

PAPFC MONTCALM

Volet groupe

GUIDE D'INTERVENTION DESTINÉ AUX ANIMATEURS

Par

Chantal Gagnon
et
Claudia Tremblay

© MAI 2006



Les Centres jeunesse
de Lanaudière



CLSC-CHSLD Montcalm

Secrétariat

Marie-Claire Durand, Centres jeunesse de Lanaudière
Lynda Léveillé, CLSC-CHSLD-Montcalm
Diane Roy, CLSC-CHSLD-Montcalm

Diffusion

Les Centres jeunesse de Lanaudière
260, rue Lavaltrie Sud
Joliette (Québec) J6E 5X7
(450) 756-4555, Centre de documentation

N.B. Les coûts représentent seulement les coûts de production et de diffusion.

Pour toute information supplémentaire relative à ce document, vous pouvez communiquer avec Claudia Tremblay au (450) 756-4555.

ISBN 2-923142-05-5

Dépôt légal - Bibliothèque nationale du Québec, 2005

Dépôt légal - Bibliothèque du Canada, 2005

N.B. Dans ce document, le générique masculin est utilisé sans discrimination, dans le seul but d'alléger le texte.

Table des matières

Table des matières	iii
Remerciements.....	v
Introduction.....	1
Intervention de groupe	5
Présentation des modules	9
Organisation du groupe de parents	12
Module I - Accueil et intégration	14
Première rencontre.....	15
Deuxième rencontre.....	18
Troisième rencontre.....	21
Quatrième rencontre.....	24
Module II - Connaissance de soi.....	27
Cinquième rencontre.....	28
Sixième, septième, huitième et neuvième rencontres.....	30
Dixième rencontre.....	32
Onzième rencontre	34
Module III - Violence conjugale	36
Douzième rencontre.....	37
Treizième rencontre	39
Module IV - Couple.....	42
Quatorzième rencontre	43
Quinzième rencontre.....	45
Seizième rencontre	46
Module V - Estime de soi	48
Dix-septième rencontre.....	49
Dix-huitième rencontre	51
Dix-neuvième rencontre	53
Vingtième rencontre	55
Vingt et unième rencontre	57
Vingt-deuxième rencontre	59
Vingt-troisième rencontre.....	61
Évaluation mi-programme.....	62
Module VI - Communication	64
Vingt-quatrième rencontre.....	65
Vingt-cinquième rencontre.....	67
Vingt-sixième rencontre	70
Vingt-septième rencontre	72
Vingt-huitième rencontre	77
Module VII - Parent	79
Vingt-neuvième rencontre	80
Trentième rencontre	83
Trente et unième rencontre	85

Table des matières (suite)

Module VIII - Soins physiques.....	87
Trente-deuxième rencontre	88
Module IX - Estime de soi des enfants.....	89
Trente-troisième rencontre	90
Trente-quatrième rencontre.....	92
Module X - Discipline.....	94
Trente-cinquième rencontre.....	95
Trente-sixième rencontre	97
Trente-septième rencontre	99
Module XI - Limites personnelles.....	101
Trente-huitième rencontre	102
Trente-neuvième rencontre	104
Module XII - Éducation sexuelle	106
Quarantième rencontre.....	107
Quarante et unième rencontre	114
Quarante-deuxième rencontre - Évaluation finale.....	116

REMERCIEMENTS

Les auteurs tiennent à remercier sincèrement monsieur Henri Thibodeau, directeur général de l'Association Carrefour Famille Montcalm (ACFM), collaborateur de première instance dans le PAPFC et dans le déroulement des rencontres de groupe. Également, nous tenons à remercier la Commission Scolaire (CS) des Samares, partenaire du PAPFC.

De plus, nous aimerions souligner l'apport important de toutes les personnes qui ont participé à titre de membre du comité de coordination PAPFC. Il s'agit de :

M. Gaétan Thibaudeau, CJ Lanaudière	M. Gérald Poirier, CJ Lanaudière
M. Pierre Bélanger, CLSC-CHSLD Montcalm	Mme Pauline Girard, CLSC-CHSLD Montcalm
M. Roland Brisset, CS des Samares	Mme Diane Melançon, CJ Lanaudière
Mme Ghislaine Jetté, Agence de développement	Mme Ginette Doucet, CJ Lanaudière
M. Henri Thobodeau, ACFM	

Un merci particulier à tous les intervenants et intervenantes de l'équipe clinique qui ont grandement contribué au succès du programme. Il s'agit de:

Chantal Robert, CLSC-CHSLD Montcalm	Marie-Ève Désilets, CLSC-CHSLD Montcalm
Nicole Lagueux, CLSC-CHSLD Montcalm	Valérie Daigneault, CLSC-CHSLD Montcalm
Mélanie Leclerc, CLSC-CHSLD Montcalm	Diane Melançon, CJ Lanaudière
Alain Gauthier, CJ Lanaudière	Gérald Poirier, CJ Lanaudière
Ginette Doucet, CJ Lanaudière	Josée St-Jacques, ACFM
Isabelle Poitras, ACFM	Mélanie Tremblay, ACFM
Anick DuPerron, ACFM	Sylvie Lachance, CS des Samares
Marie Pierre Blouin, CS des Samares	

Enfin, les auteurs tiennent à remercier les membres du comité de lecture pour le temps qu'ils ont consacré à lire ce document ainsi que pour les commentaires fort pertinents qu'ils nous ont transmis. Le comité de lecture était composé des membres suivants :

- ◆ Madame Ginette Berteau de l'École de travail social de l'Université du Québec à Montréal;
- ◆ Madame Michèle Brousseau du Centre jeunesse de Québec - Institut universitaire;
- ◆ Monsieur Yves Mercure du Centre jeunesse Mauricie, Centre-du-Québec;
- ◆ Madame Odette Ouellet de l'Association des centres jeunesse du Québec.

Introduction

Origine du programme et implantation dans la région de Lanaudière

Le Programme d'Aide Personnelle, Familiale et Communautaire (PAPFC) a été développé en 1992 par le Groupe de Recherche en Développement de l'Enfant et de sa Famille (GREDEF) de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Le PAPFC a vu le jour dans la région de Lanaudière à l'automne 1998 dans les MRC de l'Assomption et Montcalm. Ce programme se donne sur une période de deux ans. Ce document présente l'adaptation du PAPFC dans la MRC Montcalm.

Principes du PAPFC

Le PAPFC a pour base principale une approche communautaire caractérisée par les principes suivants : le programme vise particulièrement la négligence et la relation dynamique entre la négligence et la violence familiale; il est orienté vers la communauté afin de réinsérer la famille à l'intérieur de la communauté sociale, de l'aider à développer un réseau d'aide mutuelle et d'utiliser les ressources communautaires; les intervenants du programme travaillent en équipe et proviennent de différentes formations; l'intervention vise différentes dimensions du vécu (psychologiques et sociales) de la famille négligente et violente (Palacio-Quintin, 1997). De plus, l'approche privilégiée dans le programme est l'approche écosystémique afin de permettre une rééquilibration simultanée sur les plans des aspects individuels (habiletés parentales et personnelles), de l'organisation familiale (cohésion, frontières, etc.) et de l'organisation du réseau social (liens, soutien social, insertion, etc.) (Palacio-Quintin, 1997).

Clientèle visée : les familles négligentes

« La négligence se définit comme une difficulté majeure, temporaire ou permanente du parent à reconnaître les besoins de base essentiels de son enfant :

- ◆ au niveau physique (lacunes importantes au niveau de l'alimentation, l'habillement, l'hygiène et la surveillance);
- ◆ au niveau médical (omission de soins, refus de traitement);
- ◆ au niveau affectif (absence d'attention, de démonstration affective, de tendresse et d'encouragement) et;
- ◆ au niveau éducatif (inconstance dans les attitudes éducatives, manque de stimulation, insuffisance d'encadrement) » (Ménard et Pinard, 1997).

Chez les familles participantes au programme, nous retrouvons surtout un problème de négligence chronique et transgénérationnel ainsi qu'une combinaison des différents types de négligence (physique, médicale, affective et éducative).

"La négligence est le reflet d'une carence affective profonde du parent, au niveau du lien avec une figure d'attachement, qui le rend inapte à recréer des liens significatifs avec son enfant, liens nécessaires à la reconnaissance de ses besoins. Elle est de plus la manifestation de carences dans le développement des parents tels le manque de connaissances de base, la présence de dépression, l'estime négative de soi, l'immaturation psychologique et le sentiment d'incapacité. Ces carences provoquent une détresse profonde face au rôle de parent" (Ménard et Pinard, 1997, p.6). Les parents ne procurent donc pas à l'enfant les besoins minimaux, dans un ou plusieurs domaines, nécessaires à son développement. De plus, les problèmes situationnels (problèmes financiers, deuil, séparation, famille reconstituée) et des facteurs sociaux (pauvreté, isolement, sous-culture) peuvent affecter les parents et les rendre négligents envers leurs enfants (Ménard et Pinard, 1997).

Objectifs du programme

Le programme vise à développer une lecture commune de la négligence sur un territoire donné ainsi qu'une approche clinique intégrée (action individuelle, de groupe et communautaire).

Il veut favoriser la participation des familles négligentes à un programme intensif d'intervention multidimensionnelle afin de mettre fin aux conduites parentales qui sont à l'origine de signalements ou de situations à risque et éliminer le risque de récurrence des conduites négligentes et violentes des parents. Le PAPFC a aussi comme objectif de permettre aux enfants de récupérer les retards de développement et d'améliorer leur fonctionnement social.

Différents volets du programme et organismes impliqués

Le programme s'adresse à l'ensemble du système familial (approche écosystémique) et s'articule en cinq volets inter-reliés et complémentaires (suivi individuel, groupe de parents, stimulation précoce, suivi scolaire, famille soutien). La participation à tous les volets est obligatoire pour chaque famille. Le programme est composé d'intervenants provenant de différents milieux : Les Centres Jeunesse de Lanaudière, le CSSSNL constituante CLSC-CHSLD MONTCALM, l'Association Carrefour Famille Montcalm et la Commission scolaire des Samares. La majorité des activités du programme, dont les groupes de parents, se déroulent dans les locaux de l'organisme communautaire car les parents perçoivent l'organisme comme un lieu neutre et moins menaçant. Les intervenants travaillent en équipe multidisciplinaire car ils proviennent de formations différentes (travail social, éducation spécialisée, psychoéducation, psychologie, anthropologie).

Équipe clinique. Considérant que la famille est un système et que la négligence chronique y est présente depuis plusieurs années, voir même depuis plus d'une génération, il convient donc d'agir de façon systémique selon un modèle écologique pour contrer la négligence familiale, là où un seul intervenant, selon une approche individuelle, est souvent mis en échec.

Cette façon de faire nécessite une importante migration des pratiques professionnelle (travail en équipe, partage du pouvoir décisionnel, transfert de connaissances...). Les membres de l'équipe clinique peuvent ainsi mieux développer leur potentiel, se supporter mutuellement et utiliser les ressources du milieu de façon efficace et efficiente auprès des familles cibles. L'interaction de l'équipe clinique permet aussi de gérer de manière plus poussée et sécuritaire le risque du maintien à domicile des enfants concernés. Les réunions cliniques se déroulent aux deux semaines (durée de trois heures).

L'équipe clinique est composée d'un chef clinique, de deux intervenants au suivi social, de deux animateurs de groupe, d'un superviseur de familles-soutien, d'un éducateur et d'un psychoéducateur pour l'atelier de stimulation et d'un éducateur scolaire.

Chef clinique. Le chef clinique est le responsable de l'équipe, celui qui coordonne l'équipe, supervise les intervenants, anime les plans de service individualisés (aux 6 mois) et les rencontres de l'équipe clinique. Il s'assure que les intervenants, selon leur spécifique, auraient les conditions nécessaires pour la réalisation de leurs actions. Il voit aussi au bon climat de l'équipe.

Lors des rencontres, selon l'ordre du jour, le chef clinique invite les intervenants à faire le point sur leur volet respectif. Par la suite, selon les événements, les crises ou les urgences survenues depuis la dernière rencontre, il priorise les dossiers à discuter. Normalement toutes les familles-cibles font l'objet de suivi régulier. Tous les membres de l'équipe sont invités à faire part de leurs observations, commentaires et opinions clinique afin de bien cibler les stratégies d'interventions à privilégier. Périodiquement chaque famille doit faire l'objet d'une étude clinique approfondie afin de bien saisir la dynamique familiale.

Entre les rencontres de l'équipe clinique, le chef clinique s'assure que les décisions prises auront un suivi autant au niveau de chaque famille cible qu'au niveau du programme d'intervention. Il voit aussi à ce que l'information circule bien entre les intervenants de l'équipe clinique et les collaborateurs extérieurs le cas échéant. Le chef clinique fait le lien entre l'équipe clinique et l'équipe de coordination afin de l'informer régulièrement de l'évolution du programme en cours et de la saisir de tout problème administratif qui se présente.

Intervenant social. L'intervenant social est le principal répondant de la famille-cible. Il est soutenu et travaille en coordination avec l'ensemble de l'équipe clinique. Le suivi individuel est assumé par une seule personne même si les décisions se prennent en équipe. Lors du suivi régulier, qui se fait normalement à domicile, l'intervenant s'assure que les parents travaillent à atteindre les objectifs fixés dans le plan de services individualisé, en lien avec les différents volets du programme, et que la protection des enfants est assurée. Finalement, il est toujours imputable face à la loi. Il est donc responsable des représentations légales et de la préparation du dossier pour la Cour, si nécessaire (Palacio-Quintin, 1997).

Animateurs de groupe. Les animateurs préparent les rencontres, gèrent le temps et l'horaire et soutiennent le groupe à travers les différents stades d'évolution. Puisqu'il s'agit d'un groupe d'éducation et de croissance, les animateurs prennent, surtout au départ, un rôle d'expert mais favorisent le développement de l'aide mutuelle entre les membres. Il est fortement recommandé de co-animer le groupe.

L'objectif général est de permettre aux parents de développer de nouvelles habiletés en tant que personne et en tant que parent afin de diminuer les problèmes reliés à la négligence. Le groupe se veut aussi un lieu pour les parents où ils peuvent partager leur vécu et recevoir du soutien. Le volet groupe permet aux parents de briser leur isolement, vivre des échanges interpersonnels positifs et ainsi augmenter l'estime d'eux-mêmes.

Superviseur des familles-soutien. Le superviseur assure le recrutement, la sélection, la formation et la supervision des familles-soutien. Les familles ayant une expérience positive d'éducation auprès de leurs enfants qui désirent s'impliquer volontairement et à long terme sont sélectionnées méticuleusement. Elles représentent un modèle de famille adéquat et possèdent les habiletés sociales nécessaires à la communication de leur expérience. Elles doivent s'investir pour un minimum de deux ans auprès d'une famille et s'attendre à ce que la relation puisse se prolonger. Une telle aventure engage l'ensemble de la famille (père, mère et enfants) auprès de la famille-cible; parfois à tour de rôle afin de permettre le répit à un membre de la famille-soutien tout en offrant un support continu. De plus, l'implication de tous les membres de la famille permet d'offrir un modèle d'identification de chacun des membres de la famille, particulièrement le modèle paternel (Jourdan-Ionescu et Desaulniers, 1999). La famille a un rôle de soutien (aidants naturels) et non d'intervention professionnelle. Les familles-cible se sentent habituellement plus proches des familles-soutien et se confient à elles plus rapidement. Les familles-soutien sont des non-professionnels qui reçoivent une formation sur la négligence de deux jours avant de commencer le programme ainsi que de la formation continue. De plus, une supervision tout au long du programme à raison d'une rencontre aux deux semaines ainsi que des contacts téléphoniques en tout temps sont offerts par le superviseur qui assure une continuité avec les orientations cliniques (Jourdan-Ionescu et Desaulniers, 1999).

La famille-soutien effectue des contacts hebdomadaires avec sa famille-cible. Elle peut la visiter à son domicile (milieu naturel), la rencontrer dans un lieu public ou l'inviter chez elle. Elle lui téléphone deux fois par semaine et répond aux appels de sa famille selon ses besoins. La famille-soutien offre un soutien émotionnel (empathie, intérêt, écoute, attitude de non-jugement), de considération (valorisation, renforcement positif), instrumental (transport, gardiennage, etc.), informatif (conseil, idée, commentaire) et de réseau (référer et accompagner aux ressources communautaires).

De plus, la famille-soutien procure des modèles comportementaux naturels par la gérance de son milieu familial, ses actions avec ses propres enfants et en aidant sa famille dans son quotidien (ménage, hygiène, alimentation, budget, relation parent-enfant, routine familiale, loisirs) (Jourdan-Ionescu et Desaulniers, 1999).

Éducateur et psychoéducateur pour l'atelier de stimulation. Les ateliers de stimulation sont offerts trois matinées par semaine aux enfants d'âge préscolaire (18 mois à 5 ans). Ils visent le rattrapage des retards causés par la négligence ainsi que le développement global et continu de l'enfant. Les intervenants de ce volet préparent l'enfant à son entrée scolaire (maximiser les chances de réussite scolaire). De plus, ils tentent de dépister les enfants qui présentent des problèmes sérieux et de les orienter vers les spécialistes appropriés. Finalement, les ateliers permettent la prévention. Pour atteindre les objectifs, des activités langagières, psychomotrices et cognitives sont offertes aux enfants. Les enfants sont évalués aux six mois avec l'échelle de développement Harvey. Puis, d'après les retards observés, un plan d'intervention est élaboré afin d'aider l'enfant à se développer.

Éducateur scolaire. Ce dernier assure un suivi de tous les jeunes âgés entre 5 et 12 ans en milieu scolaire. Il porte une attention particulière aux jeunes en difficulté, soit au niveau académique ou comportemental. Pour ces jeunes en difficulté, il peut assister aux rencontres du milieu scolaire avec les parents et s'assure que les parents prennent les moyens pour aider leur enfant. Naturellement, il est en lien étroit avec l'intervenant social.

Complémentarité des différents volets. L'intervention multidisciplinaire met fin à l'isolement professionnel où l'intervenant social n'a plus à assumer toute la responsabilité du suivi d'une famille avec toute la complexité et la lourdeur que cela comporte. La participation à des rencontres d'équipe clinique permet l'échange d'expertise et favorise une approche concertée. La concertation et le partenariat qui se développent entre les différents organismes impliqués permettent une intervention de meilleure qualité auprès des familles. La vision du traitement de la négligence évolue en ce sens qu'elle n'est plus la responsabilité d'un seul intervenant mais d'une collectivité. Les intervenants de chaque volet permettent une vision plus globale des difficultés familiales et l'orientation des services selon les besoins de chaque famille. Ainsi, les éducatrices procurent de l'information quant aux problèmes visibles chez les enfants, les familles-soutien donnent de l'information concernant le milieu naturel car elles visitent le milieu en tout temps et les animateurs de groupe perçoivent plus les problèmes personnels chez les parents. L'intervenant au suivi individuel peut donc reprendre, en individuel et de façon stratégique, les observations des différents intervenants avec les familles.

Intervention de groupe

Théorie

Les théories centrées sur le groupe comme entité sont d'orientation systémique en abordant le groupe comme un système qui a ses frontières, ses objectifs et ses mécanismes régulateurs qui lui permettent d'évoluer en gardant une certaine stabilité (Turcotte et Lindsay, 2001). Les groupes consistent en des systèmes sociaux qui détiennent certains buts principaux dont l'intégration, l'adaptation à l'environnement, le maintien et la définition de ses objectifs, de son identité et de ses procédures ainsi que l'atteinte du but (Parsons, 1964; Turcotte et Lindsay, 2001). Six notions découlant de la théorie des systèmes apparaissent importantes dans l'animation d'un groupe : (a) le groupe détient ses propres caractéristiques; (b) le groupe influence le comportement des membres; (c) le groupe doit survivre lors de conflit; (d) le groupe doit prendre en considération l'environnement externe ainsi que son fonctionnement interne; (e) le groupe est en constante transformation, influence non négligeable au niveau de son équilibre et sa survie; (f) le groupe est une entité avec un cycle de développement (Toseleand et Rivas, 1998).

