage doit être une activité AMUSANTE et RASSURANTE et que ses enfants font de l'apprentissage tous les jours.
	Déterminez avec les parents les frustrations qu'ils peuvent parfois ressentir à l'égard de leurs enfants. Examinez avec eux ce qu'ils pourraient faire pour faciliter les choses avant d'en arriver au point où leurs enfants vont se sentir _____. **Encouragez-les à se servir du carnet de route pour demander aux autres participants du groupe virtuel s'ils ont vécu des expériences semblables.**

Rencontre 5

Il est important de commencer chaque rencontre en regardant le carnet de route et en discutant des questions et des remarques ajoutées lors des rencontres précédentes.

DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT ET JEU (LIVRE – LE DÉVELOPPEMENT)

Objectifs	• Prendre conscience de la progression du développement de leurs enfants. • Découvrir la valeur du jeu, s'exercer à faire des jouets à l'aide d'articles que l'on trouve à la maison. • Cette activité s'adresse aux parents dont les enfants ont deux ans ou moins.
Matériel	Tableau de feuilles, bac de recyclage contenant divers articles pouvant servir à la fabrication d'un jouet ou à une activité (regardez le livre Le Développement pour trouver des idées), panneau d'affichage pour le tableau de développement du programme Y'a personne de parfait **Directives pour la fabrication du panneau d'affichage** • Plastifier le tableau de développement. • Découpez avec précaution les titres « âge », « activité » et chaque illustration, sans oublier l'onglet en couleur à la droite de l'image. L'onglet en couleur à la droite de l'image doit rester fixé à l'image. • À l'aide du ruban adhésif à double face, répartissez les titres « âge » sur une partie du panneau dans le sens horizontal. • Utilisez de nouveau le ruban adhésif à double face afin de répartir les rubriques « activité » sur le côté du panneau dans le sens vertical. • Appliquez une petite bande de tissu Velcro sur le dos de chaque illustration. • Sur le panneau, placez la pièce correspondante de Velcro à l'endroit où doivent être placées les illustrations « manquantes ». Vous constaterez que l'écart entre les images est plus grand que celui sur le tableau de développement. • Vous pouvez également découper le logo du programme Y'a personne de parfait en haut du tableau et le fixer au panneau d'affichage à l'aide du ruban adhésif à double face.
Déroulement de l'activité **Expérience**	Nous savons que les enfants ne grandissent pas et ne se développent pas tous aux mêmes rythmes. Là où un tel marchera à 10 mois, un autre le fera à 12 mois. Il existe des tranches d'âge à l'intérieur desquelles on s'attend à ce que les enfants accomplissent certaines tâches, et nous allons examiner aujourd'hui ces âges. Retirez les images du panneau d'affichage et demandez au parent de les placer dans l'ordre sur le tableau de développement vis-à vis de l'âge correspondant.
Observation	*Qu'est-ce qui vous frappe lorsque vous regardez les images?* *Dans quelle mesure a-t-il été difficile ou facile de les placer dans l'ordre?*

Recontre 5 Suite

Application	• Les jouets peuvent être très simples et peu coûteux. Même s'ils risquent de ne durer qu'une heure ou deux et de ne retenir l'attention de l'enfant que pendant une courte période, ils peuvent donner à l'enfant l'occasion de faire preuve de créativité et de s'amuser! • Ayez à portée de la main divers articles normalement destinés au bac de recyclage : boîtes de tous formats, tubes de carton, cartons de lait, contenants et bouteilles en plastique, journaux, boîtes d'œufs, sacs (autres qu'en plastique), revues, magazines, etc. Demandez aux parents de fabriquer (ou si vous manquez de temps, demandez-leur de réfléchir à) un jouet qui pourrait convenir à leur enfant, compte tenu de son âge. • Ensuite, demandez au parent de penser à un jouet ou à une activité (à partir des choses dans le bac de recyclage) en fonction du stade de développement suivant le stade actuel de son enfant. • *Maintenant que nous avons terminé cette activité, parlez-nous de l'idée ou des idées qui vous aideront le plus à jouer avec votre enfant.*
	Prenez une photo des objets créés et ajoutez-la au carnet de route. Ajoutez-y également toute question ou remarque qu'ont les parents concernant le développement de leurs enfants ou les jouets faits maison. Voilà une excellente occasion de partage!

Source : Activités et ressources d'animation du programme Y'a personne de parfait – YAPP Manitoba

Rencontre 6

Il est important de commencer chaque rencontre en regardant le carnet de route et en discutant des questions et des remarques ajoutées lors des rencontres précédentes.

