

Y'a personne de parfait (Y'APP)

Clientèle visée

- Programme destiné principalement aux parents d'enfants de 0 à 5 ans qui présentent une vulnérabilité sur plan socioéconomique, tels que les jeunes parents, les chef.fe.s de famille monoparentale, les parents isolés socialement, ceux qui sont peu scolarisés ou qui ont un faible revenu.
- En pratique, le programme est souvent ouvert à tous les parents qui veulent y participer.



Description du programme

Y'APP est un programme de soutien parental développé par l'Agence de la santé publique du Canada en 1987 et offert en milieu communautaire. Il est basé sur une approche d'autonomisation des parents en misant sur leurs forces et leurs besoins d'apprentissage. Le programme utilise différentes stratégies pour favoriser un climat de confiance, susciter les interactions et l'entraide entre parents ainsi que développer leur capacité à résoudre les problèmes qu'ils vivent avec leur enfant.



Objectifs

- Augmenter les connaissances et la compréhension des parents sur la santé, la sécurité et le comportement de leurs enfants ;
- Susciter des modifications positives dans le comportement des parents ;
- Accroître la confiance en soi des parents et améliorer leur image d'eux-mêmes ;
- Améliorer les capacités d'adaptation des parents ;
- Accroître l'entraide et le soutien mutuel chez les parents.



Thématiques traitées

- Le corps : la croissance, la santé et la maladie ;
- La sécurité : la prévention des blessures et les premiers soins ;
- Le comportement : aider son enfant à bien se comporter et apprendre comment faire face à des comportements courants ;
- Le développement de l'enfant : penser, ressentir, apprendre et jouer ;
- Les parents : comment s'aider soi-même, trouver de l'aide et se sentir à l'aise dans son rôle d'éducateur.rice.



Y'a personne de parfait (Y'APP)

Modalités du programme



- Une série de 6 à 8 rencontres hebdomadaires d'une durée moyenne de deux heures chacune ;
- Groupe de 8 à 12 parents ;
- Coanimation assurée par des personnes formées et accréditées ;
- Formation en animation d'une durée de 4 jours, avec guide d'animation ;
- Au-delà des 5 thèmes, aucun curriculum n'est prédéterminé : les personnes à l'animation cherchent à répondre aux besoins des parents utilisant l'approche centrée sur les participant.e.s et qui s'appuie sur le concept d'apprentissage expérientiel. Chaque thème est accompagné d'une documentation qui est remise aux parents ;
- Une trousse de 5 livres et des fiches conseil traduites en neuf langues constituent le matériel offert aux parents.

Résultats d'évaluation

- Plusieurs études ont évalué le programme dans différents contextes à l'international et au Canada pour la version originale *Nobody's Perfect*, dont certaines avec devis expérimentaux (études contrôlées randomisées) qui ont montré différents effets positifs sur les parents.
- Une évaluation de la version francophone du programme, menée en 2009 sur la base d'un devis quasi-expérimental avec groupe de contrôle, a démontré une augmentation des pratiques parentales positives et une réduction des pratiques punitives. Les effets favorables du programme Y'APP portent plus spécifiquement sur les dimensions suivantes :
 - sentiment de compétences parentales ;
 - capacités à gérer le stress et à résoudre les problèmes ;
 - résilience, autonomie et indépendance de l'enfant ;
 - fréquence des interactions parents-enfants constructives ;
 - recours à des techniques de disciplines positives ;
 - accès à l'entraide sociale et communautaire et au soutien des pair.e.s.
- Plusieurs évaluations menées pour la version originale et la version francophone de Y'APP sont indépendantes, réalisées par des équipes de recherche n'incluant ni les concepteur.rice.s ni les promoteur.rice.s du programme.



Pour en savoir davantage

Page Y'APP sur le site de la DRSP : <https://santepublicquemontreal.ca/conseils-et-prevention/programmes-et-services-de-prevention/programme-yapp>

Site du programme Y'APP : <https://nobodysperfect.ca/francais>

Page Y'APP sur le site de l'ASPC : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/sante-enfant-nourissons/soutien-programme-grossesse-matiere/personne-parfait.html>