Groupes d'éducation

Les groupes d'éducation visent l'acquisition chez les membres de nouvelles connaissances et habiletés. L'animateur donne de l'information aux membres et propose des activités d'intégration de cette information. Ainsi, l'animateur peut animer des exercices écrits, des jeux de rôle, des lectures, des discussions, etc. Un groupe d'éducation est composé de membres qui ont un intérêt commun et un niveau de connaissances ou d'habiletés semblables (Turcotte et Lindsay, 2001).

Groupes de croissance

Les groupes de croissance aident les membres à se conscientiser quant à leurs émotions, leurs croyances et leurs comportements. Les thèmes abordés lors de ces groupes sont la communication, les valeurs, la résolution de problèmes, les relations interpersonnelles et l'expression des émotions. L'animateur doit favoriser un climat d'acceptation des membres entre eux afin de favoriser la prise de conscience de leurs façons d'être et favoriser l'expérience de nouveaux comportements. Les membres du groupe doivent être encouragés à adopter l'expression de messages positifs ainsi qu'à les recevoir (Turcotte et Lindsay, 2001). Dans les groupes de croissance destinés aux parents, les thèmes sont abordés en lien avec les enfants et le conjoint.

Le groupe dont il est question dans le présent guide se veut donc à la fois un groupe d'éducation et de croissance.

Stades de développement du groupe

Un groupe, avant de devenir une entité propre, passe par différents stades de développement. Chaque groupe n'adopte pas le même rythme et parfois même, certains groupes n'arrivent pas à créer leur entité et se terminent sans avoir passé tous les stades. D'autres groupes peuvent stagner à certains stades et même régresser au stade précédent pour parfois poursuivre vers les autres stades. Il est intéressant de connaître ces phases afin de mieux comprendre ce qui se vit dans le groupe et intervenir de façon plus appropriée. Plusieurs auteurs ont défini ces stades. Jocelyn Lyndsay, inspiré de Joseph Anderson dans son livre « Counseling Through Group Process » (1984), parle de cinq étapes de développement d'un groupe, soit :

La confiance

C'est la phase d'exploration. Les membres s'approprient entre eux, se demandent si le groupe pourra répondre à leurs besoins, recherchent une place dans le groupe. À cette étape, l'animateur joue un rôle important puisque les membres s'y réfèrent souvent.

L'autonomie

C'est l'étape pendant laquelle une hiérarchie s'installe entre les membres. Chacun définit sa place en fonction de son besoin de pouvoir et de contrôle. C'est une phase très importante puisqu'il s'agit de l'organisation interne du groupe, de la structuration des rôles. Cette période est souvent difficile puisqu'il peut y avoir des conflits entre les membres et contestation de l'animateur par le groupe. L'animateur ne doit pas rechercher trop de pouvoir à ce moment-là.

L'intimité

À cette étape, une confiance mutuelle se développe, de même qu'un sentiment d'appartenance. Les membres se dévoilent de plus en plus. Puisque le groupe devient le cadre de référence des membres, ceux-ci n'osent pas encore être différents, exprimer une opinion contraire par exemple.

L'interdépendance

Pendant cette phase, l'aide mutuelle est à son maximum. Les différences entre les membres sont acceptées et utilisées. Le groupe s'auto-réalise. L'animateur prend de moins en moins de place et aide le groupe à se servir de ses ressources d'aide mutuelle.

La fin

Si toutes les étapes ont été franchies par le groupe, les membres quittent avec un sentiment de réussite. Cependant, il importe que l'animateur accepte bien lui-même cette étape afin de soutenir le groupe qui vit souvent en même temps une régression. L'animateur doit parler de la fin et faire exprimer les sentiments qui émergent (insécurité, peur, tristesse).

Coanimation

La coanimation allège la tâche des animateurs, permet un partage des responsabilités, une meilleure observation et analyse de la dynamique de groupe en plus de proposer un modèle de communication et de résolution de conflit aux participants (Côté, 1990; Heap, 1994). La coanimation doit être basée sur un rapport égalitaire entre les animateurs, des valeurs d'intervention communes et une confiance en soi et à l'autre. D'autres conditions sont essentielles pour une coanimation efficace. Entre autres, nous croyons que les rôles de chacun des coanimateurs doivent être définis. Galinsky et Schopler (1980) suggèrent des exemples de partage des rôles, soit un animateur plus actif et l'autre plus observateur, un animateur plus axé sur la tâche et l'autre davantage centré sur le vécu émotif. Tout comme Heap (1987) le précise, nous croyons que les rôles doivent être divisés selon les forces et les faiblesses de chacun des animateurs, de même que demeurer interchangeables. Il est primordial aussi que les animateurs prévoient un temps pour préparer et évaluer les rencontres de même que pour analyser la dynamique du groupe et comprendre son évolution.

Rôles dysfonctionnels au sein du groupe

Il existe des comportements problématiques qui ont une fonction de maintien de l'équilibre du groupe. Ces comportements sont en lien avec les rôles des membres du groupe. Ils relèvent alors plus des caractéristiques personnelles et des besoins du groupe à un moment de son développement (Turcotte et Lindsay, 2001). Ces auteurs en distinguent six : (a) le membre silencieux; (b) le membre déviant; (c) le chef interne; (d) le membre divergent; (e) le membre défensif et, finalement; (f) le bouc émissaire.

Tableau 1 ¹
Les rôles dysfonctionnels dans un groupe

Nature	Définition	Fonctions	Interventions
Membre silencieux	Personne qui reste silencieuse pour une période prolongée. Cette situation peut créer un malaise chez les autres membres qui ne savent pas comment interpréter ce comportement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Signifie parfois que le sujet est important ▪ Est quelquefois un signe de réflexion ▪ Aide à régulariser la discussion 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Essayer de trouver la signification du silence ➤ Explorer avec le membre silencieux les motifs de son silence
Membre déviant	Personne qui fait montre d'un comportement en marge de la culture du groupe	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Provoque certaines émotions ▪ Exprime ce que d'autres n'osent dire ▪ Oriente vers certaines questions 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tolérer le comportement déviant tout en spécifiant les normes et limites du groupe ➤ Chercher la signification ➤ Voir l'apport positif de ce comportement
Chef interne	Membre qui développe un plus haut statut aux yeux des autres. Il peut être vu comme une menace pour le leader formel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Indique qu'il y a une différenciation des rôles dans le groupe ▪ Apporte quelque chose à la tâche ou au climat 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Éviter de se placer dans un rapport de force ➤ Identifier la contribution positive ➤ Si l'apport est négatif, chercher la signification du comportement
Membre divergent	Personne qui fait dévier la conversation lorsque le groupe aborde un thème difficile	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ralentit la discussion pour tenir compte du malaise au sein du groupe 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mettre en mots le pattern observé
Membre défensif	Personne qui a plus de difficulté à voir un problème, à assumer sa responsabilité ou à accepter des suggestions	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Évite d'affronter les problèmes de front 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mettre en mots ce qui se passe ➤ Faire exprimer les sentiments de ce membre ➤ Demander aux autres s'ils vivent des choses semblables ➤ Reconnaître la nature du problème
Bouc émissaire	Membre du groupe qui possède une caractéristique que les autres n'aiment pas ou qu'ils redoutent	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Détourne l'attention sur un membre pour éviter d'aborder directement un vécu difficile ou une situation menaçante 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Observer la répétition de la dynamique ➤ Identifier ses propres sentiments face à la situation ➤ Voir comment se produit cette dynamique ➤ Identifier le thème sous-jacent

¹ Le tableau provient textuellement du *Recueil de textes pour le cours Service social auprès des groupes* de Daniel Turcotte. (1997). École de service social : Université Laval, [Adapté de: SHULMAN, 1992].

L'animateur doit promouvoir, lorsqu'il se retrouve en présence de rôles dysfonctionnels, la flexibilité des rôles et identifier la fonction de ce rôle dans le groupe (Turcotte et Lindsay, 2001). En effet, l'animateur doit favoriser la contribution de chaque membre dans les différents rôles et ce, afin d'éviter que certains membres soient pris dans un rôle et ne peuvent en sortir.

Situations problématiques liées à la dynamique de groupe

Quand les situations problématiques proviennent de l'ensemble des membres du groupe ou d'une majorité des membres, elles sont attribuées à la dynamique du groupe. Kirschenbaum et Glaser ont identifié six types de situations problématiques : (a) La dépendance à l'animateur ou à certains membres du groupe, ce qui amène un manque d'initiative et de leadership chez les autres membres; (b) le surinvestissement affectif signifie le partage honnête des sentiments, l'entretien de la confiance et de l'intimité entre les membres du groupe qu'ils en oublient les objectifs du groupe; (c) la prudence excessive en ce sens de peu d'initiative et de créativité mais plutôt de l'imitation par modèle; (d) les conversations sociales qui se prolongent et qui n'ont pas de lien avec les objectifs du groupe; (e) l'éclatement du groupe par le regroupement des membres en sous-groupe et, finalement; (f) les discussions incessantes peuvent être une façon d'éviter de prendre des risques de la part des membres en restant sur un mode de communication et en évitant toute activité qui demande un plus grand investissement.

Lorsque l'animateur remarque une situation problématique en lien avec la dynamique de groupe, il s'avère important d'intervenir pour que cette situation cesse le plus rapidement car elle interfère avec le développement et le cheminement de groupe.

PRÉSENTATION DES MODULES

La programmation des rencontres de groupe se présente sous la forme de modules. Chaque module représente un thème. Il est suggéré de respecter l'ordre des modules qui est proposé puisque certains thèmes doivent être abordés avant d'autres. Cependant, les besoins du groupe doivent avant tout être respectés. Une certaine flexibilité, à des moments précis, doit être possible. Nous suggérons que les thèmes soient présentés au départ aux membres et qu'un contrat soit négocié. Le choix des thèmes vise autant la dimension personnelle que parentale. Les parents négligents ne sont pas sensibles aux besoins de leurs enfants, entre autres, parce qu'ils vivent eux-mêmes des difficultés personnelles importantes. Ils ont pour la plupart un lourd passé de violence et d'abus. Il est donc primordial de permettre aux participants d'exprimer leur vécu personnel, de prendre conscience de l'influence des modèles parentaux d'origine et de renforcer l'estime de soi. Chaque module comporte entre une et six rencontres. Au début de chaque module, les objectifs généraux sont présentés. On retrouve ensuite la description de chacune des rencontres de façon détaillée. Les objectifs spécifiques sont énumérés et suivis du déroulement de la rencontre.

Module Accueil et intégration (4 rencontres)

Le module « Accueil et intégration » a été pensé afin de préparer les participants à recevoir le contenu des modules suivants. Il vise donc à créer une atmosphère de confiance et à se familiariser à la vie de groupe. Pendant ce module, il est essentiel que les membres arrivent à reconnaître les raisons de leur participation au programme (négligence). Il est possible d'admettre de nouveaux membres au cours de ce module. Par la suite, le groupe devient fermé. La formule choisie ne permet pas d'ouvrir le groupe puisque les participants ont un processus à suivre. De plus, les membres ont besoin de sécurité et de stabilité pour se faire confiance et créer des liens.

Module Connaissance de soi (7 rencontres)

Ce module tend vers la mémorisation d'expériences passées qui demeurent douloureuses et le partage de ce vécu. Ce module vise l'expression et l'écoute empathique des sentiments liés à ces expériences passées. Il veut aussi amener les participants à prendre conscience des modèles parentaux d'origine sur leur vie actuelle.

Module Violence conjugale (2 rencontres)

Ce module se propose de sensibiliser les membres à la problématique et de les outiller afin de pouvoir mieux reconnaître la violence dans une relation.

Module Couple (3 rencontres)

Ces rencontres orientent les participants vers une réflexion sur la vie conjugale, soit les types d'engagement, les facteurs influençant leur choix de partenaire amoureux, les moyens afin de préserver l'équilibre dans le couple. Aussi, nous aborderons le partage de la responsabilité parentale.

Module Estime de soi (6 rencontres)

Ce module vise à développer une meilleure estime de soi chez les participants en leur permettant de vivre des expériences valorisantes.

Module Communication (5 rencontres)

Ce module a comme objectif d'améliorer le mode de communication des participants. Il vise à sensibiliser les participants aux principes de base d'une communication efficace et à développer chez ceux-ci les habiletés personnelles pour mieux communiquer et résoudre les conflits.

Module Parent (3 rencontres)

L'objectif visé par ce module est de guider les participants dans une réflexion sur leur façon d'exercer leur autorité et leurs responsabilités en tant que parents.

Module Soins physiques (1 rencontre)

Ce module se propose de sensibiliser les participants aux premiers signes de maladie chez l'enfant et de les renseigner sur la prévention et le traitement de ces maladies.

Module Estime de soi des enfants (2 rencontres)

Ces rencontres veulent sensibiliser les parents à leur rôle déterminant dans la construction de l'estime de soi de leur enfant et les inviter par des moyens concrets, à renforcer l'estime de soi de leur enfant.

Module Discipline (3 rencontres)

Ce module a pour but d'aider les parents à établir un cadre disciplinaire et de leur enseigner des moyens efficaces pour se faire obéir de leurs enfants.

Module Limites personnelles (2 rencontres)

Lors de ces rencontres, les participants sont amenés à réfléchir et à discuter sur les notions d'espace personnel, d'intimité et de frontières. De plus, ils sont sensibilisés à l'importance d'apprendre à leurs enfants à respecter leur espace personnel ainsi que celui des autres.

Module Éducation sexuelle (2 rencontres)

Lors de ce module, les participants apprennent les différents stades du développement sexuel des enfants et sont outillés quant à l'éducation sexuelle auprès des enfants et aussi quant à la prévention des abus sexuels.

Autres thèmes

Nous insistons sur le fait que les thèmes doivent répondre aux besoins des participants. Dans cet ordre d'idées, il est possible d'ajouter des sujets à la demande des membres du groupe. Par exemple, une rencontre d'informations sur la séparation a déjà été offerte à un groupe. Dans un autre groupe, une rencontre sur les ressources communautaires du milieu avait été organisée. Des invités représentant ces organismes peuvent être prévus lors des rencontres de groupe ou même la visite des organismes.

Le développement de l'aide mutuelle

Jocelyn Lyndsay (1991) résume les techniques reliées au développement de l'aide mutuelle selon la typologie de Glassman et Kates (1986).

Lors de l'animation d'un groupe, l'animateur doit faciliter la participation collective en invitant tous les membres à participer et à s'exprimer. Il doit prendre un contact visuel avec tous les membres du groupe même lorsqu'une seule personne a la parole. L'intervenant devrait utiliser les mots « nous »

« notre » ou « vous », « votre » afin d'établir l'identité du groupe. Une autre technique consiste à tenir compte de l'ici et maintenant, c'est-à-dire impliquer les membres dans l'analyse du vécu immédiat. Il est souhaitable que l'animateur invite les membres régulièrement à partager ce qu'ils apprécient de même que leurs insatisfactions. Un temps devrait être réservé à cet effet à la fin de chaque rencontre. Il est essentiel que l'animateur permette l'expression des réactions envers lui-même. Enfin, un but commun au groupe doit être établi et l'intervenant doit y ramener le groupe au besoin.

ORGANISATION DU GROUPE DE PARENTS

Composition du groupe

Le groupe doit être composé d'un nombre minimum de dix participants et d'un nombre maximum de quinze participants inscrits au départ. Il existe toujours la possibilité d'abandon ou de retrait de certains participants en cours de programme. Un parent par famille doit obligatoirement participer au volet groupe. Il arrive parfois que les deux parents s'inscrivent. Il s'avère important d'avoir au moins deux participants du même sexe dans le groupe. Nous croyons cependant que des activités mieux adaptées à la réalité des pères devraient être offertes, par exemple en soirée et sous une forme autre que le groupe d'éducation-croissance.

Rencontre pré-groupe

Chaque participant est rencontré d'une façon individuelle par les deux animateurs avant le début des activités de groupe. Il s'agit d'une étape très importante malgré qu'elle soit souvent oubliée en intervention de groupe. Cette rencontre permet un premier contact personnalisé entre le participant et les animateurs du groupe. Elle vise à situer le volet groupe à l'intérieur du programme et à préciser qu'il existe une concertation entre les animateurs du groupe et les intervenants de chaque volet. Lors de cette rencontre, les animateurs présentent les objectifs poursuivis par le volet groupe ainsi que les thèmes abordés à travers les différents modules. Les animateurs expliquent le déroulement des rencontres et informent les participants de quelques règles de fonctionnement (confidentialité, gestion des absences, etc.). À ce moment, il s'avère essentiel de nommer les conditions de réussite, soit la présence continue aux rencontres, la reconnaissance de ses forces et points à améliorer en tant qu'individu et en tant que parent et, l'implication active dans la démarche. Enfin, cette rencontre a aussi pour but de connaître les besoins et les attentes des participants face au volet groupe. Il est important de profiter de cette rencontre pour normaliser leurs craintes et leurs appréhensions face au groupe. Il est suggéré que les parents soient accompagnés de leur intervenant social à cette étape-ci du processus.

Nombre de rencontres, fréquence et durée

Le volet groupe comporte quarante-deux rencontres échelonnées sur une période d'environ dix-huit mois. Chaque rencontre est d'une durée de deux heures et trente minutes. Les rencontres sont offertes de façon hebdomadaire sauf pour les cinq dernières qui ont lieu aux deux semaines afin de préparer la phase finale du groupe. La présence à chacune de ces rencontres est obligatoire pour tous les participants et les absences doivent être motivées par des raisons valables.

Déroulement des rencontres

Le plan de la rencontre est toujours présenté au début.

Il est essentiel d'amorcer chacune des rencontres en vérifiant comment les participants arrivent à la rencontre. Ils sont alors invités, à tour de rôle, à nommer l'émotion avec laquelle ils se présentent. À ce moment, les participants peuvent demander, au besoin, un temps d'attente plus long dans le but de faire un partage au groupe. C'est aussi le moment de faire un retour sur la semaine précédente.

Par la suite, les participants peuvent être amenés à vivre une période de relaxation. Ce moment de détente vise à aider le groupe à faire la transition et à être donc plus disponible à ce qui se vivra pendant la rencontre. La relaxation permet d'accéder plus facilement à son monde intérieur et crée une atmosphère de groupe plus favorable aux échanges. Les techniques de relaxation retenues sont la visualisation, la relaxation active et les exercices relaxants. L'auto-massage pourrait aussi être utilisé comme moyen de détente.

Nous arrivons ensuite au contenu de la rencontre, soit avec la première activité proposée. Nous prévoyons une pause de quinze minutes. Par la suite, nous poursuivons l'activité débutée avant la pause ou passons à l'activité suivante.

Il est important d'accorder une période d'environ dix minutes pour la conclusion. À ce moment, les animateurs résument la rencontre. Ils invitent ensuite les participants à compléter la feuille « *Aujourd'hui, je retiens* » dans leur cahier. À tour de rôle, ils nomment ce qu'ils retiennent de la rencontre et comment ils se sentent.

Cahier du participant

Un cahier du participant a aussi été conçu. On y retrouve le résumé de certaines rencontres et des feuilles d'exercices. La première partie du cahier se veut un journal de bord où les participants inscrivent leurs commentaires à la fin de chaque rencontre (« *Aujourd'hui, je retiens...* »); cette démarche permet au parent de prendre un temps d'arrêt pour réaliser le travail effectué pendant la rencontre. De plus, ces notes lui permettent également de revoir son évolution dans le groupe lors des auto-évaluations (mi-programme et fin de programme). Dans le présent guide, nous faisons référence au cahier du participant pour plusieurs activités. Les animateurs ont la possibilité de garder les cahiers avec eux entre les rencontres et de les remettre aux participants à la fin du programme ou de laisser les participants quitter chaque rencontre avec leur cahier. Les deux possibilités ont leurs avantages et inconvénients. Dans le premier cas, les animateurs sont certains que les participants auront leur cahier pour la prochaine rencontre alors que dans le second cas, les participants peuvent réviser l'information transmise avant la rencontre suivante.