L'ESTIME DE SOI ET LES VALEURS (LIVRE – LES PARENTS)

Objectif	Prendre conscience de la façon dont l'estime de soi s'acquiert.
Matériel	Pâte à modeler, balle spongieuse ou autre jouet à serrer dans la main
Déroulement de l'activité **Expérience**	• Ressortez la pâte à modeler utilisée il y a quelques semaines si vous le souhaitez ou donnez au parent une balle spongieuse ou autre jouet à tenir. Il aura ainsi de quoi occuper ses mains pendant la discussion. • Les messages que nous envoient nos proches contribuent à façonner notre sentiment d'estime de soi. Ces messages peuvent être constructifs ou non, par exemple : « Tu es tellement étourdi! Tu perdrais la tête si elle n'était pas accrochée! » « C'est ma fille. Elle peut réussir tout ce qu'elle entreprend. » « Ce n'est pas l'enfant le plus brillant, mais il travaille fort. »
Observation et réflexion	Demandez au parent de se rappeler une remarque positive qu'on lui a faite lorsqu'il était enfant. 1. *Qu'avez-vous ressenti? Quelles répercussions cette expérience a-t-elle eu dans votre vie?* 2. *Maintenant, essayez de vous rappeler une remarque négative qu'on vous a faite lorsque vous étiez enfant.* 3. *Qu'avez-vous ressenti? Quelles répercussions cette expérience a-t-elle eu dans votre vie?* 4. *Vous a-t-on comparé à quelqu'un dans la famille? Cela a-t-il eu des répercussions sur la perception que vous avez de vous-même?* 5. *Aviez-vous un surnom? Ce surnom a-t-il influencé l'opinion que vous aviez de vous-même?*

Passez ensuite à l'activité suivante.

TOUTE UNE VIE DE VALEURS

Objectif	Prendre conscience de la genèse de nos valeurs et réfléchir à la façon dont ces valeurs peuvent avoir évolué.
Introduction	Les valeurs que nous cultivons prennent leurs racines dans notre enfance. Idéalement, à mesure que nous prenons de la maturité, nous devrions faire le point sur les enseignements du passé, en retenir quelques-uns, en écarter d'autres et avoir une idée assez précise de ce qui est bon et judicieux pour nous et de ce que nous voulons transmettre à nos enfants.
Déroulement de l'activité **Expérience**	Demandez au parent de remplir le tableau « Toute une vie de valeurs » (voir la page suivante). Cette activité exige la prise de notes. L'animatrice peut devoir venir en aide à certains parents en notant ce qu'ils disent.
Observation **Réflexion**	Demandez ensuite au parent de prendre une minute pour réfléchir à une valeur que ses parents lui ont transmise et à laquelle il tient. • *Comment saviez-vous que vos parents y attachaient de l'importance? De quelle façon vos parents vous ont-ils enseigné cette valeur?* Demandez-lui de réfléchir à une valeur apprise de ses parents qu'il a rejetée depuis. • *Pourquoi cette valeur n'a-t-elle plus d'importance à vos yeux? L'avez-vous remplacée? Quels sont les facteurs qui ont joué un rôle dans le choix de la valeur retenue?*
Application	Demandez-lui les valeurs qu'il veux transmettre à ses enfants, et pourquoi.

TOUTE UNE VIE DE VALEURS

Nos valeurs prennent leurs racines dans notre enfance. Idéalement, à mesure que nous prenons de la maturité, nous faisons le point sur les enseignements du passé, en retenant quelques-uns et en écartant d'autres. Nous nous faisons une idée plus claire de ce qui est bon et judicieux pour nous. Qu'est-ce qui est important pour vous?

Le tableau ci-dessous regroupe certaines valeurs qui nous sont inculquées pendant notre enfance. Décrivez brièvement ce dont vous vous souvenez de votre enfance et ce que vous croyez maintenant.

Valeur	Apprentissage durant l'enfance	Croyance actuelle
Conflit	Ex. : à éviter à tout prix	Ex. : s'exprimer
Plaisir		
Spiritualité		
Maladie		
Image corporelle		
Éducation		
Travail		
Amitié		
Argent		
Exprimer ses sentiments		

Source à: BC Council for Families – Manuel d'animation du programme Y'a personne de parfait

LE JEU DES DEVINETTES : « *Je connais quelque chose de spécial à ton sujet* »

Une activité que les parents peuvent faire à la maison.

