

Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent (Parler/Écouter)

Clientèle visée

Programme universel visant les parents d'enfants âgés entre 2 et 17 ans.



Description du programme



L'atelier est basé sur le livre « bestseller » *Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent* (Faber & Mazlish, 1980; 2012), traduit en plus de 30 langues. Son contenu a été créé par des mères qui ont grandement bénéficié des ateliers offerts par le psychologue pour enfants Haim Ginott, pionnier de l'approche communicative des programmes pour parents.

Parler/Écouter permet d'explorer et de développer environ 5 habiletés de communication par semaine à travers différentes situations. Le principe directeur du programme est que toutes les émotions sont acceptables, mais pas tous les comportements. Les parents demeurent les experts de leurs enfants lors de la mise en pratique des habiletés parentales proposées. Les séances de groupe du programme suivent globalement les chapitres du livre du même nom.

Objectifs

- Apprendre à communiquer avec les enfants afin de bien les encadrer, tout en leur communiquant l'acceptation et le respect ;
- Consolider les bases relationnelles pour instaurer un climat de coopération ;
- Améliorer la régulation, la responsabilisation et l'autodétermination des enfants ;
- Accroître la confiance en soi et la bienveillance des parents envers eux-mêmes et envers leurs enfants.



Thématiques traitées

Les habiletés de communication sont organisées en six grandes thématiques :

- bien répondre aux émotions difficiles des enfants ;
- favoriser un climat de coopération ;
- encourager la responsabilisation des enfants ;
- soutenir leur autonomie ;
- nourrir une estime de soi solide et stable chez les enfants ;
- aider les enfants à se libérer des rôles contraignants et à s'épanouir.



Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent (Parler/Écouter)

Modalités du programme



- Au Québec, le programme *Parler/Écouter* est typiquement composé de sept rencontres hebdomadaires de 2,5 heures en présentiel, en modalité de groupe fermé composé d'environ 6 à 12 parents. Il peut aussi être offert en six rencontres de 2 heures en ligne.
- Chacune des 30 pratiques parentales proposées sont illustrées par des bandes dessinées.
- Les séances incluent différentes activités tels que des jeux de rôle et des exercices pour mettre en pratique les habiletés de communication.
- Le matériel du programme inclut un guide d'animation (contenant le verbatim), des livres (*Parents épanouis/Enfants épanouis* et *Parler/Écouter*) et un cahier d'exercice.
- L'adhérence au contenu et l'uniformité du programme sont facilités par l'utilisation du guide d'animation.
- Il n'y a pas d'accréditation requise pour offrir ce programme.
- La formation suggérée avant d'offrir ce programme est de faire la lecture des livres et vivre l'expérience du programme.
- La coanimation est suggérée pour maximiser l'attention portée aux parents et parfaire la formation initiale.

Résultats d'évaluation

L'équipe *Nos Enfants* (Université de Montréal) a réalisé un essai contrôlé randomisé (comparant à une liste d'attente) auprès de parents d'enfants d'âge scolaire suite à une étude pré-post. Les principaux effets du programme sont les suivants :

- Pratiques parentales de meilleure qualité (plus de soutien à l'autodétermination, de chaleur, et de cadre) ;
- Chez les enfants : meilleure santé mentale (moins de problèmes extériorisés) ;
- Chez les parents : meilleur sentiment de compétence et d'auto-compassion, diminution du sentiment de culpabilité et de l'anxiété ;
- Les bienfaits sont similaires peu importe l'âge, le sexe, la culture, ou le type de famille ;
- Plusieurs de ces effets perdurent au moins jusqu'à un an après le programme.

Ces évaluations sont indépendantes, car l'équipe de recherche les ayant menées n'inclut ni les concepteur.rice.s ni les promoteur.rice.s du programme.

Dans une étude pré-post réalisée aux États-Unis, ce programme était lié, chez les parents, à de la satisfaction, de meilleures stratégies d'adaptation et de l'estime de soi (Fetsch et Gebeke, 1995).

Pour en savoir davantage

<https://fabermazlish-aep.com/atelier-parents-parler-pour-que-les-enfants-ecoutent-faber-mazlish/>

Pour de la formation ou pour trouver un ou une animateur.trice.s

Écrivez à l'équipe *Nos Enfants* de l'Université de Montréal à
NosEnfants@umontreal.ca