Aménagement des lieux

Les rencontres de groupe ont lieu dans les locaux de l'organisme communautaire impliqué, tout comme les activités des autres volets du programme. Le milieu communautaire est souvent perçu comme étant moins menaçant par la clientèle. De plus, les participants ont l'occasion de connaître une ressource de leur milieu et de s'y impliquer.

Il est important de favoriser un sentiment d'appartenance en permettant aux participants de décorer le local. Il leur est suggéré d'apporter des plantes, des bougies, des photos, etc. Nous suggérons d'installer les participants en cercle sur des chaises ou encore autour d'une table, dépendamment de l'activité proposée. Un tableau doit être disponible. Un éclairage pouvant être tamisé ainsi qu'une musique de détente permettent une atmosphère de calme et de partage.

Les participants sont invités à participer à l'organisation de la salle avant les rencontres (préparer le café, placer les chaises). Ils peuvent partager cette responsabilité à tour de rôle. Nous fournissons ce qui est nécessaire pour le café (cafetière, verres, lait et sucre), mais demandons aux participants d'apporter la collation s'ils le souhaitent. Pour les anniversaires ou les occasions spéciales (ex : Noël), il est intéressant de suggérer au groupe de les souligner mais de laisser les membres décider de la façon de faire.

MODULE I

ACCUEIL ET INTÉGRATION

(4 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Connaître les autres membres du groupe;
- ❖ Développer un sentiment d'appartenance au groupe;
- ❖ Comprendre les objectifs poursuivis par les rencontres de groupe;
- ❖ Identifier ses objectifs personnels.

Première rencontre

Objectifs spécifiques

- ❖ Se présenter aux autres membres;
 - ❖ Connaître la programmation, les règles et le déroulement des rencontres;
 - ❖ Prendre conscience de l'importance du rôle de chacun dans le groupe et de l'influence que nous pouvons avoir sur les autres membres du groupe.
-

Introduction

Mot de bienvenue. Les deux animateurs se présentent et souhaitent la bienvenue aux participants.

Présentation des animateurs et de leur rôle dans le groupe. Les animateurs expliquent leur rôle aux participants :

- ◆ Ils représentent le guide c'est-à-dire ceux qui proposent des thèmes et des exercices, ils sont également ouverts aux commentaires et aux idées des participants sur le déroulement des rencontres;
- ◆ Ils sont gestionnaires du temps et de l'horaire.

Il est important de souligner que la qualité de l'implication des participants au sein du groupe est essentielle au cheminement de leurs enfants.

Plan de la rencontre. Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Présentation des participants

 Images découpées dans des magazines

Les participants choisissent une image qui représente le sentiment ou l'état dans lequel ils arrivent pour leur première rencontre de groupe. Les images proviennent de différents magazines et ont été sélectionnées et découpées par les animateurs.

Les participants se présentent (leur prénom ainsi que le prénom et l'âge de leurs enfants) et expliquent le choix de leur image.

Fonctionnement de groupe

 Contrat de groupe

Horaire. Les animateurs distribuent une feuille aux participants leur indiquant les dates des rencontres. Ils mentionnent aux participants l'importance de leur présence à toutes les rencontres. Lorsqu'un parent s'absente, il perd une partie de l'information transmise et des apprentissages effectués par les autres participants. De plus, les animateurs expliquent les modalités à suivre s'ils doivent s'absenter (contacter un animateur et annuler le transport, si nécessaire).

Programmation. Les animateurs présentent la programmation de groupe qui est composée de quarante-deux rencontres de deux heures trente minutes réparties en douze modules:

- ❖ *Accueil et intégration* : Ce module est composé de quatre rencontres et vise l'appropriation à la vie de groupe et le développement chez les participants d'un sentiment d'appartenance au groupe.
- ❖ *Connaissance de soi* : Ce module est constitué de sept rencontres et tend vers la mémorisation d'expériences passées et l'expression des sentiments liés à ce vécu, plus particulièrement la colère.
- ❖ *Violence conjugale* : Ce module se compose de deux rencontres et présente aux participants les formes de violence conjugale ainsi que le cycle de la violence conjugale.
- ❖ *Couple*: Ce module propose trois rencontres orientées vers une réflexion sur les différents types d'engagement, le choix du partenaire et l'équilibre du couple.
- ❖ *Estime de soi*: Ce module est composé de six rencontres. Il vise à développer une meilleure estime de soi chez le participant.
- ❖ *Communication*: Ce module est constitué de cinq rencontres et tend à améliorer le mode de communication du participant.
- ❖ *Parent*: Ce module propose trois rencontres dont les objectifs sont de développer les compétences parentales et l'autorité parentale chez le participant.
- ❖ *Soins physiques*: Ce module se veut une rencontre d'information sur la prévention et le traitement des maladies infantiles.
- ❖ *Estime de soi des enfants*: Ce module est composé de deux rencontres et tend à aider le participant dans la valorisation de son enfant.
- ❖ *Discipline*: Ce module présente trois rencontres visant à aider les participants à établir un cadre disciplinaire.
- ❖ *Limites personnelles*: Ce module est composé de deux rencontres visant à sensibiliser les parents aux concepts d'intimité et de frontières personnelles.
- ❖ *Éducation sexuelle* : Ce module est constitué de deux rencontres et les objectifs sont de comprendre les stades de développement sexuel des enfants et d'outiller les participants dans l'éducation sexuelle et la prévention des abus.

De plus, nous retrouvons une évaluation mi-programme à la vingt-troisième rencontre et une évaluation finale à la quarante-deuxième rencontre. Ces évaluations visent à faire le point sur la participation de chaque participant dans le groupe et l'atteinte des objectifs.

Déroulement d'une rencontre. Les animateurs décrivent une rencontre type :

- ◆ Syntonisation («comment j'arrive? ») : 10 minutes;
- ◆ Temps d'antenne : 35 minutes;
- ◆ Activité thématique : 1 heure 30 minutes; pendant l'activité, une pause de 15 minutes est prise;
- ◆ Conclusion : 15 minutes.

Contrat de groupe. Les participants sont invités à identifier les règles qu'ils jugent importantes pour le bon fonctionnement du groupe. Ensuite, les règles sont inscrites sur un carton qui restera visible pour les rencontres suivantes. Chaque membre du groupe avec les animateurs signent le contrat de groupe de leur prénom. Les animateurs doivent s'assurer que les règles suivantes sont inscrites: présence à toutes les rencontres, ponctualité, confidentialité, respect des autres membres (au niveau de l'écoute, des paroles et gestes).

Confidentialité. Les propos tenus par les participants lors des rencontres de groupe ne doivent pas être diffusés à des personnes qui ne font pas partie du groupe à l'exception de leur intervenant au suivi social ou de leur famille soutien. Les thérapeutes de groupe peuvent échanger de l'information avec les autres membres de l'équipe du PAPFC. Les participants ont tous donné leur accord par écrit à cet effet.

Appropriation des lieux. Les animateurs proposent aux participants de décorer le local en apportant des objets, des photos ou des images décoratives. De plus, ils demandent aux participants de se partager les différentes tâches (préparation du local, du café et de la collation).

Activité 1: Influence de chaque participant²

Rationnel. Un groupe est formé de plusieurs personnes. Le groupe peut être composé de participants du même sexe ou de sexe différent, du même âge ou d'âge différent, etc. Un point commun relie habituellement les membres du groupe. Ce point commun est habituellement le motif de leur participation à ce groupe. Par ailleurs, chaque participant du groupe a une personnalité à lui et se différencie des autres. Chaque participant interagit différemment dans ses relations interpersonnelles. Il s'avère donc important de sensibiliser les participants à la place de chacun dans le groupe, à l'influence que chaque membre du groupe a sur les autres membres et au déséquilibre que peut provoquer chez les membres du groupe, l'absence, le retrait ou la monopolisation d'un participant.

Déroulement. Les animateurs demandent aux participants de se placer debout en cercle. Ils expliquent que cette position représente le début d'un nouveau groupe où chacun est dans sa petite bulle car personne ne se connaît.

Les animateurs leur demandent de se tenir par la main. Cette nouvelle position illustre qu'en faisant partie d'un groupe, ils ne sont plus seuls. Pour certains, cette étape crée un inconfort alors que pour d'autres, elle est tout à fait confortable.

Les animateurs demandent à tous les participants d'avancer et ensuite de reculer. Les animateurs expliquent que lorsque nous faisons partie d'un groupe, il est important que tous cheminent de façon similaire sinon, cela amène des tensions dans le groupe. En effet, les animateurs demandent à deux participants d'avancer le plus loin possible toujours en tenant la main des autres et à deux autres de reculer. Cet exercice fait vivre beaucoup de tension physique entre les membres car certains participants se retrouvent tirés de tous côtés. Il permet de comprendre la place de chacun et l'influence que chaque participant peut avoir sur les autres.

Conclusion

 Cahier d'activités, feuille « Aujourd'hui, je retiens... »

Les animateurs remettent aux participants un cahier d'activités complet. Les animateurs expliquent aux participants que tous les exercices se retrouvent dans ce cahier. Les participants terminent le programme avec un cahier où ils retrouvent l'information reçue pendant les rencontres ainsi que les exercices réalisés lors des différentes activités. De plus, les participants peuvent ajouter des notes personnelles à la fin du cahier.

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

² Exercice inspiré de: Beaulieu, D. *Devenir un meilleur leader dans un groupe de thérapie*. Lac Beauport: Éditions Académie Impact.

Deuxième rencontre

Objectifs spécifiques

- ❖ Accueillir les nouveaux membres;
 - ❖ Apprendre à faire confiance aux autres membres du groupe.
-

Introduction (Si de nouveaux membres se sont ajoutés)

Mot de bienvenue. Les deux animateurs se présentent et souhaitent la bienvenue aux nouveaux membres.



Présentation des animateurs et de leur rôle dans le groupe. Les animateurs expliquent leur rôle aux participants :

- ◆ Ils représentent le guide c'est-à-dire ceux qui proposent des thèmes et des exercices; ils sont également ouverts aux commentaires et aux idées des participants sur le déroulement des rencontres;
- ◆ Ils sont gestionnaires du temps et de l'horaire.

Il est important de souligner que la qualité de l'implication des participants au sein du groupe est essentielle au cheminement de leurs enfants.

Présentation des participants. Les participants se présentent (leur prénom ainsi que le prénom et l'âge de leurs enfants).

Fonctionnement de groupe (Si de nouveaux membres se sont ajoutés)

  Contrat de groupe

Horaire. Les animateurs distribuent une feuille aux participants leur indiquant les dates des rencontres. Ils mentionnent aux participants l'importance de leur présence à toutes les rencontres. Lorsqu'un parent s'absente, il perd une partie de l'information transmise et des apprentissages effectués par les autres participants. De plus, les animateurs expliquent les modalités à suivre s'ils doivent s'absenter (contacter un animateur et annuler le transport, si nécessaire).

Déroulement d'une rencontre. Les animateurs décrivent une rencontre type :

- ◆ Syntonisation («comment j'arrive?») : 10 minutes;
- ◆ Temps d'antenne : 35 minutes;
- ◆ Activité thématique : 1 heure 30 minutes; pendant l'activité, une pause de 15 minutes est prise;
- ◆ Conclusion : 15 minutes.

Contrat de groupe. Les nouveaux participants sont invités à signer le contrat de groupe (règles) de leur prénom une fois qu'on leur a présenté.

Confidentialité. Les propos tenus par les participants lors des rencontres de groupe ne doivent pas être diffusés à des personnes qui ne font pas partie du groupe à l'exception de leur intervenant au suivi social ou de leur famille soutien. Les thérapeutes de groupe peuvent échanger de l'information avec les autres membres de l'équipe du PAPFC. Les participants ont tous donné leur accord par écrit à cet effet.

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Développer un sentiment d'appartenance au groupe

 Exercice «Devine qui je suis ?» dans le cahier d'activités (p.10)

Rationnel. Un processus de groupe demande beaucoup d'effort aux participants pour développer un sentiment de confiance entre les membres du groupe et les animateurs. Le participant arrive dans un groupe où il connaît habituellement personne et avec qui il devra avoir des échanges au plan personnel. Les animateurs doivent travailler avec les membres du groupe à développer une connaissance les uns des autres, une confiance aux autres membres du groupe et aux animateurs. Les participants en provenance des Centres jeunesse éprouvent habituellement plus de difficultés que les participants référés par le CSSS, et ce, dû aux craintes de recours légal ou de placement de leurs enfants suite à certaines révélations.

Déroulement. Chaque participant prend dans son cahier d'activités l'exercice intitulé «Devine qui je suis ?» et inscrit sur un morceau de papier, deux caractéristiques personnelles autres que physiques (goûts, qualités, loisirs, défauts, etc.). Tous les morceaux de papier sont ensuite déposés dans un contenant.

Chaque participant pige un papier. Il inscrit les deux caractéristiques sur sa feuille d'exercice.

À tour de rôle, chaque participant pose une question à un autre membre du groupe afin de découvrir à qui appartient les caractéristiques inscrites sur son papier. Il écrit la réponse sous la caractéristique visée par la question. Les participants sont informés que pour faciliter l'activité, les mensonges sont interdits.

Suite à un ou plusieurs tours, lorsqu'un participant croit avoir deviné la personne correspondant aux caractéristiques inscrites sur son papier, il nomme les caractéristiques et la personne.

La personne identifiée confirme ou infirme la correspondance. Si le participant n'a pas bien identifié, il poursuit l'activité avec les autres membres du groupe. S'il a bien identifié, il attend la fin.

Conclusion

Cahier d'activités

Les nouveaux participants reçoivent leur cahier d'activités. Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Troisième rencontre

Objectifs spécifiques

- ❖ Accueillir les nouveaux membres;
 - ❖ Reconnaître et nommer les motifs de son implication dans le programme;
-

Introduction (Si de nouveaux membres se sont ajoutés)

Mot de bienvenue. Les deux animateurs se présentent et souhaitent la bienvenue aux nouveaux membres.


Présentation des animateurs et de leur rôle dans le groupe. Les animateurs expliquent leur rôle aux participants :

- ◆ Ils représentent le guide c'est-à-dire ceux qui proposent des thèmes et des exercices; ils sont également ouverts aux commentaires et aux idées des participants sur le déroulement des rencontres;
- ◆ Ils sont gestionnaires du temps et de l'horaire.

Il est important de souligner que la qualité de l'implication des participants au sein du groupe est essentielle au cheminement de leurs enfants.

Présentation des participants. Les participants se présentent (leur prénom ainsi que le prénom et l'âge de leurs enfants).

Fonctionnement de groupe (Si de nouveaux membres se sont ajoutés)

  Contrat de groupe

Horaire. Les animateurs distribuent une feuille aux participants leur indiquant les dates des rencontres. Ils mentionnent aux participants l'importance de leur présence à toutes les rencontres. Lorsqu'un parent s'absente, il perd une partie de l'information transmise et des apprentissages effectués par les autres participants. De plus, les animateurs expliquent les modalités à suivre s'ils doivent s'absenter (contacter un animateur et annuler le transport, si nécessaire).

Déroulement d'une rencontre. Les animateurs décrivent une rencontre type :

- ◆ Syntonisation («comment j'arrive?») : 10 minutes;
- ◆ Temps d'antenne : 35 minutes;
- ◆ Activité thématique : 1 heure 30 minutes; pendant l'activité, une pause de 15 minutes est prise;
- ◆ Conclusion : 15 minutes.

Contrat de groupe. Les nouveaux participants sont invités à signer le contrat de groupe (règles) de leur prénom une fois qu'il a été présenté.

Confidentialité. Les propos tenus par les participants lors des rencontres de groupe ne doivent pas être diffusés à des personnes qui ne font pas partie du groupe à l'exception de leur intervenant au suivi social ou de leur famille soutien. Les thérapeutes de groupe peuvent échanger de l'information avec les autres membres de l'équipe du PAPFC. Les participants ont tous donné leur accord par écrit à cet effet.

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité 1 : Identification des difficultés


Rationnel. Les parents négligents éprouvent beaucoup de difficultés à reconnaître leurs comportements négligents. Souvent, ils les reconnaissent dans les débuts de l'intervention où ils se sentent coincés et ne peuvent nier ouvertement. Il s'avère donc important d'amener le participant à reconnaître les raisons de son implication dans le programme, et ce, le plus tôt possible dans le processus de groupe. Autrement, le participant nie les motifs de sa participation au groupe. Un moyen aidant pour les participants est la visite d'un ancien membre de la cohorte précédente qui partage son expérience avec eux. Le but est de nommer clairement l'objectif poursuivi par le groupe en lien avec la problématique reconnue par tous les membres.

A) Témoignage

Déroulement Témoignage de deux participants au PAPFC précédent (un des Centres Jeunesse et l'autre du CSSS) sur leur expérience dans le programme, les raisons de leur implication dans le programme, les améliorations suite à leur participation, l'apport de chacun des volets, les difficultés rencontrées pendant leur cheminement.

Période de questions des nouveaux participants aux deux invités qui ont partagé leur expérience dans le PAPFC.

B) Les raisons de ma participation au programme

 Exercice «Les raisons de ma participation au programme» dans le cahier d'activités (p.11)

Déroulement. Les participants sont invités à identifier les raisons de leur participation au programme (problèmes vécus) et à les inscrire sur la feuille intitulée «Les raisons de ma participation au programme» dans le cahier d'activités.

Les participants partagent ensuite avec le groupe ces raisons.

Les animateurs abordent le thème de la négligence. Il s'avère important que les vraies raisons (négligence affective, physique et éducative) de la participation des membres au programme soient nommées.

Conclusion

Cahier d'activités

Les nouveaux participants reçoivent leur cahier d'activité. Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Quatrième rencontre

Objectifs spécifiques

- ❖ Accueillir les nouveaux membres;
 - ❖ Identifier et nommer mes objectifs;
 - ❖ Connaître les objectifs du volet groupe.
-

Introduction (Si de nouveaux membres se sont ajoutés)

Mot de bienvenue. Les deux animateurs se présentent et souhaitent la bienvenue aux nouveaux membres.

Présentation des animateurs et de leur rôle dans le groupe. Les animateurs expliquent leur rôle aux participants :



- ◆ Ils représentent le guide c'est-à-dire ceux qui proposent des thèmes et des exercices, ils sont également ouverts aux commentaires et aux idées des participants sur le déroulement des rencontres;
- ◆ Ils sont gestionnaires du temps et de l'horaire.

Il est important de souligner que la qualité de l'implication des participants au sein du groupe est essentielle au cheminement de leurs enfants.

Présentation des participants. Les participants se présentent (leur prénom ainsi que celui de leurs enfants et leur âge).

Groupe fermé. À partir de ce moment, il n'y a plus de nouveaux membres.

Fonctionnement de groupe (Si de nouveaux membres se sont ajoutés)

  Contrat de groupe

Horaire. Les animateurs distribuent une feuille aux participants leur indiquant les dates des rencontres. Ils mentionnent aux participants l'importance de leur présence à toutes les rencontres. Lorsqu'un parent s'absente, il perd une partie de l'information transmise et des apprentissages effectués par les autres participants. De plus, les animateurs expliquent les modalités à suivre s'ils doivent s'absenter (contacter un animateur et annuler le transport, si nécessaire).

Déroulement d'une rencontre. Les animateurs décrivent une rencontre type :

- ◆ Syntonisation («comment j'arrive?») : 10 minutes;
- ◆ Temps d'antenne : 35 minutes;
- ◆ Activité thématique : 1 heure 30 minutes; pendant l'activité, une pause de 15 minutes est prise;
- ◆ Conclusion : 15 minutes.

Contrat de groupe. Les nouveaux participants sont invités à signer le contrat de groupe (règles) de leur prénom une fois qu'on leur a présenté.

Confidentialité. Les propos tenus par les participants lors des rencontres de groupe ne doivent pas être diffusés à des personnes qui ne font pas partie du groupe à l'exception de leur intervenant au suivi social ou de leur famille soutien. Les thérapeutes de groupe peuvent échanger de l'information avec les autres membres de l'équipe du PAPFC. Les participants ont tous donné leur accord par écrit à cet effet.