Objectif	Développer l'estime de soi chez nos enfants.
Activité	• Donnez les instructions suivantes aux parents : • Essayez de faire de l'heure du coucher un moment de détente spécial cette semaine. C'est souvent à cette heure de la journée que les enfants s'ouvrent et ont tendance à nous faire des confidences. On peut trouver cela un peu dérangeant, mais il importe de saisir cette occasion pour établir un lien de confiance avec eux. • Pensez à quelque chose que vous aimez chez votre enfant et dites-lui qu'il a trois chances de deviner de quoi il s'agit. • Chaque fois que l'enfant dit quelque chose, vous le répétez, en ajoutant toutefois : « ce n'est pas ce à quoi je pensais ». • Durant le jeu, l'enfant reçoit ainsi quatre messages positifs, dont trois qu'il conçoit lui-même. • Par exemple, vous trouvez que votre enfant a un beau sourire. • Vous lui dites : « Je connais quelque chose de spécial à ton sujet. Tu a trois chances de deviner ce que c'est. » • Votre enfant vous dit : « Je suis doué pour la parole. » • Vous répondez : « Je sais que tu es doué pour la parole, mais ce n'est pas ce à quoi je pensais. » • Votre enfant devine encore : « Je suis doué pour le dessin. » • Vous répondez : « Je sais que tu es vraiment doué pour le dessin, mais ce n'est pas ce à quoi je pensais. ». • Votre enfant poursuit : « Je suis doué pour la course. » • Vous lui répondez : « Je sais que tu es doué pour la course, mais ce n'est pas ce à quoi je pensais. Je pensais que tu avais un beau sourire. »
	Cet exercice marque la fin des rencontres individuelles du programme Y'a personne de parfait en groupe « virtuel ». Invitez les parents à écrire les dernières questions qu'ils pourraient vouloir poser aux autres parents. Expliquez que lorsque chacun aura pu consulter le carnet de route pour une dernière fois, vous en ferez des photocopies qui seront remises ensuite à tous les participants.

Exemples de questions et de réponses de parents tirées d'un carnet de route

(Q = question, R = réponse, A, B, C … = désigne les divers parents)

Q: Mon fils (âgé de deux ans) fait des crises de colère et ça me met à l'envers. Ma mère me dit que je devrais ne pas réagir, mais je trouve ça difficile.

R: *A – Aidez votre enfant à prendre conscience de ce qu'il ressent « Tu es fâché (ou triste ou malheureux) ». Expliquez-lui qu'il peut, s'il le veut, rester seul jusqu'à ce qu'il se sente mieux, et venir ensuite retrouver maman ou papa.*

B – Consolez-le après coup et redirigez-le vers une activité qu'il aime beaucoup.

C – Faites ce qui marche selon votre dynamique familiale.

Q: Qu'est-ce qu'on répond aux gens qui disent qu'on gâte trop son bébé quand on le prend dans les bras. C'est tellement frustrant d'entendre ça! (fils, âgé de 4 mois)

R: *A – C'est facile de porter un jugement sur ce que quelqu'un fait, mais consoler un bébé de 4 mois c'est lui faire savoir qu'on est là pour lui.*

B – Je ne dis rien, mais je prends mon bébé et je souris. Je n'aime pas ça non plus, surtout quand c'est quelqu'un qui ne me connaît pas.

Q: Il y a une émission à la télé que j'aime beaucoup regarder. Est-ce que c'est mauvais pour ma fille d'être dans la même pièce quand je regarde cette émission (fille, âgée de 10 mois)

R: *A – Si c'est possible, enregistrez l'émission et regardez-là plus tard.*

B – Ce n'est pas mauvais pour elle. Elle peut en regarder une partie, mais faites attention à ce que ce ne soit pas trop.

C – J'ai entendu dire que les bébés ne devraient pas regarder la télé avant l'âge de 2 ans.

D – J'enregistre mes émissions et je les regarde quand les enfants sont couchés. Comme ça, je n'ai pas besoin de me demander s'il y a des choses que les enfants ne devraient pas voir ou entendre.

Q: Je sais que je devrais discipliner ma fille et la rediriger quand elle agit mal. Mais parfois, je suis trop fatiguée pour ça. Est-ce c'est acceptable de laisser passer des choses de temps en temps? (fille, âgée de 30 mois.)

R: *A – Oui, c'est acceptable de laisser passer des choses de temps en temps. Elle n'est pas assez âgée pour se faire expliquer ou savoir qu'il faut agir d'une certaine façon, et un encadrement positif contribue à ramener des comportements normaux.*

B – Ça va à l'occasion, mais pas si des choses importantes sont en jeu, comme la sécurité.

C – Si vous la laissez faire une fois, elle voudra recommencer et ce sera difficile de changer une habitude déjà prise.

Q: Nous avons déménagé il y a deux mois. J'ai deux filles, âgées de 4 ans et 20 mois. Mon aînée a commencé à faire certaines choses, comme peindre le mur avec son lait au chocolat (avec sa main) et à frapper sa sœur quand elle l'embête, alors qu'avant elle avait l'habitude de venir me le dire. Est-ce que quelqu'un saurait pourquoi elle fait ça?

R: *A – Il faut parfois du temps à un enfant pour s'adapter aux nouvelles situations. Ne vous inquiétez pas trop. Demandez l'opinion de (votre visiteuse à domicile) sur ce qui se passe.*

NOTES