

PRESENTATION DE L'ACTION



1. Pourquoi développer le sentiment de compétence ?
2. Les objectifs
3. Le programme
4. Pour nous contacter

LA PARENT(AISE)

PARTIE 1 : PRESENTATION

1. Qu'est-ce que le sentiment de compétence parentale ?

La compétence réelle d'une personne dans un domaine est influencée par son sentiment de compétence (...) (Tessier et al., 1988).

Le sentiment de compétence parentale correspond à l'estime de soi parental, c'est-à-dire à la perception, le jugement qu'à le parent sur lui-même dans sa façon d'éduquer son enfant.

Pour mesurer le sentiment de compétence parentale, deux dimensions sont importantes à prendre en compte :

- Le sentiment d'efficacité : il représente la confiance du parent en ses habiletés à répondre aux besoins de son enfant et à résoudre des problèmes liés à sa vie de parent ;
- Le sentiment de satisfaction : il fait référence au degré de valorisation que le parent retire quand il exerce son rôle auprès de son enfant.

2. Pourquoi développer le sentiment de compétence ?

Ces deux dimensions sont souvent liées l'une à l'autre. Quand un parent se sent efficace, il se sent satisfait dans son rôle parental. L'inverse est aussi vrai : si un parent ne se sent pas très efficace, il a l'impression que son rôle de parent n'est pas très gratifiant, ni très satisfaisant.

Il est important de se faire confiance comme parent, car un parent qui a un bon sentiment de compétence développe généralement de bonnes pratiques et une bonne relation avec son enfant.

Le sentiment de compétence peut être défini comme "la perception des parents de posséder les aptitudes, les connaissances et l'accès aux ressources nécessaires pour les aider à influencer favorablement le développement de leur enfant dans toutes les sphères de leur vie (Coleman & Karraker, 2000; Hoover-Dempsey & Sandler, 1995, 1997; Hoover-Dempsey, Whitaker, & Ice, 2010; Jones & Prinz; 2005). Les travaux sur le sujet s'appuient sur la théorie d'auto-efficacité de Bandura (1986, 2003).

Le programme La PARENT(aise) prend en compte ces deux dimensions pour développer le sentiment de compétence des parents.

2. Les objectifs de l'action

Cette partie présente les différents niveaux d'objectifs de l'action ainsi que les activités mises en œuvre pour les atteindre.

Objectif général :

Un groupe de 8 à 10 parents développent leur sentiment de compétence en 10 ateliers.

Objectifs stratégiques

Les professionnels de santé et de la petite enfance co animent les ateliers ensemble, dans environnement soutenant et bienveillant.

Les parents renforcent les aptitudes suivantes : leur estime en eux-mêmes, leur sentiment d'efficacité et de satisfaction.

Activités

L'animation d'un programme de 10 séances de deux heures.

Les enfants sont accueillis par des professionnels pour assurer la disponibilité des parents .

L'animation et l'évaluation du programme sont réalisées en concertation entre le CoDES et les professionnels de la petite enfance

3. Le programme des 10 séances

	THEMATIQUES	A L'ISSUE DE LA SEANCE, LES PARENTS SERONT EN CAPACITE DE :	ACTIVITES
SEANCE 1	ETRE PARENT : ENTRE DESIR ET REALITE	<ul style="list-style-type: none"> - Connaître ses représentations et celles du groupe sur le fait d'être parent - Mesurer l'écart entre le parent désiré et le parent vécu 	Accueil café Photoexpression
SEANCE 2	LA BIENVEILLANCE	<ul style="list-style-type: none"> - Comprendre le lien entre ses pensées et ses comportements - Identifier au moins une de ses caractéristiques positives 	Pensée-émotion-tendance d'action Technique "Autour du MOI"
SEANCE 3	LA BIENVEILLANCE	<ul style="list-style-type: none"> - Se percevoir avec davantage de bienveillance - Se donner des qualités 	Dessine-moi Le portraits chinois
SEANCE 4	LA GESTION DU STRESS	<ul style="list-style-type: none"> - Savoir identifier ses éléments stressants - Identifier des stratégies efficaces et/ou en tester de nouvelles 	Stress et mindfull
SEANCE 5	LA COLERE, LES BESOINS ET L'EQUILIBRE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les situations irritantes et leurs conséquences - Identifier des réponses efficaces - Faire le lien entre colère et besoins 	Colère et mindfull Emotions et besoins
SEANCE 6	UN ENFANT ... ?	<ul style="list-style-type: none"> - Discerner ses représentations sur ce qu'est un enfant - Construire une définition partagée par le groupe 	Jeu "Nos représentations de l'enfant" Vidéo "L'enfant au regard des neurosciences affectives et sociales"
SEANCE 7	LES BESOINS DE L'ENFANT ET LES INTENTIONS EDUCATIVES	<ul style="list-style-type: none"> - Identifier les stades de développement de l'enfant de 0 à 3 ans et les besoins inhérents - Formuler des intentions éducatives 	Jeu sur les stades de développement Exercice en discipline positive
SEANCE 8	LA GESTION DE SITUATIONS PENIBLES	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer des situations problématiques - Trouver des idées de solutions à expérimenter dans le quotidien 	Mises en scène
SEANCE 9	DES VISITES DE STRUCTURES-RESSOURCES	<ul style="list-style-type: none"> - Identifier des structures-ressources non connues des parents - Connaître de nouveaux dispositifs utiles ou pouvant être utiles à leur famille 	Visite des structures choisies par les parents
SEANCE 10	LE CONTRAT PERSONNEL D'OBJECTIFS BILAN	<ul style="list-style-type: none"> - Prendre conscience du cheminement réalisé - Se donner des objectifs à atteindre dans les 15 jours à venir 	Contrat personnel d'objectifs Photo expression

Comité départemental d'éducation pour la santé des Alpes de Haute-Provence

42, boulevard Victor Hugo
04 000 DIGNE LES BAINS

Tel : 04 92 32 61 69 - contact@codes04.org

www.codes04.org