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Identification des objectifs

 Bateau, matelots, et capitaines en carton

Rationnel. Dans une telle démarche de groupe, il est essentiel que les membres identifient des objectifs de changement. En établissant leurs objectifs, les membres reconnaissent leurs difficultés et leurs comportements négligents. Cela leur permet aussi d'évaluer leur cheminement tout au long du programme.

Déroulement : Les animateurs font remarquer aux participants que le contenu des rencontres vise autant l'aspect personnel que parental. Les animateurs expliquent qu'il est essentiel de régler les difficultés personnelles afin d'améliorer ensuite les habiletés parentales. Il est donc suggéré aux membres du groupe de se fixer deux objectifs, soit l'un en tant qu'individu et l'autre en tant que parent.

Chaque participant identifie ses objectifs sur un matelot en carton. Ensuite, les participants nomment leurs objectifs aux autres membres du groupe et collent leur matelot sur le bateau préparé à cet effet. Les animateurs expliquent enfin la signification de cet exercice. Ainsi, les participants ont des objectifs différents à atteindre, mais ils visent tous finalement à devenir de meilleurs parents. Les membres se retrouvent donc tous dans le même bateau et traversent ensemble pendant 42 rencontres un océan qui sera parfois calme et parfois orageux. L'important est de se soutenir et de se respecter dans cette traversée. Les capitaines (animateurs) attendaient déjà leurs passagers. L'objectif des animateurs consiste à maintenir le bateau en équilibre et à amener les matelots à bon port.

Les animateurs résument les objectifs nommés par les participants et en profitent pour nommer les objectifs du groupe en faisant le lien entre les deux afin que les participants réalisent bien que les objectifs du groupe répondent à leurs besoins et que leur participation au groupe les aidera à atteindre leurs objectifs personnels. Les objectifs du groupe sont :

- ◆ Partager le vécu personnel et exprimer les sentiments;
- ◆ Apprendre à exprimer la colère;
- ◆ Réfléchir sur la vie de couple;
- ◆ Améliorer l'estime de soi

- ◆ Améliorer la communication;
- ◆ Apprendre à gérer et à résoudre les conflits;
- ◆ Améliorer les compétences et attitudes parentales;
- ◆ Établir dans la famille, le respect de l'intimité et des frontières personnelles;
- ◆ Apprendre sur la sexualité infantile et l'éducation sexuelle.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les nouveaux participants reçoivent leur cahier d'activités. Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Module II

Connaissance de soi

(7 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Prendre conscience de l'influence des modèles parentaux d'origine sur sa vie actuelle;
- ❖ Réfléchir aux conséquences de la colère sur sa vie;
- ❖ Apprendre à exprimer sa colère de façon adéquate.

Cinquième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Se remémorer ses expériences passées;
 - ❖ Exprimer les sentiments qui font surface suite à la remémoration d'expériences antérieures.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.


Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité: Mes expériences personnelles

Rationnel. Les parents ayant des conduites négligentes envers leurs enfants ont souvent été influencés par des modèles parentaux d'origine plus ou moins adéquats. Il est donc important de leur faire prendre conscience de cette influence négative en leur permettant de faire un retour sur leur propre vécu et d'exprimer les émotions qui y sont reliées. Ce recul devrait les aider ensuite à être plus sensibles aux besoins de leurs enfants.

A) Mes racines


 Revues, grands cartons blancs, colle, ciseaux, radio, musique de détente, crayons de couleur.

Déroulement. Les participants sont appelés à découper dans différentes revues des images représentant leur vécu pendant leur enfance et leur adolescence. Pendant l'activité, les animateurs font jouer une musique de détente. Les participants peuvent échanger entre eux pendant l'activité; en effet, cette activité permet un rapprochement des membres du groupe. Lorsqu'ils ont trouvé toutes les images, ils les collent sur un carton. Ils peuvent ajouter des photos, des dessins ou des écrits pour compléter leur collage. Si à la fin de la rencontre, certains participants n'ont pas terminé leur collage, les animateurs leur demandent de le terminer pour la semaine prochaine.

Lorsque tous les participants ont terminé, ils présentent, à tour de rôle, leur collage aux membres du groupe. Les participants peuvent poser des questions mais seulement lorsque le participant a terminé de présenter son collage et il n'est pas obligé de répondre aux questions. Lorsqu'il y a plus

de huit participants, il peut être préférable de diviser les membres du groupe en deux pour la présentation des collages (manque de temps). Les animateurs gardent les collages jusqu'au moment où le participant l'a présenté aux autres membres du groupe. À partir de ce moment, il peut apporter son collage pour le présenter à son intervenant social ou sa famille soutien.

B) Mes émotions

 Pots de pâte à modeler, poubelle.

Déroulement. Chaque participant reçoit un pot rempli de pâte à modeler. Il doit réfléchir, en modelant la pâte avec ses mains, aux événements passés qui lui ont fait vivre, de la tristesse, de la colère, de la frustration. Si plusieurs événements font surface, il doit modeler plusieurs boules de pâte où la grosseur de la boule est reliée à l'intensité de l'émotion.

Lorsqu'ils se sentent prêts, les participants lancent dans une poubelle leur(s) boule(s) en verbalisant sa signification et ce qu'ils ressentent. Ils ne sont pas obligés de jeter toutes les boules et peuvent en remettre dans le pot pour s'en défaire lorsqu'ils se sentiront capables. Les pots de pâte à modeler, pour les participants qui n'ont pas jeté toute la pâte, sont conservés par les animateurs avec l'identification du participant sur chacun.

Lorsque tous les participants ont terminé de jeter leurs boules d'émotions, les animateurs reviennent avec eux sur les sentiments qu'ils vivent suite à cette activité.

Pour les rencontres 6, 7, 8 et 9, cet exercice peut être repris si le besoin est présent chez les participants.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Sixième, septième, huitième et neuvième rencontres


Objectifs spécifiques

- ❖ Partager avec les membres du groupe ses expériences passées;
 - ❖ Exprimer les sentiments qui font surface suite à l'expression d'expériences antérieures.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.


Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité: Mes expériences personnelles


Rationnel. Les parents ayant des conduites négligentes envers leurs enfants ont souvent été influencés par des modèles parentaux d'origine plus ou moins adéquats. Il est donc important de leur faire prendre conscience de cette influence négative en leur permettant de faire un retour sur leur propre vécu et d'exprimer les émotions qui y sont reliées. Ce recul devrait les aider ensuite à être plus sensibles aux besoins de leurs enfants.

A) Mes racines

 Revues, grands cartons, colle, ciseaux, crayons de couleur.

Déroulement. Les participants présentent, à tour de rôle, leur collage aux membres du groupe. Les participants peuvent poser des questions mais seulement lorsque le participant a terminé de présenter son collage et il n'est pas obligé de répondre aux questions. Lorsqu'il y a plus de huit participants, il peut être préférable de diviser les membres du groupe en deux pour la présentation des collages (manque de temps). Les animateurs gardent les collages jusqu'au moment où le participant l'a présenté aux autres membres du groupe. À partir de ce moment, il peut apporter son collage pour le présenter à son intervenant social ou sa famille soutien.

B) Mes émotions

 Pots de pâte à modeler, poubelle.

Déroulement. Si le besoin est présent, le participant reçoit un pot rempli de pâte à modeler. Il doit réfléchir, en modelant la pâte avec ses mains, aux événements passés qui lui ont fait vivre, de la tristesse, de la colère, de la frustration. Si plusieurs événements font surface, il doit modeler plusieurs boules de pâte où la grosseur de la boule est reliée à l'intensité de l'émotion.

Lorsqu'ils se sentent prêts, les participants lancent dans une poubelle leur(s) boule(s) en verbalisant sa signification et ce qu'ils ressentent. Ils ne sont pas obligés de jeter toutes les boules et peuvent en remettre dans le pot pour s'en défaire lorsqu'ils se sentiront capables. Les pots de pâte à modeler, pour les participants qui n'ont pas jeté toute la pâte, sont conservés par les animateurs avec l'identification du participant sur chacun.

Lorsque tous les participants ont terminé de jeter leurs boules d'émotions, les animateurs reviennent avec eux sur les sentiments qu'ils vivent suite à cette activité.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Dixième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Expérimenter une méthode adéquate pour se libérer de la colère.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : colère, comment t'exprimes-tu³ ?

 Exercice «Je dessine ma colère» dans le cahier d'activités (p.12), crayons de couleur

Rationnel. La colère est une émotion souvent perçue comme étant négative que l'on ne doit pas exprimer. Une colère refoulée peut nuire grandement à la santé physique et mentale et aux relations interpersonnelles. Il est important de pouvoir se libérer de la colère en utilisant cependant une façon adéquate pour le faire.

Déroulement. Un animateur demande aux participants de s'asseoir confortablement sur leur chaise, de décroiser les jambes et les bras. Il leur demande de fermer les yeux et de se concentrer sur eux-mêmes, sur la respiration de leur corps. Il dit aux participants de sentir les tensions qu'ils peuvent vivre dans certaines parties de leur corps. Lorsque les participants semblent avoir atteint un certain niveau de détente, il leur demande de se souvenir d'une situation qui les a mis en colère. Se remémorer ce qui était arrivé, où cela se passait-il, qui était présent, comment ont-ils réagi ?. Après trois minutes, l'animateur demande aux participants d'ouvrir les yeux et de reprendre contact avec les membres du groupe.

Les participants dessinent, sur la feuille d'exercice intitulée «Je dessine ma colère» la situation qui les a mis en colère, ce que cela évoque pour eux : symbole, jet de couleur et/ou de forme, comme la situation les inspire.

³ Exercice inspiré de : Service social des groupes (1998). *Recueil d'activités de syntonisation et de phase-travail*. Université de Montréal.

Les participants sont invités à faire un geste symbolique avec leur dessin pour se libérer de cette émotion (déchirer le dessin, le barbouiller, le jeter à la poubelle, etc.).

Retour en groupe sur l'activité. Les participants partagent comment ils se sont sentis pendant l'exercice et comment ils se sentent maintenant.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Onzième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Prendre conscience que la façon d'exprimer sa colère a un impact sur soi-même et sur son entourage.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Expression de la colère⁴

 Exercice «Expression de la colère» dans le cahier d'activités (p.13)

Rationnel. La colère est une émotion souvent perçue comme étant négative que l'on ne doit pas exprimer. Une colère refoulée peut nuire grandement à la santé physique et mentale et aux relations interpersonnelles. Il est important de pouvoir se libérer de la colère en utilisant cependant une façon adéquate pour le faire.

Déroulement. Chaque participant se remémore une situation, un événement ou une personne qui leur a fait vivre de la colère. À partir d'une situation choisie par les membres du groupe, les animateurs préparent un jeu de rôle avec le nombre de participants nécessaire et le présentent aux membres du groupe.

Retour sur le jeu de rôle et discussion sur la manière dont la colère a été exprimée (verbalement, physiquement, contre eux-mêmes, etc.).

Les participants se placent en sous-groupes de trois ou quatre participants et identifient, à l'aide de l'exercice intitulé «Expression de la colère» dans le cahier d'activités, comment ils expriment leur colère ainsi que l'impact sur les autres et sur eux-mêmes.

⁴ Exercice inspiré de : Service social des groupes (1998). *Recueil d'activités de syntonisation et de phase-travail*. Université de Montréal.

Retour en groupe sur les réflexions faites en sous-groupes, et discussion sur la façon adéquate d'exprimer la colère et les moyens à adopter pour éviter l'escalade de la colère (quitter les lieux, se calmer, reprendre la conversation lorsque tout le monde est calme, etc.).

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Module III

Violence conjugale

(2 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Comprendre la problématique de la violence conjugale;

- ❖ Apprendre à reconnaître la violence dans une relation.

Douzième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Connaître les différentes formes de violence conjugale;
 - ❖ Reconnaître le contrôle dans le comportement d'une personne;
 - ❖ Comprendre les motifs qui paralysent les victimes dans leur situation.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité 1 : Visionnage d'une vidéo sur la violence conjugale : « Gardées sous silence »⁵

Rationnel. Plusieurs femmes ayant des conduites parentales négligentes ont été victimes de violence conjugale et ce souvent dans plus qu'une relation. Certaines se retrouvent encore dans ce type de relation pendant le programme. La faible estime de soi découlant des abus du passé les situe malheureusement en proie à la violence conjugale. Le fait d'être informées et sensibilisées peut les rendre moins vulnérables. Si des hommes sont présents dans le groupe, cela peut les amener à prendre conscience de certains de leurs comportements et attitudes pouvant être violents.

Activité 2 : Discussion sur le thème de la violence conjugale

Déroulement : Les animateurs invitent d'abord les participants à réagir librement à la vidéo. Par la suite, la discussion peut être guidée par des questions :

- ❖ La violence conjugale peut se manifester sous différentes formes. Lesquelles ?

Réponse : violence psychologique, verbale, physique, économique, sexuelle.

Expliquer et différencier chacune de ces formes de violence.

⁵ Vidéo « Gardées sous silence », réalisé par le Regroupement des CLSC du Montréal métropolitain et la Fédération des CLSC du Québec. Durée : 20 minutes

Il est important d'insister sur la violence psychologique qui se manifeste subtilement et qui est souvent minimisée par les victimes elles-mêmes (« ... *mais il ne me frappe pas* »). Cette forme de violence fait autant de ravage que la violence physique.

- ❖ Quels signes nous laissent croire que la violence conjugale commence à s'installer dans une relation ?

Réponse : Faire ressortir les notions de contrôle, jalousie, possession, partenaire qui cherche à isoler l'autre, relation dominant/dominé.

- ❖ Pourquoi les femmes victimes de violence endurent-elles souvent très longtemps leur situation ?

Réponse : Faire ressortir les notions de peur, espoir, honte, valeurs familiales traditionnelles, dépendance financière, dépendance affective, isolement, épuisement, perte d'estime de soi. Tous ces facteurs empêchent la femme de réagir.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Treizième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Comprendre le cycle de la violence conjugale;
 - ❖ Connaître les séquelles chez la victime.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Présentation par les animateurs : l'escalade de la violence, le cycle et les séquelles

 Feuille «Cycle de la violence» dans le cahier d'activités (p.14)

Rationnel. Plusieurs femmes ayant des conduites parentales négligentes ont été victimes de violence conjugale et ce souvent dans plus qu'une relation. Certaines se retrouvent encore dans ce type de relation pendant le programme. La faible estime de soi découlant des abus du passé les situe malheureusement en proie à la violence conjugale. Le fait d'être informées et sensibilisées peut les rendre moins vulnérables. Si des hommes sont présents dans le groupe, cela peut les amener à prendre conscience de certains de leurs comportements et attitudes pouvant être violents.

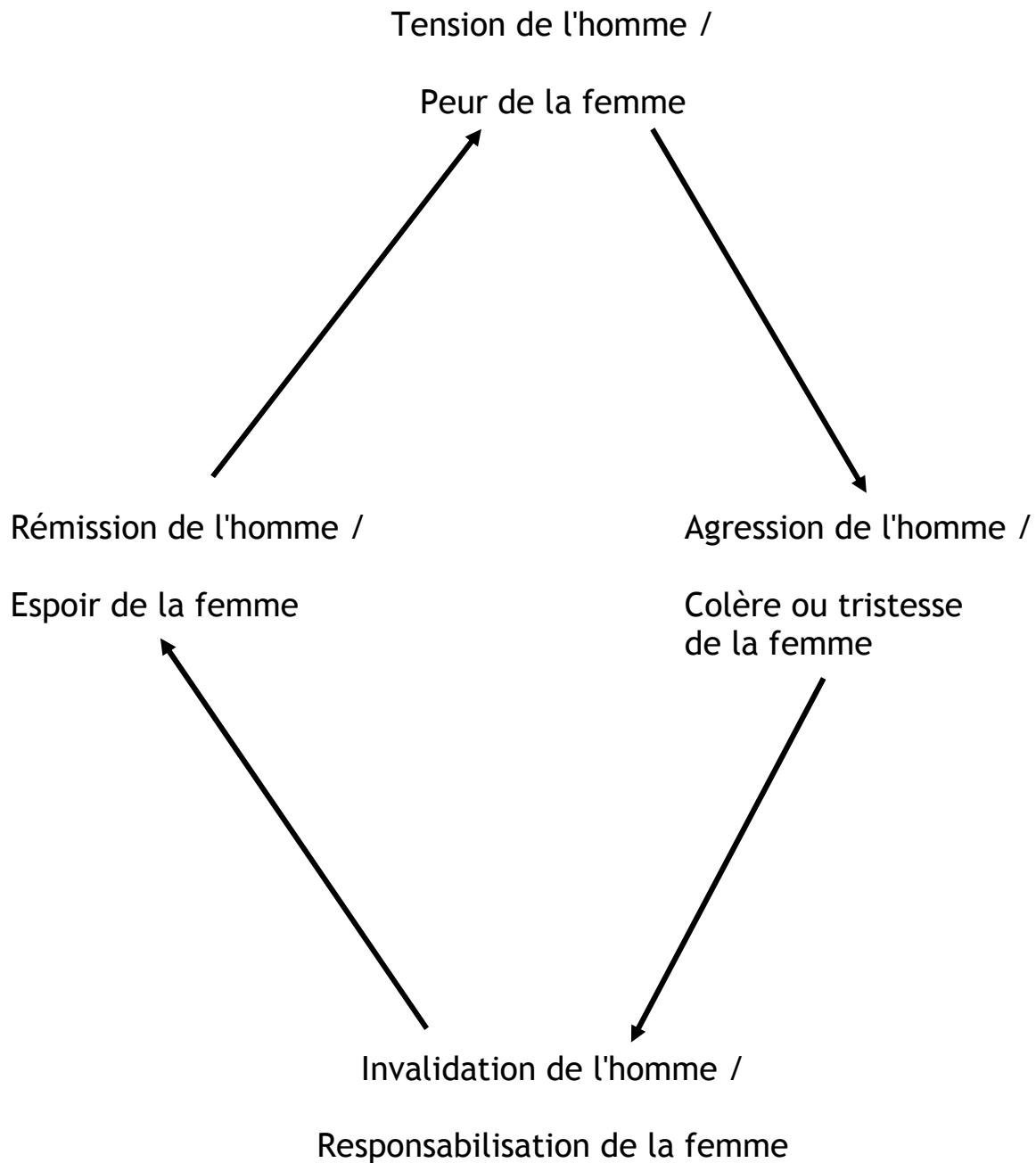
Déroulement : Les animateurs expliquent que la violence conjugale s'installe subtilement et grimpe en escalade avec le temps. Ils demandent aux participants de prendre la feuille intitulée «Cycle de la violence» dans le cahier d'activités et présentent chacune des quatre phases du cycle de la violence. Ils précisent que les explosions (agressions) deviennent de plus en plus fréquentes et importantes alors que la lune de miel (rémission) est de plus en plus courte avec le temps. Les animateurs nomment ensuite les conséquences de cette violence chez la victime, soit l'épuisement, la perte d'identité, la perte d'estime de soi, la perte de confiance en soi, l'isolement, les maux physiques, la dépression, les blessures physiques.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Cycle de la violence ⁶



⁶ Tableau pris dans: Regroupement des maisons d'hébergement et de transition pour les femmes victimes de violence conjugale. (1990). La violence conjugale...c'est quoi au juste?

Module IV

Couple

(3 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Réfléchir sur les différents types d'engagement amoureux;
- ❖ Prendre conscience des facteurs qui influencent le choix du partenaire amoureux;
- ❖ Améliorer l'équilibre dans son couple;
- ❖ Se questionner sur le partage de la responsabilité parentale dans le couple.

Quatorzième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Réfléchir sur ce que représente pour soi la vie de couple;
 - ❖ Se questionner sur le choix du partenaire amoureux.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité: La vie de couple⁷



Rationnel. Dans les familles négligentes, la vie conjugale se veut souvent très complexe et instable. Les partenaires se choisissent en réponse à des besoins non comblés, en répétant les modèles reçus ou encore en s'y opposant. Les relations se multiplient et se ressemblent toutes. Les raisons qui motivent le choix d'un partenaire plutôt qu'un autre demeurent longtemps inconscientes et font en sorte que les modèles de relation se répètent. Un temps de réflexion est ici proposé afin que les participants réfléchissent sur leur vie amoureuse et réalisent qu'ils se retrouvent pour la plupart, toujours dans le même type de relation.

