

Grille d'animation

Atelier « Favoriser le sentiment de compétence des parents »

Mise en contexte

Lors de l'exercice de planification stratégique de 2016-2017, les partenaires de Memphré en Mouvement ont nommé un constat prioritaire concernant l'augmentation majeure du stress des enfants. Suite aux réflexions, cette situation nous semble être causée en grande partie par l'état de stress des parents d'aujourd'hui.

Hypothèse: les parents vivent de la **pression** face à leur rôle de parent et une **perte de confiance** de leurs compétences. Leur état de stress a un impact sur leur enfant.

Pourtant, on croit que les parents sont pleins de ressources pour élever leur enfant.

Qu'est-ce qu'on peut faire?

Les partenaires de Memphré en Mouvement croient que les acteurs du territoire ont déjà plusieurs pratiques qui valorisent les parents dans leur rôle. Nous avons donc décidé de questionner quelques équipes sur leurs pratiques favorisant la mise en valeur des compétences des parents et de monter des capsules vidéo réunissant les principaux gestes posés. Ce matériel est maintenant disponible à tous les milieux afin que chacun puisse faire l'exercice de prise de conscience et d'amélioration des pratiques.

Cet atelier vous permettra de prendre un moment en équipe pour :

- Identifier vos bonnes pratiques qui permettent aux parents de se sentir meilleurs avec leur enfant;
- Réfléchir à ce que vous pouvez faire de plus pour diminuer la pression sur les épaules des parents et les soutenir dans leur confiance envers leurs propres compétences parentales.

Déroulement de la rencontre :

Prévoir une rencontre de 45 minutes :

- 1- Visionnement des vidéos en groupe
- 2- Identification des bonnes pratiques
- 3- Échange sur « que pouvons-nous faire de plus? »

Durée	Activité	Matériel
5 min	<p>Mise en contexte avec l'équipe Voir introduction de ce document.</p>	
10 min	<p>1. Visionnement des capsules vidéo :</p> <p>En français, sous-titrés en anglais: ⇒ Rassurer les parents sur leurs compétences https://www.youtube.com/watch?v=b5j-BCDgdsE&list=PLauGit6enlrSpM5KAJ7BEBLRZQQxHNOjF&index=4 ⇒ Impliquer les parents https://www.youtube.com/watch?v=39POkG8ustE&list=PLauGit6enlrSpM5KAJ7BEBLRZQQxHNOjF&index=2 ⇒ Valoriser les compétences des parents https://www.youtube.com/watch?v=leBtPVLr55Y&list=PLauGit6enlrSpM5KAJ7BEBLRZQQxHNOjF</p> <p>En anglais: ⇒ Sense of competence parenting https://www.youtube.com/watch?v=XNrPxJNeGv0&list=PLauGit6enlrSpM5KAJ7BEBLRZQQxHNOjF&index=3</p>	<p>Ordinateur et projecteur + Liens youtube</p>
15 min	<p>2. Identification des bonnes pratiques de l'équipe</p> <p>Pour valoriser le parent dans ses compétences, nous pouvons:</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'outiller pour qu'il soit plus sûr de lui; • Reconnaître et respecter ses compétences; • Considérer qu'il est la meilleure personne pour élever son enfant; • Le rassurer et le valoriser. 	<p>Tableau ou papier- affiche pour noter les éléments à la vue de tous</p>

	<p>1- Au regard de ce qu'on vient d'entendre, quelles sont nos bonnes pratiques qui favorisent le sentiment de compétence des parents?</p> <p>2- Qu'est-ce qu'on fait, concrètement, pour favoriser le sentiment de compétence des parents?</p> <p>Questions de relance pour aider à la conversation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - C'est quoi le truc que vous donnez aux parents pour diminuer le stress? - Quelle phrase aimez-vous dire aux parents pour les aider à se voir comme un bon parent? <p>NOTE : écrire ce que les membres de l'équipe nomment au fur et à mesure sur un tableau ou sur du papier-affiche afin de garder une trace des pratiques porteuses. Cet exercice permet de prendre conscience de ce qu'on fait qui fonctionne et valorise les intervenants dans leur propre rôle. Cela permet aussi d'identifier certaines pratiques particulièrement porteuses et de les promouvoir.</p>	
15 à 20 min	<p>3. Que pouvons-nous faire de plus?</p> <p>Cette partie vous invite à réfléchir en équipe à ce que chacun.e peut faire de plus pour favoriser davantage le sentiment de compétence des parents.</p> <p>En tant qu'intervenant :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Qu'est-ce que je peux changer dans mes pratiques dès maintenant sans ressource ni pouvoir additionnel pour favoriser le sentiment de compétence des parents? 2. Personnellement, quels sont les efforts supplémentaires que je peux faire rapidement et réalistement pour favoriser des changements concrets? 	Tableau ou papier – affiche pour noter les éléments à la vue de tous

	<p>NOTE : écrire ce que les membres de l'équipe nomment au fur et à mesure sur un tableau ou sur du papier-affiche, en faisant des recoupements au besoin.</p> <p>Vous pouvez conclure cette partie par une réflexion commune sur des actions à porter collectivement, ou des pratiques à ajouter dans l'ensemble de l'équipe.</p>	
3 min	<p>Retour sur l'atelier et conclusion</p> <p>Comment repartez-vous de l'atelier? Quelles sont vos conclusions personnelles?</p>	