A) Vivre à deux

Déroulement. Les animateurs introduisent le nouveau volet. Par la suite, ils orientent les participants vers un remue-méninges concernant la vie de couple. Les animateurs posent la question suivante au groupe : « À quels besoins répond la vie de couple ? » Un des animateurs note les réponses au tableau. Par la suite, une période d'échange est ouverte sur la question qui suit : « La vie à deux est-elle indispensable? »

⁷ Exercice inspiré de : Decelle, C. et Duvauchel, M. (1998). Programme d'intervention multidimensionnelle auprès des familles identifiées à haut risque de négligence. Régie régionale de la Santé et des Services Sociaux des Laurentides.

B) Choix du partenaire⁸

  Feuille « Ce que je recherche d'un partenaire amoureux » dans le cahier d'activités (p.15)

Déroulement. Les participants doivent inscrire dans leur cahier d'activités les affinités qui les conduisent vers le choix d'un partenaire amoureux. Retour en groupe sur les affinités identifiées. Est-ce que les participants font des liens entre le choix de leur partenaire et leur vécu personnel ainsi que les modèles reçus dans leur enfance? Si oui, lesquels? Les animateurs amènent les participants à se souvenir de leur collage et des éléments principaux qui ressortaient.

Conclusion

  Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

⁸ Exercice inspiré de : Decelle, C. et Duvauchel, M. (1998). *Programme d'intervention multidimensionnelle auprès des familles identifiées à haut risque de négligence*. Régie régionale de la Santé et des Services Sociaux des Laurentides.

Quinzième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Identifier des moyens afin de préserver l'équilibre dans son couple.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : La santé du couple

Rationnel. Nous savons qu'il est important d'identifier des moyens afin d'assurer l'équilibre et même la survie d'un couple. Les familles négligentes, parce qu'elles sont davantage confrontées à de nombreux stressseurs, risquent plus de vivre des tensions conjugales. Dans ce sens, nous proposons de s'attarder à cette réalité souvent oubliée par les conjoints vivant de multiples difficultés.

Déroulement. Une discussion en grand groupe est lancée par les animateurs autour de la question suivante : « Quels moyens se donnent-on pour entretenir notre couple ? » Les animateurs s'assurent de faire ressortir l'importance dans un couple de retrouver un équilibre entre les priorités personnelles et les buts communs du couple. En effet, à cause de leurs carences affectives, les participants peuvent avoir tendance à être centrés uniquement sur leurs propres besoins ou au contraire à s'oublier pour répondre aux attentes de leur conjoint.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Seizième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Réfléchir sur la place que prennent les enfants dans son couple;
 - ❖ Prendre conscience de l'importance de partager la responsabilité parentale entre les deux parents.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre qui est inscrit au tableau. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Les enfants dans mon couple

Rationnel. L'arrivée des enfants dans un couple est une étape très importante. De nombreux bouleversements et questionnements surgissent. Les parents tentent d'identifier leur rôle auprès de l'enfant, que ce soit au niveau des soins, de l'éducation, etc. La responsabilité parentale devrait idéalement être partagée également entre le père et la mère. La présence et l'implication des deux parents aident au bon développement des enfants, malgré les différences de rôles entre la mère et le père. Il est tout à fait naturel de retrouver ces différences.

Déroulement. Les animateurs invitent les participants à réfléchir sur les changements qu'a provoqué l'arrivée des enfants dans leur vie de couple. Les participants échangent en grand groupe sur la question.

Par la suite, des sous-groupes de deux ou trois personnes sont formés. Les participants doivent débattre entre eux au sujet du partage des responsabilités parentales. Est-ce une responsabilité qui devrait appartenir au père, à la mère ou aux deux parents ? Les animateurs recueillent les réflexions qui ont émergé pendant la période d'échange en sous-groupe. Les animateurs abordent la notion de coparentalité en expliquant que la responsabilité et l'autorité parentale devraient idéalement être partagées également entre la mère et le père. Cet équilibre favorise le développement de l'enfant et une meilleure harmonie familiale.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

MODULE V

Estime de soi

(6 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Développer une meilleure estime de soi;

- ❖ Vivre des expériences valorisantes.

Dix-septième rencontre

Objectif spécifique

- ❖ Apprendre à se regarder d'une façon positive, à s'apprécier et à se faire plaisir.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité 1 : J'apprends à m'apprécier

 Feuille « J'apprends à m'apprécier » dans le cahier d'activités (p. 16)

Rationnel. Pour développer une bonne estime de soi, un individu a besoin d'être respecté, écouté, compris, encouragé et de vivre du succès.


Se respecter. Un individu doit apprendre à se respecter. Il ne devrait pas se permettre de se dévaloriser et de se dénigrer. Bien sûr, il doit reconnaître ses erreurs, mais il doit limiter ses critiques au comportement et non à sa personne. Par exemple, si un individu se dit « je suis un con d'avoir manqué ce lancer », il devrait se reprendre et se dire : « même si j'ai manqué ce lancer, cela ne fait pas de moi un con. Je réussis bien dans d'autres domaines. »

Se faire respecter. Les paroles ont un impact important sur l'estime de soi d'un individu. Par exemple, il est très destructeur de se faire dire : « tu ne vauds rien, tu es un bon à rien, tu n'as pas d'allure, j'aurais souhaité ne pas te connaître ». À force qu'on nous parle de la sorte, nous finissons par penser et croire que nous ne valons pas grand chose, que nous n'avons pas de valeur en tant qu'individu. Lorsqu'un individu est mécontent du comportement d'un autre individu, il doit relever le comportement de l'individu et non lui en tant que personne. Si un individu lui dit : « t'as pas d'allure », il lui donne le message que tout son être n'a pas d'allure, alors que c'est faux. Un individu peut avoir certains comportements que d'autres n'apprécient pas mais il a d'autres comportements que les autres aiment bien.

Déroulement. Les participants notent dans leur cahier ce qu'ils aiment d'eux-mêmes (qualités, comportements, attitudes, forces, traits physiques, etc.).

Retour en grand groupe. Les participants échangent sur ce qu'ils ont noté et les animateurs inscrivent les idées au tableau. Il est important que les participants gardent précieusement cette liste afin de la consulter lorsqu'ils auront moins confiance en eux.

Activité 2 : J'apprends à prendre soin de moi

 Feuille «Je prends soin de moi» dans le cahier d'activités (p.17)
Pots, papier d'emballage, ruban, colle, ciseaux.

Rationnel. Les parents négligents proviennent souvent de familles négligentes et peuvent avoir vécu dans leur enfance différents types de sévices. Ils peuvent en vivre encore à l'âge adulte. Souvent, ils n'ont pas appris à se considérer et à prendre soin d'eux. Il est important que les parents apprennent et se permettent de prendre soin d'eux. En demandant aux parents de se faire plaisir, nous améliorons chez eux cette idée que nous méritons tous d'être aimés.

Déroulement. Les participants discutent en dyade ou à trois des façons simples de prendre soin de soi (ex: cuisiner, dormir, regarder la télévision, sortir ou parler avec un(e) ami(e), etc.). Chaque participant note ses idées dans son cahier d'activités. Les participants découpent ensuite chaque idée et les mettent de côté.

Les animateurs invitent les participants à décorer un petit pot et à y déposer leurs idées pour prendre soin d'eux.

Les participants partent avec leur pot décoré. À chaque semaine, ils pigent au hasard une idée et s'autorisent à la concrétiser. Les animateurs informent les participants qu'ils feront des retours réguliers lors des prochaines rencontres sur l'application de cet exercice dans leur routine. Ils mentionnent aux participants l'importance de prendre soin d'eux dans la vie de tous les jours.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et aux thèmes abordés.

Dix-huitième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Reconnaître que je suis une personne unique.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité 1 : Le dessin du bonheur

 Feuille « Dessin du bonheur » dans le cahier d'activités (p. 18)

Rationnel. Les parents négligents ont souvent tendance à peu se considérer et à ne pas reconnaître leurs forces et leurs qualités. Ils se trouvent très « ordinaires » et « comme les autres ». Nous sommes tous différents dans notre façon de faire et d'être.



Déroulement. Les animateurs demandent aux participants de dessiner dans leur cahier d'activités ce que représente pour eux le mot bonheur.

Lorsque les participants ont terminé leur dessin, les animateurs leur demandent de circuler dans la pièce et de trouver un autre participant qui a fait exactement le même dessin qu'eux.

Retour sur l'exercice en groupe: qu'ont-ils appris de cet exercice?

Les animateurs concluent en résumant les interventions des participants et en mentionnant qu'aucun des dessins étaient identiques. Donc, nous sommes tous différents dans notre façon de se percevoir, de faire et d'être.

Activité 2 : Ce qui me rend unique

  Feuille « Je suis unique » dans le cahier d'activités (p. 19)

Rationnel. Il est important d'amener le parent à se considérer comme un être unique qui fait partie d'un groupe et d'une société. Il doit parvenir à définir ses propres caractéristiques. Il faut donc l'aider à se respecter et faire respecter ses différences. Les parents négligents ont souvent tendance à percevoir négativement leurs différences. Chaque personne est unique, a ses défauts et, surtout ses qualités bien à elle.

Déroulement. Les animateurs demandent aux participants de compléter la feuille dans leur cahier d'activités. Ensuite, les animateurs demandent à chaque participant de présenter ses caractéristiques aux autres membres du groupe. Les animateurs amènent les participants à réaliser qu'aucun participant n'a les mêmes caractéristiques. Les animateurs concluent en faisant des liens entre l'activité et le rationnel.

Conclusion

  Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Dix-neuvième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Apprendre à donner et à recevoir des compliments.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Mes qualités et celles des autres

 «Qualités de l'autre» dans le cahier d'activités (p. 20), grand carton blanc, crayons feutres.

Rationnel. Il s'avère important pour un individu de reconnaître les qualités chez les autres et de leur en faire part mais de façon adéquate. Lorsqu'un individu exprime un compliment à un autre, il est important de le faire sans se diminuer (ex : que tu es bonne en patin...ce n'est pas comme moi qui se retrouve toujours par terre). Il est également important qu'un individu soit capable de recevoir des compliments des autres. Par contre, il ne doit pas accepter les compliments qui le rendent mal à l'aise parce qu'ils contiennent une condition (ex : tu es tellement gentille que mes enfants t'adorent, peux-tu les garder ?) Si l'individu ressent un malaise face à un compliment, il est important de le dire à la personne concernée. Il peut aussi refuser un compliment lorsqu'il contient une condition pour le recevoir.

Déroulement. Les animateurs demandent aux participants de dresser une liste de qualités possibles et les inscrivent sur le grand carton.

Les participants se placent en dyade et prennent la page dans leur cahier d'activités. Ils doivent, de façon individuelle, indiquer sur la feuille quatre qualités, ainsi qu'une manifestation concrète de ces qualités, qu'ils observent chez l'autre participant. Ensuite, chacun leur tour, ils nomment les quatre qualités et l'exemple à l'autre participant. Après chaque qualité, le participant qui reçoit doit mentionner s'il accepte ou refuse la qualité. S'il refuse, il doit justifier son refus.

Lorsque toutes les dyades ont terminé, les animateurs font un retour en grand groupe et demandent à chaque participant de nommer une des qualités identifiées chez leur partenaire de dyade devant les membres du groupe. Ils remettent la feuille au participant désigné.

Retour en grand groupe sur l'activité. Les animateurs demandent aux participants comment ils ont vécu cette activité et ce qu'ils ont découvert à leur sujet. Ils en profitent pour transmettre les notions importantes qui ressortent dans le rationnel de l'activité.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Vingtième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Apprendre à identifier et à nommer ses qualités;
 - ❖ Vivre l'expérience de donner et de recevoir des marques d'attention.
-

Plan de la rencontre


Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Activité 1 : Mes qualités

 Grand carton blanc « Mes qualités »
Feuille « Mes qualités » dans le cahier d'activités (p. 21)

Rationnel. Il est important que les participants puissent identifier, nommer et s'approprier leurs propres qualités.


Déroulement. Les animateurs demandent aux participants de prendre la feuille « Mes qualités » dans leur cahier d'activités. Ils leur proposent de la compléter individuellement en s'inspirant des qualités inscrites sur le grand carton blanc.

Les animateurs font un retour en grand groupe et demandent à chacun de nommer les qualités qu'ils ont ajoutées.

Les animateurs demandent aux participants comment ils ont vécu cet exercice et ce qu'ils ont découvert à leur sujet.

Activité 2 : Se jouer dans le dos

Rationnel. Afin d'augmenter l'estime de soi chez les membres, il importe de leur faire vivre régulièrement des expériences valorisantes. Cet exercice propose à nouveau d'apprendre à recevoir et donner des commentaires positifs. Il permet aussi un rapprochement entre les membres du groupe.

 Cartons, corde, crayons feutres de couleur, radio, musique de détente.

Déroulement. Les animateurs mettent une musique de détente et distribuent à chaque participant un carton avec une corde qu'ils accrochent à leur cou de façon à ce que le carton pende dans leur dos. Les animateurs demandent aux participants de se déplacer dans le local et d'inscrire sur le carton de chaque membre un commentaire positif, une qualité et de signer. Les participants ne disent pas ce qu'ils écrivent.

Lorsque tous les participants ont terminé d'inscrire des commentaires dans le dos des autres. Ils lisent, individuellement, les commentaires inscrits sur leur carton.

Les animateurs demandent aux participants de choisir un ou deux commentaires qui leur ont fait le plus plaisir et de remercier l'auteur ou les auteurs devant le groupe.

Finalement, les animateurs demandent aux participants comment ils ont trouvé l'exercice et comment ils se sentent suite à cette activité. Les participants quittent la rencontre en apportant leur carton avec eux.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Vingt et unième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Réaliser l'impact du discours intérieur sur l'estime de soi;
 - ❖ Développer une pensée plus positive.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité 1: Les messages

 Grands cartons blancs, marqueurs de couleur.

Rationnel. Les messages positifs sont les voix à l'intérieur de soi (parfois provenant de l'enfance) qui nous encouragent, nous valorisent et favorisent une plus grande confiance en nos capacités ainsi qu'une meilleure estime de soi-même. Les messages négatifs sont les voix intérieures (pouvant aussi venir de l'enfance) qui nous blâment, nous rabaissent et diminuent la confiance en soi ainsi que l'estime de soi. Ces messages ont tendance à influencer nos décisions et nos actions. À force de recevoir des commentaires négatifs dans l'enfance et à l'âge adulte, les parents négligents sont portés à se faire eux-mêmes des commentaires négatifs (voix intérieures).

Déroulement. Les animateurs proposent aux participants de se regrouper en équipe de trois ou de quatre personnes. Chaque équipe reçoit un grand carton blanc et des crayons de couleur. Ils doivent indiquer sur le carton (dans une couleur) les messages négatifs qu'ils se disent le plus souvent ainsi que ceux qu'ils envoient à leurs enfants. Il faut mentionner aux participants de laisser un espace entre chaque message. Lorsque l'exercice est terminé, ils échangent leur carton avec une autre équipe. Maintenant, ils doivent transformer, en utilisant un crayon de couleur différente, les messages négatifs de l'autre équipe en messages positifs (dans l'espace laissé libre). Une fois que cela est terminé, ils rendent le carton à l'équipe. Chaque équipe doit lire et discuter des modifications apportées par l'autre équipe, c'est-à-dire des transformations des messages négatifs en messages positifs.

Retour avec les participants en grand groupe sur ce qu'ils retiennent de l'exercice et des moyens qu'ils peuvent adopter pour modifier dans leur quotidien ces messages négatifs en messages positifs. Les animateurs concluent en faisant des liens avec le rationnel de l'exercice.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Vingt-deuxième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Identifier ses qualités, ses forces et ses valeurs;
 - ❖ Prendre conscience de ce que ses qualités, ses forces et ses valeurs m'ont permis de réaliser.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Mon arbre

 Grands cartons blancs, crayons de couleur

Rationnel. Les parents négligents ont souvent tendance à se dévaloriser, à se critiquer. Ils perçoivent plus facilement leurs échecs et leurs malheurs que leurs réussites. Dans le but d'augmenter leur confiance en soi et leur estime de soi, il est important de leur faire prendre conscience de leurs qualités, leurs forces et leurs valeurs. De plus, ils doivent réaliser que ses qualités, ses forces et ses valeurs les ont conduit vers des réussites.

Déroulement. Les animateurs distribuent un grand carton blanc et des crayons feutres à chaque participant. Ils leur demandent de dessiner un arbre qui les représente en partant des racines qui signifient leurs qualités, leurs forces et leurs valeurs (les inscrire sur le dessin). Les animateurs expliquent que l'arbre a commencé à grandir, à partir des racines pour finir, par des branches qui symbolisent leurs succès et leurs réalisations (les inscrire sur le dessin).

Retour en grand groupe. Chaque participant présente son arbre aux autres membres.

Les animateurs demandent aux participants comment ils ont trouvé l'exercice et comment ils se sentent suite à cette activité ? Les participants peuvent apporter leur dessin de l'arbre avec eux et y faire référence si besoin.

Conclusion

 Cahier d'activités



Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Vingt-troisième rencontre : Évaluation mi-programme

Objectifs spécifiques

- ❖ Évaluer son cheminement personnel en cours de programme;
 - ❖ Identifier ses objectifs pour la poursuite du programme;
 - ❖ Recevoir les commentaires des autres membres du groupe et des animateurs sur son évolution.
-

Activité : Évaluation du cheminement de chaque participant en lien avec son ou ses objectifs

  Feuille « Auto-évaluation mi-programme » dans le cahier d'activités (p.22)

Déroulement. En individuel, les participants complètent leur auto-évaluation.

Chaque participant présente son auto-évaluation aux autres membres du groupe. Lorsqu'il a terminé, les membres du groupe peuvent lui donner des commentaires. Ensuite, les animateurs présentent au participant leur évaluation. Avant de terminer avec ce participant, les animateurs vérifient comment il reçoit les commentaires des autres membres et leur évaluation.

Les animateurs terminent en félicitant les participants pour les progrès remarquables et les encouragent à poursuivre leur évolution.

Évaluation mi-programme

Évaluation finale

Nom : _____

Date : _____

1. Participation

1.1 Présence aux rencontres: _____

1.2 Qualité de la participation: _____

1.3 Points à améliorer: _____

2. Objectif(s) fixé(s) et évolution

2.1 Objectif (s) fixé(s): _____

2.2 Évolution: _____

2.3 Points à améliorer: _____

3. Commentaires généraux

Signature des animateurs

MODULE VI

COMMUNICATION

(5 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Connaître les principes de base d'une communication efficace;
- ❖ Développer des habiletés personnelles de communication.

Vingt-quatrième rencontre

Objectifs spécifiques

- ❖ Prendre conscience que sa façon de communiquer influence ses relations interpersonnelles;
 - ❖ Identifier les principes de base à l'expression adéquate de ses besoins et émotions.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité 1 : Introduction du thème « la communication »

 Grandes feuilles blanches, marqueurs

Rationnel. La majorité des parents participant au programme ont reçu un modèle de communication peu adéquat. La capacité d'exprimer ses besoins et ses émotions est souvent peu développée, de même que la capacité d'écoute. Il n'est donc pas étonnant de retrouver dans les familles des conversations stériles et des confrontations verbales blessantes et agressives. La communication dans ces familles peut être améliorée en faisant d'abord prendre conscience aux parents de l'impact de leur façon de communiquer sur leur entourage.

Déroulement. Les animateurs introduisent le thème et invitent les participants à définir ce qu'est la communication. Lorsque nous parlons d'une bonne communication, il est important de préciser qu'il s'agit autant du savoir écouter que du savoir s'exprimer.



Remue-méninges⁹: Les participants doivent nommer les caractéristiques du pire patron ou du pire professeur qu'ils ont connu. Comment il communique? Un des animateurs note sur une grande feuille blanche divisée en deux ces caractéristiques. Ils nomment ensuite les émotions ressenties face à ce type de patron. Un des animateurs note les émotions sur l'autre partie de la feuille

⁹ Exercice pris en partie dans: Cloutier, G. (1997). *Programme de formation P.E.D.A.P. pour les parents d'enfants défiant l'autorité parentale. Manuel d'animation.* Adaptation du programme du Dr R. A. Barkley. CLSC Mercier-Est / Anjou.

(parallèlement aux caractéristiques). Les participants font le même exercice en imaginant le meilleur des patrons. Un des animateurs note les caractéristiques et émotions. En remplaçant le mot « patron » par le mot « parent » et le mot « émotion » par le mot « enfant », les animateurs amènent le groupe à prendre conscience que leur façon de communiquer a un impact important sur leurs enfants et sur leur entourage en général.

Activité 2 : Savoir s'exprimer

Rationnel. Une communication efficace passe nécessairement par l'amélioration de la façon d'exprimer ses besoins et ses émotions. Il est important que les messages soient dits clairement sans toutefois être blessants, accusateurs ou menaçants.

  Feuille «Savoir s'exprimer» dans le cahier d'activités (p.23).

Déroulement. Les animateurs réfèrent les participants à la feuille intitulée «Savoir s'exprimer» dans le cahier d'activités. Ils nomment et expliquent les grands principes du « savoir s'exprimer » :

- ❖ Éviter les cris et la violence verbale
- ❖ Utiliser le « je »
- ❖ Éviter le « tu » (le « tu » tue la communication)
- ❖ Exprimer clairement les demandes et les refus :
 - en « je »
 - éviter les argumentations et les longues explications
 - éviter les ordres
 - ne pas menacer
 - vérifier si l'autre personne a bien compris

Conclusion

  Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Vingt-cinquième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Apprendre à utiliser le message « je ».
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Le message « je »

 Feuille «Message je» dans le cahier d'activités (p.24), ciseaux.

Rationnel. Le message en JE est un moyen efficace dont on dispose pour dire à l'autre le sentiment que provoque un comportement inacceptable ou pour communiquer à l'autre ce qu'on attend de lui. Avec le message JE, on parle de soi au lieu d'accuser l'autre ou de lui donner un ordre. Il s'agit d'ajouter la notion des émotions liées à sa réaction aux comportements. Les comportements font référence à l'agir, à ce qui est observable alors que les sentiments réfèrent à ce que l'on éprouve, ce que l'on ressent face aux événements, aux comportements de l'autre. Le mode émotionnel est souvent un blocage à la communication.

Déroutement. Les animateurs définissent le message « je » comme étant un moyen efficace pour exprimer le sentiment que provoque une situation ou pour communiquer un besoin. Les animateurs réfèrent les participants à la feuille intitulée «Message je» dans le cahier d'activités et énumèrent les différents avantages identifiés :

- ❖ Permet d'exprimer ce que je ressens;
- ❖ Permet d'informer l'autre sans l'accuser ou le blâmer;
- ❖ Permet de se faire entendre;
- ❖ Évite une réponse défensive de l'autre;
- ❖ Évite les argumentations et les longues explications;
- ❖ Suscite des changements positifs;

- ❖ Crée une ouverture chez l'autre;
- ❖ Favorise la communication;
- ❖ Évite les conflits.

Dans un premier temps, à partir de mises en situation, les participants sont invités à pratiquer le message « je »: Les animateurs lisent chacune des mises en situation suivantes et demandent à un participant d'identifier l'émotion ressentie et ensuite de l'exprimer en commençant la phrase avec le « je ».

- ❖ Mise en situation # 1: Julien a utilisé le tournevis de son père et ne l'a pas rangé. Le père trouve son tournevis dehors sous la pluie.
- ❖ Mise en situation # 2: Myriam, 8 ans, rentre toujours à la maison après l'école. Ce soir-là, sa mère l'attend jusqu'à 19h00.
- ❖ Mise en situation # 3: Un mari oublie complètement de souligner l'anniversaire de sa femme qui s'attendait à une attention spéciale.

Dans un 2^e temps, des morceaux de papier sur lesquels on retrouve une phrase accusatrice (voir page suivante) sont déposés dans un contenant. Chaque participant pige une phrase à tour de rôle et doit transformer cette phrase, d'une façon spontanée, en utilisant le « je ».

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Transformez les phrases en utilisant le «je»

Tu me fâches lorsque tu laisses ton manteau par terre.

Tu ne tiens jamais compte de ce que je te dis.

Tu es tout le temps en retard.

Tu me rends folle avec ta musique.

Tu es fatigant, laisse-moi parler au téléphone.

C'est ça ! Tu t'arranges encore pour me rendre inférieur. Tu te prends pour Dieu le père.

Tu m'inquiètes lorsque tu rentres tard le soir.

Tu es méchant de me parler de cette façon.

Tu passes plus de temps avec ton ordinateur qu'avec moi.

Tes amis m'exaspèrent. Ils appellent trop souvent.

Tu m'énerves, arrête de bouger sur ta chaise.

Tu me fais de la peine.

Tu me parles tout le temps de cette fille à ton travail. As-tu oublié que t'es marié ?

Tu es paresseux, tu passes tes journées couché plutôt que de m'aider.

Vingt-sixième rencontre

Objectif spécifique

- ❖ Connaître les conditions pour une bonne écoute.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.


Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : L'écoute

Rationnel. Il s'avère tout aussi important pour améliorer la communication, de porter attention à la façon dont on écoute la personne qui nous parle. Si l'on veut développer une communication ouverte avec son entourage, le fait d'écouter attentivement les autres afin qu'ils se sentent compris est essentiel à développer.

A) Savoir écouter

 Feuille «Savoir écouter» dans le cahier d'activités, (p. 25).
Grande feuille blanche, marqueurs

Déroulement. Remue-méninges : Les participants tentent d'identifier les conditions pour une bonne écoute. Les animateurs notent les réponses sur une grande feuille blanche. Ils complètent en définissant tous les grands principes du « savoir écouter » que l'on retrouve dans le cahier des participants, soit :

- ❖ Ne pas interrompre.
- ❖ Prendre le temps, arrêter toute autre activité.
- ❖ Regarder l'autre.
- ❖ Décoder et refléter l'émotion.
- ❖ Vérifier notre compréhension du contenu et de ses sentiments.
- ❖ Ne pas ridiculiser l'autre.
- ❖ Ne pas interpréter.
- ❖ Créer un climat de confiance et accepter les émotions de l'autre.

- ❖ Ne pas minimiser ou raisonner les problèmes exprimés.
- ❖ Éviter de fournir des solutions rapides.
- ❖ Éviter de consoler.
- ❖ Ne pas faire la morale.
- ❖ Respecter les points de vue différents.

Face à la colère :

- Demeurer calme.
- Refléter l'émotion.
- Éviter la contre-attaque.
- Refuser toute discussion tant qu'il y a manifestation de la colère.

B) Pratiquer la bonne écoute

Déroulement. Le groupe est divisé en deux (groupe « A » et groupe « B »). Le groupe « A » sort à l'extérieur du local avec un des animateurs. On leur demande de revenir dans le local et de raconter leur dernière fin de semaine à un membre du groupe « B ». Le groupe « B » qui jouera le rôle de récepteur est invité à faire tout le contraire de la bonne écoute. L'exercice dure 3 minutes.

Retour en grand groupe. Les participants sont invités à partager comment ils se sont sentis au cours de l'exercice.

Les participants reprennent l'exercice avec le même partenaire. Le groupe « B » qui jouera le rôle de récepteur est invité cette fois-ci à pratiquer la bonne écoute. L'exercice dure 3 minutes.

Retour en grand groupe. Les participants sont invités à partager comment ils se sont sentis au cours de l'exercice. Les animateurs résument en faisant prendre conscience aux participants que leur façon d'écouter a beaucoup d'impact sur leur entourage.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Vingt-septième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Se familiariser à la technique du reflet.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.


Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité: Le reflet

Rationnel. Le reflet consiste à nommer l'émotion perçue chez l'autre en plus de reformuler les faits ou le contenu de ce qu'il raconte. C'est ainsi que la personne se sentira vraiment écoutée et comprise dans ce qu'elle vit et elle sera amenée à s'exprimer davantage. Les enfants s'expriment particulièrement dans l'agir. Cette technique permet aux parents de placer des mots sur les agirs en cours et surtout sur les émotions qui s'y greffent. Le parent apprend ainsi à son enfant à nommer ce qu'il vit plutôt que de l'agir de façon inappropriée (ex : crise de colère).

A) Décoder l'émotion et la reformuler

 Ciseaux

Déroulement. Les animateurs expliquent et démontrent par des exemples en quoi consiste le reflet des émotions.

Les animateurs déposent dans un contenant des morceaux de papier sur lesquels est inscrite une phrase (voir pp.72-73) et demandent aux participants, à tour de rôle, de piger une phrase, de décoder l'émotion et de faire la reformulation.

B) Jeux de rôle

Déroulement. Des volontaires sont choisis pour faire les jeux de rôle (voir p.67). Les animateurs expliquent les jeux de rôle aux volontaires. Lors du jeu de rôle, les participants spectateurs doivent répondre à la question suivante :

- ❖ Est-ce que l'émotion a été décodée et bien reformulée ?

La scène est reprise par d'autres membres du groupe, à tour de rôle, jusqu'à ce que le reflet soit bien effectué.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Décoder l'émotion

Je devais aller au cinéma ce soir avec mon amie, mais elle est malade.

Aujourd'hui, j'ai appris à plonger à mon cours de natation et j'ai été la seule à en être capable.

J'aimerais bien amener ma famille en vacances comme tout le monde cet hiver, mais je n'ai vraiment pas les moyens.

De toute façon, elle n'a jamais reconnu tout ce que j'ai fait pour elle.

Je n'aurais pas dû lui parler de cette façon, je me suis vraiment emporté.

Je suis presque décidé à me séparer mais je me demande comment les enfants réagiront.

L'enfant arrive de l'école, claque la porte et lance son manteau.

Si je le rencontrais, je me sauverais en courant.

Décoder l'émotion (suite)

Mes parents sont toujours plus sévères avec moi qu'avec mon frère. Je ne peux rentrer à l'heure que je veux comme lui.

Ma sœur m'a offert un superbe cadeau pour ma fête.

J'ai tout essayé pour que Simon m'écoute mais il devient de plus en plus désobéissant.

J'ai le goût d'avoir les cheveux teints mais je me demande ce que les autres en penseront.

Quand il m'a dit que j'étais congédié, je lui aurais balancé mon poing en plein visage.

Je pleure beaucoup depuis le décès de ma grand-mère.

Jeux de rôle

Jeux de rôle #1 : Discussion entre deux parents séparés

Mère :	Jean, j'aurais une demande à te faire.
Père :	Oui, qu'y a-t-il ?
Mère :	Tu sais, la dernière année a été difficile pour moi. La maladie de ma mère, les problèmes de Joey à l'école, mon emploi perdu. J'ai l'impression que le malheur s'acharne sur moi. Je me sens à bout de souffle et j'arrive difficilement à bien m'occuper de notre fils. Voilà pourquoi j'aimerais qu'il passe l'été avec toi.
Père :	T'as pas changé ! Tu es incapable de surmonter la moindre difficulté. Je savais bien que tu n'arriverais pas à t'en occuper.
Mère :	Toujours aussi supportant ! Laisse faire, je m'arrangerai comme d'habitude. Que j'ai bien fait de te quitter !

Jeux de rôle # 2 : Une jeune mère se confie à sa sœur aînée

Jeune mère :	L'arrivée du bébé a vraiment changé ma vie. Je ne sais plus où donner de la tête ! La maison est tout en désordre. La petite pleure beaucoup et je n'arrive pas à la comprendre. Je pensais que j'allais être une meilleure mère que ça !
Sœur aînée :	Tu devrais mieux t'organiser aussi ! Il me semble que ce n'était pas si compliqué quand j'ai eu mon premier bébé.
Jeune mère :	Ça ne donne rien de parler avec toi. Tu as toujours été parfaite.

Vingt-huitième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Apprendre à résoudre les conflits.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

-  Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : La résolution des conflits

-  Feuilles «Résolution de conflits» (p. 26) et «Étapes pour résoudre mes conflits» dans le cahier d'activités (p. 27).
Grandes feuilles blanches, marqueurs.

Rationnel. Toute personne, que ce soit un adulte ou un enfant, qui entre en relation avec une autre personne peut vivre des conflits. Sachant que toute personne est unique et manifeste des valeurs, des besoins et des intérêts différents, les relations interpersonnelles peuvent parfois devenir des sources d'opposition et d'affrontements. Il est important que les participants comprennent que les conflits sont inévitables mais qu'ils peuvent être résolus de façon efficace. Les participants peuvent donc apprendre à résoudre leurs conflits, et ce, à l'aide d'étapes simples et concrètes pour eux.

Déroulement. Les participants sont invités à noter dans leur cahier d'activités sur la feuille d'exercice intitulée «Résolution de conflits» une situation de conflit qu'ils ont vécu récemment. Ils doivent expliquer comment ils ont réglé le conflit, si celui-ci est résolu. Sinon, comment ils feraient pour le résoudre.

On demande à un participant volontaire d'exposer au groupe le conflit qu'il a vécu ou qu'il vit encore actuellement de même que les moyens utilisés ou envisagés pour le régler.

Le groupe relève les moyens adéquats que la personne a utilisés ou qu'elle prévoit utiliser pour résoudre le conflit. Ils identifient ensuite les erreurs effectuées. Un des animateurs note sur une grande feuille blanche les réponses des participants.

Les animateurs expliquent au groupe la résolution de conflits en quatre étapes. Ils réfèrent les participants à la feuille intitulée «Étapes pour résoudre mes conflits» dans le cahier d'activités.

On demande à des volontaires de jouer la situation de conflit présentée et de tenter la résolution en quatre étapes. Les autres participants sont observateurs et doivent identifier les quatre étapes.

Retour en groupe sur le jeu de rôle : Les quatre étapes ont-elles été respectées ? Avez-vous identifié des erreurs ? La mise en situation peut être reprise jusqu'à ce que les quatre étapes soient bien comprises.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

MODULE VII

PARENT

(3 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Réfléchir sur sa façon d'exercer l'autorité parentale;
- ❖ Reconnaître ses responsabilités parentales et les actualiser.

Vingt-neuvième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Connaître les différents types d'attitudes parentales et la réaction des enfants à ces attitudes;
 - ❖ Identifier son type d'attitude parentale.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité: les compétences parentales (être parent, ça s'apprend¹⁰)

 Feuilles «Types d'attitudes parentales» et «Attitudes parentales» dans le cahier d'activités (pp. 28-29)
Grandes feuilles blanches, marqueurs.

Rationnel. Les parents n'exercent pas tous leur autorité de pareille façon avec leurs enfants. Certains sont très autoritaires alors que d'autres sont plutôt du style « laisser-faire ». Généralement, le fait qu'un style d'autorité soit adopté plutôt qu'un autre, est fortement influencé par les modèles parentaux d'origine. Il faut souligner que les effets chez les enfants sont tout aussi néfastes dans un pôle comme dans l'autre. L'objectif est de tendre vers un équilibre entre les deux.

Déroulement. Les animateurs réfèrent les participants à la feuille intitulée «Types d'attitudes parentales» dans le cahier d'activités. Ils présentent les types d'attitudes parentales ainsi que la réaction des enfants à ces attitudes (voir tableau p. 80). Ils demandent aux participants d'identifier le type d'attitude parentale qui leur correspond le mieux comme parent.

¹⁰ Exercice pris en partie dans: Decelle, C. et Duvauchel, M. (1998). Programme d'intervention multidimensionnelle auprès des familles identifiées à haut risque de négligence. Guide de l'animateur. Les Centres jeunesse des Laurentides.

Ensuite, les parents discutent en sous-groupe de deux ou trois participants du type d'attitude qu'ils ont identifié pour eux. Ils sont encouragés à donner des exemples de la vie quotidienne avec leurs enfants pour expliquer leur choix.

Les participants prennent l'exercice «Attitudes parentales» dans le cahier d'activités. Ils identifient leur type d'attitude parentale ainsi que celui qu'ils aimeraient développer. Ensuite, ils indiquent les caractéristiques de ce nouveau type d'attitude parentale qu'ils possèdent déjà ainsi que celles qu'ils devront améliorer.

Les animateurs débutent une discussion en grand groupe sur la manière dont on peut développer de nouvelles attitudes parentales (ex : penser aux conséquences chez l'enfant si je suis trop autoritaire ou laisser-faire, me mettre en action, persévérer, se supporter entre parents). Ils notent sur une grande feuille de papier les moyens énumérés par les membres du groupe.

Les parents doivent identifier une situation avec un enfant dans laquelle ils se sentent à l'aise de mettre en pratique une caractéristique du nouveau type d'attitude parentale qu'ils aimeraient développer et un moyen pour y parvenir.

Les animateurs terminent l'activité en demandant aux participants les émotions vécues pendant cet exercice.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Types d'attitudes parentales¹¹

	Parent militaire	Parent couvreur	Parent coach	Parent copain	Parent décrocheur
Caractéristiques des parents	<p>Le parent :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Contrôle les situations - Crie - Donne des ordres - Fait peur - Casse le caractère - Use de pouvoir - Est rigide - Dit que l'enfant a besoin de règles 	<p>Le parent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Met l'accent sur la protection - Surprotège - Infantilise - Est serviteur - Défend même si l'enfant a tort - Cause de conflits entre parents - Fait passer l'enfant en premier - Perçoit l'enfant comme inférieur et sans défense - Contrôle par culpabilité - S'inquiète facilement - Imagine le pire - Contrôle la vie affective de son enfant 	<p>Le parent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Privilégie le lien affectif - Soutient - Respecte - Est sensible à l'émotion - Supervise - Enseigne les règles - Est un mentor - Indique les limites - Corrige - Encourage - Sait lâcher prise - Donne des responsabilités à son enfant 	<p>Le parent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Est permissif - Craint de perdre l'amour - Se culpabilise - Traite l'enfant comme un adulte - Croit que tout se négocie - Se soucie de plaire - Se fait ami avec son enfant 	<p>Le parent :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se décourage et abandonne - Limite ses relations - Est mou - Est complaisant - S'affirme peu - Souhaite être obéi - Se sent incompetent - Se mésestime - Ne persévère pas - Cède devant des caprices - Démissionne
Réactions de l'enfant envers ce type de parent	<p>L'enfant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'intègre - Est soumis - Est propre - Est obéissant - Est craintif - Est refoulé - Est soucieux de plaire - Confronte - Est hostile 	<p>L'enfant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Est craintif - Est timide - A peur du monde extérieur - Est peu confiant - Est dépendant - Fait du chantage affectif - S'assujettit 	<p>L'enfant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Est calme et équilibré - A le sens de l'initiative - A une estime de soi élevée - Est agréable en société - Accepte la critique 	<p>L'enfant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Est manipulateur - Est peu responsable - Est blasé - S'extériorise facilement mais cruellement 	<p>L'enfant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Est agacé - Est déstabilisé - Est impoli - Est impertinent - Est omnipotent - Est dictateur - Est violent - Est irrespectueux - Est égocentrique - Est anxieux - Fait partie de gang - Flâne - Est délinquant, décrocheur

¹¹ Tiré de : Decelle, C. et Duvauchel, M. (1998). Programme d'intervention multidimensionnelle auprès des familles identifiées à haut risque de négligence. Guide de l'animateur. Centres jeunesse des Laurentides.

Trentième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Réfléchir sur sa perception de l'autorité parentale.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.


Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité: L'autorité parentale

Rationnel. Certains parents sont peu à l'aise avec l'autorité. Cela peut s'expliquer par la crainte de répéter un modèle trop autoritaire ou encore parce qu'ils ont été peu encadrés eux-mêmes par leurs parents. Certains vont confondre autorité et violence. Il est essentiel que les parents comprennent qu'une autorité bien dosée est importante pour le bon développement de leurs enfants.


A) Discussion

 Grande feuille blanche, marqueurs.

Déroulement. Les participants se placent en sous-groupe de trois et discutent de ce que représente l'autorité parentale pour eux (C'est quoi ?, À quoi ça sert ?, Est-ce un terme qui fait peur ?)

Retour en grand groupe sur ce qui a été discuté en sous-groupe. Les animateurs notent sur une grande feuille blanche les points importants.

B) Autorité parentale - Grilles d'évaluation « Manquez-vous d'autorité ? »

 Autorité parentale - Grille d'évaluation « Manquez-vous d'autorité ? » dans le cahier d'activités (p. 30)

Déroulement. Les participants sont invités à répondre à un questionnaire visant à identifier leurs forces et leurs points à améliorer en tant que parent dans l'exercice de leur autorité parentale.

Retour en grand groupe. Les animateurs donnent le corrigé et commentent chacune des questions. Les participants réfléchissent sur les habiletés parentales qu'ils ont à améliorer et les moyens à prendre pour y arriver.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Trente et unième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Nommer les responsabilités liées aux différents rôles d'une personne tout au long de son cheminement;
 - ❖ Identifier les effets de la déresponsabilisation du rôle parental et les avantages à se responsabiliser en tant que parent;
 - ❖ Réfléchir sur la façon dont j'exerce mes responsabilités parentales.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Rôles et responsabilités parentales

 Feuilles «Rôles et responsabilités» et «Responsabilités parentales» dans le cahier d'activités (pages 31-32). Grandes feuilles blanches, marqueurs

Rationnel. Être parent fait référence à plusieurs responsabilités. La négligence se veut en quelque sorte la méconnaissance de certaines ou même de toutes ces responsabilités et/ou l'incapacité de les assumer. Il faut donc amener les parents à prendre conscience de ce que signifie être parent et de l'impact négatif sur les enfants lorsque le rôle parental n'est pas assumé entièrement.

Déroulement. Les animateurs demandent aux participants de nommer les rôles qu'ils ont déjà joués dans leur vie tels un rôle d'enfant, d'adolescent, de conjoint, de parent, etc.

Les participants échangent en dyade et notent dans leur cahier les responsabilités liées aux différents rôles. Qu'est-ce que cela exige d'être enfant, adolescent, mère, père, conjoint de la mère, conjointe du père et grands-parents. Les animateurs donnent quelques exemples de ces responsabilités.

Les animateurs demandent ensuite aux participants de nommer les responsabilités qui ont été identifiées et un animateur les inscrit sur une grande feuille blanche. Par la suite, les participants échangent en grand groupe au sujet des conséquences de ne pas assumer les responsabilités parentales et des avantages à se responsabiliser comme parent. Un animateur note les réponses sur une grande feuille blanche.

Les participants, de façon individuelle, notent dans leur cahier à la page 32 la ou les composantes du rôle parental pour lesquelles ils aimeraient se responsabiliser davantage ainsi que les moyens pour y parvenir.

Retour en groupe pour les participants intéressés à partager leur réflexion.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Module VIII

Soins physiques

(1 rencontre)

Ce module vise l'objectif général suivant :

- ❖ Connaître les maladies infantiles.

Trente-deuxième rencontre

Objectifs spécifiques

- ❖ Reconnaître les premiers signes de maladie chez son enfant;
 - ❖ Connaître le traitement des maladies infantiles;
 - ❖ Améliorer les mesures préventives.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Invité(e): Infirmière-infirmier du CSSS. Thème : Les maladies infantiles

Rationnel. La négligence physique et la négligence médicale sont souvent présentes dans les familles participant au programme. On retrouve chez les enfants de nombreux problèmes de santé récurrents. Le manque d'informations et de connaissances des parents sur la prévention et le traitement des maladies infantiles en est souvent la cause.

Déroulement. La personne invitée présente un exposé sur le thème des maladies infantiles. Une période de question est prévue pour les participants. Il est conseillé de recueillir les besoins ou les sujets qui intéressent le groupe quelques temps avant cette rencontre.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Module IX

Estime de soi des enfants

(2 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Prendre conscience de son rôle déterminant en tant que parent dans la construction de l'estime de soi de son enfant;

- ❖ Renforcer l'estime de soi de son enfant.

Trente-troisième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Apprendre à renforcer positivement son enfant.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

-  Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qu'ils ont qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Je donne de l'attention positive¹²

-  Feuille «Je donne de l'attention positive à l'enfant que j'accompagne » dans le cahier d'activités (p. 33).
Grandes feuilles blanches, marqueurs.

Rationnel. Pour bâtir son estime de soi, l'enfant a besoin d'être valorisé, renforcé et encouragé. Souvent, les parents mettent plus d'emphasis sur les comportements inacceptables pour que l'enfant change mais oublient de faire ressortir ses bons coups, ses bons gestes, ses bons mots, ses bons résultats ou ses efforts. Les encouragements faits à un enfant sont nécessaires pour bâtir son estime personnelle. Un enfant qui se sent bon, qui se sent reconnu, est un enfant qui est en général moins vulnérable et qui a moins de difficultés de comportement.

Déroulement. Les animateurs demandent aux participants de définir le terme renforcement. Un animateur note sur une grande feuille blanche les réponses données par les membres du groupe et complète la définition. Les animateurs demandent aux participants de se rappeler des moments particuliers où ils ont reçu du renforcement (ex : récompense, sourire, geste d'affection, etc.) et de verbaliser les sentiments qu'ils ont vécus à ce moment. Les animateurs amènent les participants à différencier les renforcements négatifs des renforcements positifs. Ensuite, les animateurs demandent aux participants de se placer en sous-groupe de trois ou quatre pour discuter sur le renforcement. Ils doivent réfléchir sur ce qu'un renforcement positif et un renforcement négatif

¹² Activité adaptée de: Decelle, C. et Duvauchel, M. (1998). Programme d'intervention multidimensionnelle auprès des familles identifiées à haut risque de négligence. Guide de l'animateur. Centres jeunesse des Laurentides.

entraînent comme comportement pour celui qui les reçoit. Une fois l'exercice complété, les animateurs reprennent en grand groupe les propos rapportés par chaque équipe et terminent en résumant l'importance d'encourager, de valoriser et de soutenir les enfants.

Dans un deuxième temps, les participants inscrivent sur la feuille «Je donne de l'attention positive à mon enfant» le comportement qu'ils aimeraient que leur enfant adopte régulièrement et le décrivent sur la feuille. De plus, ils inscrivent le type de renforcement qu'ils aimeraient procurer à leur enfant. Si les participants ont plus d'un enfant, ils en choisissent un pour commencer. Les parents échangent en grand groupe sur le comportement qu'ils avaient identifié et le type de renforcement qu'ils aimeraient donner. Les animateurs proposent aux participants intéressés de pratiquer en jeu de rôle une situation où ils aimeraient donner du renforcement positif à leur enfant. Suite au jeu de rôle, le participant qui a joué le rôle de l'enfant nomme au participant qui détenait le rôle du parent comment il s'est senti dans la situation. Les participants observateurs font part de leurs observations et donnent des conseils. Ils pourront pratiquer cet exercice auprès de leurs enfants avec l'aide de leur intervenant social.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Trente-quatrième rencontre

Objectifs spécifiques

- ❖ Aider son enfant à se respecter et à se faire respecter;
 - ❖ Reconnaître les forces de son enfant et les valoriser.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.



Activité : Développer l'estime de soi de mon enfant¹³

Rationnel. Pour développer une bonne estime de soi, un enfant a besoin d'être respecté en plus d'être écouté, compris, encouragé et de vivre du succès.

Le respecter. Les paroles ont un impact important sur l'estime de soi de l'enfant. Par exemple, il est très destructeur de dire à l'enfant: "tu ne vauds rien, tu es un bon à rien, tu n'as pas d'allure, j'aurais souhaité ne pas t'avoir mis au monde". À force de parler de la sorte à un enfant, il finira par penser et croire qu'il ne vaut pas grand chose, qu'il n'a pas de valeur en tant qu'individu. Bien des parents transmettent ce message lorsqu'ils expriment leur mécontentement face au comportement de l'enfant. Lorsque le parent doit reprendre son enfant, il doit relever le comportement de l'enfant et non lui en tant que personne. Si le parent lui dit: "t'as pas d'allure", il lui donne le message que tout son être n'a pas d'allure, alors que c'est faux. L'enfant peut avoir certains comportements que le parent n'apprécie pas mais il a d'autres comportements que le parent aime bien.

Lui apprendre à **se respecter**. Outre l'importance de le respecter, le parent doit apprendre à l'enfant à se respecter. Le parent ne devrait pas permettre à l'enfant de se dévaloriser, de se dénigrer. Bien sûr, l'enfant doit reconnaître ses erreurs, mais le parent doit s'assurer qu'il limite ses critiques à son comportement et non à sa personne. Par exemple, si l'enfant dit "je suis un con d'avoir manqué ce lancer", le parent peut répondre "même si tu as manqué ce lancer, cela ne fait pas de toi un con. Tu réussis bien dans d'autres domaines."

¹³ Cet exercice provient de: Tremblay, C. et Gagnon, M. (2005). À la croisée des chemins. Programme d'intervention auprès d'enfants présentant des comportements sexuels problématiques. Guide d'animation. Les Centres jeunesse de Lanaudière.

  Feuille «Les qualités de mon enfant» dans le cahier d'activités (p. 34).
Grandes feuilles blanches, marqueurs.

Déroulement. Les animateurs transmettent l'information en discutant avec les participants sur le sujet. Qu'est-ce que l'estime de soi? Comment respecter un enfant? Comment apprendre à un enfant à se respecter? Comment apprendre à un enfant à se faire respecter? Les animateurs peuvent indiquer les idées sur une grande feuille blanche. Pour qu'un enfant puisse se respecter et se faire respecter, il doit être convaincu qu'il en vaut la peine.

Les parents écrivent sur la feuille d'exercice «Les qualités de mon enfant» cinq des qualités ou des forces de l'un de leurs enfants. Ensuite, ils doivent imaginer des manifestations concrètes dans le quotidien de ces qualités ou de ces forces. Les parents sont invités à nommer avant la prochaine rencontre à leur enfant, en compagnie de leur intervenant social si nécessaire, les cinq qualités inscrites. Les parents doivent également expliquer brièvement et en donnant des exemples, comment ces qualités ou ces forces se manifestent dans la vie. Le parent remet ensuite la feuille à l'enfant pour que celui-ci puisse la conserver.

Conclusion

  Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Module X

Discipline

(3 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Apprendre à établir un cadre disciplinaire;
- ❖ Développer des moyens appropriés pour se faire obéir de ses enfants.

Trente-cinquième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Apprendre à formuler des demandes claires et fermes.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.


Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Retour sur l'exercice: Développer l'estime de soi de mon enfant

La semaine dernière les participants ont quitté avec une feuille où ils avaient noté cinq qualités de leurs enfants. Ils devaient exprimer à l'enfant ses qualités et lui remettre la feuille. Les animateurs font un retour sur le déroulement de l'activité. Comment ont-ils trouvé l'activité? Comment se sont-ils sentis? Comment leur jeune semble avoir réagi? Est-il important de développer l'estime de soi de l'enfant? Si oui, pourquoi? Finalement, les animateurs mentionnent l'importance de gratifier l'enfant pour tous ses bons coups et de ne pas seulement lui reprocher ses erreurs. Par ces renforcements quotidiens, nous aidons l'enfant à développer son estime de lui-même et sa confiance en lui. Les animateurs encouragent les participants à répéter souvent l'exercice auprès de leurs enfants, le renforcement positif étant à la base de la discipline.

Activité: Demandes efficaces

 Feuille « Transformez les demandes » dans le cahier d'activités (p.35).

Rationnel. Plusieurs parents qui n'arrivent pas à se faire obéir de leurs enfants ne formulent pas leurs demandes de façon efficace. Leurs demandes sont effectuées sous forme de permissions ou de souhaits, ce qui laisse le choix à l'enfant d'obéir ou pas ou encore sous forme d'ordre ou menace, ce qui n'incite pas l'enfant à vouloir collaborer. Les parents doivent apprendre à faire des demandes claires et précises en utilisant un ton de voix ferme et affirmatif.

Déroulement. Les animateurs demandent aux participants d'écrire sur une feuille des demandes claires et fermes qu'ils souhaiteraient faire à leurs enfants. Les participants doivent respecter les critères suivants :

- Identifier clairement l'objet de sa demande (quoi, quand, comment, où);
- Commencer sa demande par un « je »;
- Éviter les ordres, éviter les menaces (sauf si situation où l'enfant est en danger).

Par la suite, les participants se placent en équipe de deux ou trois. Chaque participant exprime ses demandes aux autres membres de son équipe. Ces derniers signifient si les demandes sont claires et fermes et proposent des alternatives pour celles qui ne le sont pas.

Afin de mettre davantage en pratique la formulation des demandes, les participants complètent la feuille support « Transformez les demandes » dans le cahier d'activités. D'un côté, sont énumérées les demandes faites sous forme d'ordre que le participant doit transformer en demande claire et ferme. Les animateurs font ensuite un retour sur l'exercice en demandant aux participants, à tour de rôle, de corriger les phrases.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Trente-sixième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Établir un système de règles et conséquences avec ses enfants.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité: Les règles

Rationnel. Les règles sont essentielles au bon fonctionnement de tout groupe, de toute société. Dans chaque famille, des règles devraient donc être établies. En effet, la famille est en quelques sorte une petite société dans laquelle l'enfant doit apprendre à respecter des règles. Aussi, des conséquences sont inévitables si les règles ne sont pas respectées. Il faut ici apprendre à l'enfant la notion de choix, soit de respecter une règle et ne pas vivre de conséquence ou bien d'enfreindre la règle et assumer la conséquence qui viendra. Il importe de bien différencier la punition et la conséquence, celle-ci se voulant connue à l'avance et en lien avec la règle alors que la punition n'avait pas été annoncée et est appliquée sans lien logique avec la règle.

A) Principes

 Feuille «J'établis des règles : aide-mémoire » dans le cahier d'activités (p. 36).

Déroulement. Les animateurs réfèrent les participants à la feuille intitulée « J'établis des règles : aide-mémoire » dans le cahier d'activités. Ils expliquent comment établir une règle afin de remédier à un comportement inadéquat :

- Identifier le comportement à changer;
- Réfléchir à une règle accompagnée d'une conséquence;
- Une règle doit être :
 - précise
 - stable
 - réaliste

- Une conséquence doit être :
 - logique
 - applicable
 - progressive
 - rapide
 - constante
- Affirmer clairement et fermement la règle;
- Expliquer à l'avance ce qui arrivera si la règle n'est pas respectée (conséquence).

Les animateurs insistent sur certains grands principes à respecter :

- Féliciter l'enfant lorsqu'il obéit à la règle;
- Établir une seule règle à la fois;
- Persister 3 à 4 semaines avec la même règle et la même conséquence avant d'abandonner;
- Cesser de répéter;
- Ne pas céder aux réactions de l'enfant (crises, menaces, chantage);
- Être constant.

B) J'établis des règles

  Exercice «J'établis des règles» dans le cahier d'activités (p. 37)

Déroulement. Les participants doivent identifier un comportement à changer chez leurs enfants. Ils réfléchissent à une règle possible accompagnée d'une conséquence et ils notent le tout sur la feuille d'exercice intitulée «J'établis des règles».

Les participants sont invités à tour de rôle à faire part au groupe du comportement visé chez leurs enfants et de la règle qu'ils pensent établir ainsi que de la conséquence. Le groupe et les animateurs apportent leurs commentaires et suggestions en se rappelant les grands principes à respecter.

Jeux de rôle : Les participants mettent en pratique la façon d'aborder l'enfant et d'affirmer ce qui est attendu de lui à partir de leur situation réelle (présentée lors de la 1^e partie). Les observateurs et les animateurs commentent les jeux de rôle.

Poursuite de l'exercice et application des règles identifiées dans le milieu familial avec l'assistance de l'intervenant social. Les animateurs feront un retour la semaine prochaine sur l'application de l'exercice.

Des exemples de tableau d'émulation peuvent être présentés par les animateurs.

Conclusion

  Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Trente-septième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Établir un système de règles et conséquences avec ses enfants.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : J'établis des règles (suite)

Rationnel. Les règles sont essentielles au bon fonctionnement de tout groupe, de toute société. Dans chaque famille, des règles devraient donc être établies. En effet, la famille est en quelques sorte une petite société dans laquelle l'enfant doit apprendre à respecter des règles. Aussi, des conséquences sont inévitables si les règles ne sont pas respectées. Il faut ici apprendre à l'enfant la notion de choix, soit de respecter une règle et ne pas vivre de conséquence ou bien d'enfreindre la règle et assumer la conséquence qui viendra. Il importe de bien différencier la punition et la conséquence, celle-ci se voulant connue à l'avance et en lien avec la règle alors que la punition n'avait pas été annoncée et est appliquée sans lien logique avec la règle.

Déroulement. Les animateurs demandent aux participants de faire, à tour de rôle, un retour sur l'exercice proposé lors de la dernière rencontre. Ont-ils mis la règle en application ? Ont-ils réussi à la faire respecter ?

Lorsqu'un des participants fait part de difficultés rencontrées lors de l'exercice à la maison, tous les membres du groupe sont invités à proposer des solutions. Le participant doit en choisir une qu'il mettra en application. Les participants peuvent poursuivre cet exercice en compagnie de leur intervenant social.

Des jeux de rôle peuvent être pertinents pour aider les participants à intégrer certains concepts.

Il est suggéré de diviser le groupe en deux si le nombre de participants est plus élevé que huit.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

MODULE XI

LIMITES PERSONNELLES

(2 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Réfléchir sur les notions d'espace personnel, d'intimité et de frontières;

- ❖ Comprendre son rôle en tant que parent quant à l'apprentissage de ces concepts par les enfants.

Trente-huitième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Prendre conscience de son besoin d'espace personnel et de celui des autres.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Zones de confort personnel¹⁴

 Feuille « Questions au sujet des frontières personnelles » dans le cahier d'activités (p. 38).

Rationnel. Les enfants ont besoin de leur propre espace émotionnel, physique et sexuel et ils doivent apprendre à respecter ces espaces chez les autres. Dans certaines familles, les enfants n'apprennent pas à respecter le besoin d'espace physique des autres. Ils abordent brutalement la personne, lui parlent dans la figure, s'assoient sur ses genoux, lui demandent une caresse, etc. Bref, ces jeunes ne savent pas que ces comportements peuvent être perçus par les autres comme envahissants. Lorsqu'il y a renversement des rôles à la maison, les frontières émotionnelles des enfants ne sont pas respectées. Dans certaines familles qui ont peu de limites, les enfants jouent un rôle de protecteur du parent et deviennent son ami ou son confident. La violation des frontières sexuelles inclut aussi l'intimité sexuelle des parents racontée aux enfants, l'observation par ces derniers de comportements sexuels intimes des parents et l'encouragement à se comporter de manière sexuellement séductrice. L'intimité est donc reliée aux frontières physiques, chacun ayant droit à son espace personnel. Ce dernier est un espace invisible, imprécis qui appartient à la personne. Celle-ci sait lorsque son espace est envahi. Or, chez les enfants, le besoin d'espace personnel est moins important que chez les adultes. Toutefois, plus les enfants se développent, plus le besoin d'espace personnel augmente.

¹⁴ Information et exercice tirés de: Tremblay, C. et Gagnon, M. (2005). À la croisée des chemins. Programme d'intervention auprès d'enfants présentant des comportements sexuels problématiques. Guide d'animation. Les Centres jeunesse de Lanaudière.

Déroulement. Les animateurs expliquent aux participants que la distance entre deux personnes représente un espace personnel, c'est-à-dire une zone de confort. Les personnes ont des préférences différentes quant à leur espace personnel. Les participants doivent comprendre qu'une trop grande proximité risque de provoquer un inconfort. Les animateurs expliquent aussi aux participants l'importance de connaître leur propre zone de confort et de la respecter pour ensuite aider leurs enfants à faire de même.

Les animateurs demandent aux participants de prendre la feuille «Questions au sujet des frontières personnelles» dans leur cahier d'activités et en discutent avec les participants après les avoir invités à y répondre individuellement.

Questions directrices :

- ◆ Quels sont les signes qui vous indiquent que quelqu'un envahit votre espace personnel?
- ◆ Qu'est-ce que vous faites lorsque quelqu'un envahit votre espace personnel?
- ◆ Quels sont vos sentiments lorsque quelqu'un envahit votre espace personnel?
- ◆ Est-ce que vous sentez que vous avez de l'intimité dans votre famille?
- ◆ Quels signes les autres vous donnent-ils pour vous faire comprendre que vous avez envahi leur zone confortable d'espace personnel?

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Trente-neuvième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Appliquer dans sa famille les concepts d'intimité et de respect des frontières personnelles.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.


Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.

Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : Intimité dans le milieu familial¹⁵

 Grande feuille blanche, marqueurs

Rationnel. La famille est un lieu d'apprentissage pour l'enfant quant au respect de son intimité et de celle des autres. Les notions de frontières apprises dans le milieu familial s'étendent au niveau social, ce qui permet à l'enfant de s'adapter à la personne à qui il s'adresse, avec qui il doit entrer en relation et d'instaurer des limites adéquates.

Déroulement. Les animateurs échangent avec les participants sur les raisons motivant la mise en place dans le milieu familial de règles concernant l'intimité et l'espace personnel. Ils réfléchissent sur les moyens à privilégier pour que leur jeune développe et respecte son propre espace personnel ainsi que celui des autres. Les animateurs inscrivent les idées mentionnées par les participants sur la grande feuille blanche. Les animateurs s'assurent que les idées suivantes ont été nommées :

- Faire respecter son besoin d'intimité en tant que parent (ne pas partager son lit avec l'enfant, prendre un bain seul etc.);
- Faire des règles concernant l'intimité (les toilettes sont privées, on frappe à la porte avant d'entrer dans une pièce fermée, etc.);
- Respecter le développement normal de l'enfant et son besoin d'intimité (prendre son bain seul, parler au téléphone dans sa chambre, etc.);
- Enseigner à l'enfant la notion de privé et de sécurité (ne pas parler aux inconnus, etc.).

¹⁵ Exercice et information tirés de: Tremblay, C. et Gagnon, M. (200e). À la croisée des chemins. Programme d'intervention auprès d'enfants présentant des comportements sexuels problématiques. Guide d'animation. Les Centres jeunesse de Lanaudière.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

MODULE XII

ÉDUCATION SEXUELLE

(2 rencontres)

Ce module vise les objectifs généraux suivants :

- ❖ Connaître les étapes du développement sexuel des enfants;
- ❖ Prendre conscience de son rôle en tant que parent dans l'éducation sexuelle de ses enfants et au niveau de la prévention des abus sexuels.

Quarantième rencontre


Objectifs spécifiques

- ❖ Comprendre les stades du développement sexuel chez l'enfant et les rôles parentaux appropriés;
 - ❖ Connaître différents moyens pour éduquer son enfant à propos de la sexualité.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.


Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité : L'éducation sexuelle

Rationnel. Plusieurs références à la sexualité sont observables, chez les enfants et les adolescents, à travers leurs comportements, leurs questionnements et leurs explorations. L'exploration sexuelle naturelle et saine durant l'enfance et l'adolescence s'avère un processus de recherche d'information où les jeunes explorent leur propre corps ainsi que celui des autres en regardant et en touchant.

A) Stades du développement sexuel chez l'enfant¹⁶


 Feuille « Stades du développement sexuel chez l'enfant » dans le cahier d'activités (p. 39)

Déroulement. Les animateurs réfèrent les participants à la feuille « Stades du développement sexuel chez l'enfant » dans le cahier d'activités. Ils présentent les différents stades du développement de l'enfant (prénatale à 18 ans), les comportements sexuels normaux et les rôles parentaux appropriés. À cette étape, les animateurs abordent l'éducation sexuelle, sa fonction et la nécessité de répondre aux questions des enfants en tenant compte de leur âge et de leur stade de développement sexuel. Ils en profitent pour répondre aux questionnements des participants. Lors des discussions au sujet des stades du développement sexuel, les animateurs doivent demeurer sensibles aux réactions des participants au thème de la sexualité. Les animateurs profitent de cette

¹⁶ Cet exercice provient de: Tremblay, C. et Gagnon, M. (2005). À la croisée des chemins. Programme d'intervention de groupe auprès d'enfants présentant des comportements sexuels problématiques. Guide d'animation. Les Centres jeunesse de Lanaudière.

activité pour aborder les valeurs personnelles et familiales des participants en regard à la sexualité, et leur niveau de confort pour aborder ce thème avec leurs enfants. Il s'avère important de discuter des thèmes avec lesquels ils éprouvent un malaise à discuter avec leurs enfants.

B) Je me prépare à parler de sexualité avec mon enfant

  Liste d'outils sur l'éducation sexuelle dans le cahier d'activités (p. 43).

Déroulement Les animateurs ouvrent la discussion autour de la question de l'éducation sexuelle des enfants. Ils demandent aux participants si ces derniers ont déjà parlé de sexualité avec leurs enfants et s'ils se sentent à l'aise ou pas, les moyens utilisés, les difficultés rencontrées, etc.

Les animateurs orientent ensuite la discussion sur les bons moyens et les bonnes conditions pour faire l'enseignement sur la sexualité. Les animateurs insistent sur l'importance de se sentir à l'aise en tant que parent, de choisir un moment de complicité avec l'enfant, d'utiliser des mots simples et exacts. Il existe différents livres sur le sujet pouvant être un véhicule d'information facilitant. Les animateurs présentent aux participants quelques-uns de ces outils que l'on retrouve sur la liste de suggestions dans leur cahier d'activités. Les parents sont invités à les consulter et apportent leurs commentaires et leurs questions.

Les animateurs résument en sensibilisant les participants à l'importance d'aborder les questions de sexualité avec leurs enfants puisque cela fait partie de leur développement et représente un excellent moyen de prévention contre les abus.

Conclusion

  Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés.

Stades du développement sexuel chez l'enfant¹⁷

PÉRIODE DE LA PETITE ENFANCE (0 À 2 ANS)

Comportements normaux et sains :

- ❖ Contacts de nature sensorielle avec autrui.
- ❖ Gratification par la succion.
- ❖ Réflexe d'érection chez les garçons.
- ❖ Lubrification vaginale chez les filles.
- ❖ Toucher ou frottement aux parties génitales.
- ❖ Jeu d'exploration des parties génitales : chez les garçons dès l'âge de 6-7 mois et chez les filles vers l'âge de 10-11 mois.
- ❖ Se berce de façon rythmique (p. ex. : dans son lit) afin d'obtenir une stimulation génitale.
- ❖ Toucher à la poitrine et aux fesses des gens familiers, adultes et enfants.
- ❖ Embrasse des personnes non familières, adultes et enfants.
- ❖ Début de la conscience de l'identité sexuelle et des différences de rôle.
- ❖ Curiosité quant aux différences anatomiques entre l'homme et la femme et aux positions pour uriner.

Rôles parentaux appropriés :

- ❖ Contacts physiques : embrasser, chatouiller, caresser l'enfant.
- ❖ Expression physique de l'affection par les membres de la famille.
- ❖ S'exprimer en utilisant les mots exacts pour nommer les parties du corps, entre autres les organes sexuels.

PÉRIODE PRÉSCOLAIRE (3 à 5 ans)

Comportements normaux et sains :

- ❖ Curiosité accrue pour les différences anatomiques de l'homme et de la femme.
- ❖ Surveillance des autres lorsqu'ils sont à la salle de bains ou qu'ils se déshabillent.
- ❖ Jeux de mots sur les parties génitales et les fonctions du corps.
- ❖ Exploration mutuelle, entre enfants, des parties du corps (p. ex. : jouer au docteur ou au papa et à la maman); ces jeux sont spontanés et plaisants.
- ❖ Masturbation consciente associée à des sentiments de plaisir.
- ❖ Questionnement sur la miction, la conception, la grossesse, l'accouchement, les parties génitales, les relations sexuelles et l'allaitement maternel

¹⁷ Ces informations proviennent de : Tremblay, C. et Gagnon, M. (2005). À la croisée des chemins. *Programme d'intervention auprès d'enfants présentant des comportements sexuels problématiques*. Guide d'animation. Les Centres jeunesse de Lanaudière.

Rôles parentaux appropriés :

- ❖ Être disponible et répondre aux questionnements de l'enfant sur les parties du corps, la miction, la conception et les relations sexuelles; lui fournir des explications honnêtes dans des termes simples et concrets. Se limiter à l'information demandée par l'enfant et élaborer ses réponses selon le niveau de développement de l'enfant sans sauter ni devancer les étapes.
- ❖ Informer l'enfant que s'habiller, aller à la salle de bains et prendre son bain sont des gestes qui se font en privé.
- ❖ Reconnaître que la stimulation des organes génitaux donne du plaisir; établir des limites à la masturbation de l'enfant en redirigeant son comportement lorsqu'il affecte ses autres activités; faire comprendre à l'enfant que la masturbation se fait en privé.
- ❖ Discuter avec l'enfant des touchers appropriés et inappropriés, de l'appartenance de son corps, de son droit de dire non à des touchers non désirés des autres enfants ou adultes, des personnes de confiance dans son entourage à qui il peut parler si quelqu'un le touche d'une façon qu'il n'aime pas.
- ❖ Établir des limites au sujet des jeux sexuels exploratoires.
- ❖ Aider l'enfant à utiliser les termes appropriés pour les parties et les fonctions du corps.
- ❖ Encourager l'enfant à croire à l'intégrité de son propre corps.

PÉRIODE SCOLAIRE (6 à 9 ans)

Comportements normaux et sains :

- ❖ Intérêt accru pour les rôles masculins et féminins.
- ❖ Jeux de rôles sociaux : jouer à l'école, au magasin, à la maison.
- ❖ Questionnements plus poussés sur la conception, la grossesse et la naissance.
- ❖ Jeux compétitifs à caractère sexuel (p. ex : concours de qui urinera le plus loin, jeu de la bouteille, se mettre nu dans le cadre d'une initiation dans un groupe).
- ❖ Touchers interactifs, caresses, baisers, simulation d'une relation sexuelle habillée.
- ❖ Désir de plaire; jeunes plus exigeants en ce qui concerne leur apparence.
- ❖ Expression des jurons à caractère sexuel.
- ❖ Masturbation en privé.
- ❖ Intérêt pour les images de personnes nues dans les livres, les magazines, les vidéos, l'Internet.
- ❖ Parle de sexualité avec des amis du même sexe.

Rôles parentaux appropriés :

- ❖ Fournir de l'information précise sur les relations sexuelles et la conception.
- ❖ Établir des limites claires aux jeux sexuels.
- ❖ Fournir de l'information non sexiste sur les rôles et les relations hommes-femmes ainsi que sur les rôles masculins et féminins dans le monde adulte.
- ❖ Être un modèle d'intimité affective.
- ❖ Respecter le désir de solitude de l'enfant.
- ❖ Sensibiliser l'enfant à l'adoption de comportements sexuels responsables.

PÉRIODE PRÉADOLESCENTE (10 à 12 ans)

Comportements normaux et sains :

- ❖ Apparition de la puberté (poils au pubis, gonflement des mamelons, sécrétions vaginales blanchâtres, premières menstruations, baisse du timbre de la voix chez le garçon, augmentation de la taille des organes génitaux chez le garçon, apparition des érections et du mécanisme éjaculatoire, etc.).
- ❖ Discussion des changements physiques entre pairs.
- ❖ Embarras face aux changements du corps et inquiétude face à un développement plus lent ou plus rapide.
- ❖ Concentration sur le développement de leur propre corps et comparaison avec leurs pairs du même sexe.
- ❖ Intérêt pour les informations portant sur la sexualité.
- ❖ Importance de l'intimité lors de la nudité et augmentation de la préoccupation de l'apparence.
- ❖ Intérêt marqué pour le corps des autres.
- ❖ Masturbation discrète.
- ❖ Apparition de fantasmes sexuels, fantasmes hétérosexuels ou homosexuels mettant en scène des baisers, des caresses, des étreintes mutuelles ou des regards intéressés.
- ❖ Premières expériences de séduction à l'extérieur de la famille (p. ex. : ils flirtent, ils se tiennent la main, s'embrassent, passent du temps ensemble).
- ❖ Exploration sexuelle entre les garçons et les filles, entre jeunes du même âge.
- ❖ Présence d'érection à la suite de stimulations érotiques et non érotiques

Rôles parentaux appropriés :

- ❖ Prévoir des activités supervisées où des groupes de garçons et de filles peuvent participer à des activités communes.
- ❖ Sensibiliser le jeune aux comportements sexuels responsables (responsabilité quant aux maladies transmises sexuellement, au sida et à la grossesse).
- ❖ Être un modèle de relation affectueuse et responsable entre des adultes qui sont intimes sur le plan affectif.


PÉRIODE ADOLESCENTE (13 à 18 ans)

Comportements normaux et sains :

- ❖ Renforcement de l'identité sexuelle.
- ❖ Farces sexuelles, obscénités, discussions concernant les attributs physiques de certaines personnes du sexe opposé.
- ❖ Mixité dans les activités sociales.
- ❖ Intérêt à l'égard du corps de personnes du sexe opposé.
- ❖ Masturbation discrète.
- ❖ Accès à du matériel érotique.
- ❖ Contacts homosexuels.
- ❖ Masturbation mutuelle, relations sexuelles simulées ou complètes.
- ❖ Relations sexuelles dans le cadre de relation stable.

Rôles parentaux appropriés :

- ❖ Discuter ouvertement et honnêtement des comportements appropriés et responsables lors de fréquentations, de l'intimité affective et sexuelle, de l'identité sexuelle et de l'engagement affectif.
- ❖ Discuter des responsabilités au sujet des maladies transmises sexuellement, du sida et des grossesses.
- ❖ Enseigner aux adolescents l'importance de ne pas exploiter les autres sur le plan social, affectif ou sexuel.
- ❖ Étant donné la gêne que peuvent susciter ces sujets pour les adolescents, les inviter à en parler avec un adulte en qui ils ont confiance (parenté, conseillers, etc.).
- ❖ Établir des limites appropriées en ce qui a trait aux fréquentations (p. ex : à quel âge le jeune peut commencer à fréquenter une personne, couvre-feu, etc.).
- ❖ Être ouvert aux questions et aux valeurs exprimées par l'adolescent.

 Liste d'outils  ¹⁸

- Bonhomme, Monique. (1997). *Dis-moi, d'où viennent les bébés?* Éducation sexuelle pour les enfants de 4 ans et plus. Montréal : Éditions Héritage Jeunesse.
- Harris, R.H., Emberley, M. et Perriau, M. (1999). *Mais d'où viennent-ils les bébés? (7 ans et plus)*. Les éditions Héritage jeunesse.
- Harris, R.H., Emberley, M. et Perriau, M. (1999). *Le sexe? Parlons-en!* (9-15 ans). Les éditions Héritage jeunesse.
- Hébert, Marie-Francine. (1987). *Venir au monde (livre, guide et jeu)*. Montréal : La courte échelle.
- Hébert, Marie-Francine. (1989). *Vive mon corps! (livre, guide et jeu)*. Montréal : La courte échelle.
- Mayle, Peter. (1973). *Et moi, d'où je viens (5-12 ans)*. Christian Bourgeois Éditeur.
- Mazalto, Maurice & Mazalto, Michèle. (1983). *Pomme et Charly (5-11 ans)*. Guy Saint-Jean éditeur inc.
- Montagnat, Serge. (1997). *Questions d'amour 5-8 ans*. Paris : Nathan.
- Montagnat, Serge. (1997). *Questions d'amour 8-11 ans*. Paris : Nathan.
- Robert, Jocelyne & Jacob, Jo-Anne. (1985). *Ma sexualité de 0-6 ans*. Montréal : Les Éditions de l'homme.
- Robert, Jocelyne. (1985). *Ma sexualité de 6-9 ans*. Montréal : Les Éditions de l'homme.
- Robert, Jocelyne. (1986). *Ma sexualité de 9-12 ans*. Montréal : Les Éditions de l'homme.
- Robert, Jocelyne. (1990). *L'histoire merveilleuse de ma naissance*. Montréal : Les Éditions de l'homme.

¹⁸ Ce document provient de: Tremblay, C. et Gagnon, M. (2005). À la croisée des chemins. Programme d'intervention auprès d'enfants présentant des comportements sexuels problématiques. Guide d'animation. Les Centres jeunesse de Lanaudière.

Quarante et unième rencontre


Objectif spécifique

- ❖ Identifier des moyens concrets afin de prévenir l'abus sexuel.
-

Plan de la rencontre

Les animateurs présentent le plan de la rencontre. Il est suggéré que le plan de la rencontre soit inscrit au tableau.

Comment j'arrive?

 Images découpées dans des revues, cartons avec des sentiments.


Les animateurs demandent aux participants de nommer en un mot comment ils arrivent. Les animateurs peuvent utiliser différents moyens. Ils peuvent demander aux participants de choisir une image représentant leur état (les images ont été préalablement sélectionnées et découpées dans des revues par les animateurs). Les animateurs peuvent également demander aux participants de choisir un carton sur lequel est inscrit un sentiment (joie, colère, peine, peur, culpabilité, gêne, etc.). Les animateurs peuvent aussi suggérer aux participants d'apporter, pour la semaine suivante, un objet ou une image qui les représente.

Dans un 2^e temps, les membres peuvent demander un temps plus long dans le but de faire un partage.

Activité: La prévention des abus sexuels

Rationnel. L'enseignement sur la prévention des abus sexuels crée un malaise chez les participants, tout comme l'éducation sexuelle. Il n'est pas rare que les parents eux-mêmes aient été victimes d'abus sexuel, ce qui peut expliquer le silence autour de cette question. Au contraire, certains parents peuvent parfois faire de la prévention à outrance afin de s'assurer que leurs enfants n'en sera jamais victime. De là l'importance de faire le point sur le sujet.

A) Les moyens pour prévenir l'abus

 Feuille « Comment protéger un enfant des abus sexuels ? » dans le cahier d'activités (p. 44)

Déroulement. Les animateurs invitent les participants à un remue-méninges sur les moyens à prendre pour protéger son enfant des abus sexuels. Les animateurs s'assurent que les moyens suivants ont été nommés :

- Lui apprendre les notions de sécurité personnelle;
- Faire son éducation sexuelle;
- L'encadrer, le surveiller (les heures de rentrée, les lieux permis, etc.);
- Renforcer son estime personnelle;
- L'informer sur les abus sexuels;

Les animateurs réfèrent les participants à la feuille « Comment protéger un enfant des abus sexuels » dans leur cahier d'activités et complètent en ajoutant des explications et des exemples. Ils renseignent aussi les parents sur les moyens à prendre en cas de soupçon d'abus ou de dévoilement.

B) Visionnage de la vidéo « Moi je dis non »³¹

Déroulement. Les parents visionnent la vidéo et les animateurs les invitent à commenter par la suite. L'utilisation de matériel peut être un moyen favorisant la discussion parent-enfant autour de la question des abus sexuels. La vidéo pourra peut-être fournir les mots aux parents afin d'aborder le sujet avec leurs enfants.

Conclusion

 Cahier d'activités

Les participants sont invités à noter dans leur cahier (feuille « Aujourd'hui, je retiens... ») ce qu'ils retiennent de la rencontre et à le partager au groupe. Enfin, les animateurs concluent quant au déroulement de la rencontre et des thèmes abordés

³¹ Vidéo « Moi j'en parle, moi je dis NON », réalisée par l'Association d'éducation préscolaire du Québec en collaboration avec Assurance-Vie Desjardins, 1987 : 5 min 23



Quarante-deuxième rencontre

ÉVALUATION FINALE

Objectifs spécifiques

- ❖ Évaluer son cheminement à la fin du programme;
 - ❖ Recevoir les commentaires des autres membres du groupe et des animateurs sur son évolution.
-

Activité: Évaluation du cheminement de chaque participant en lien avec son ou ses objectif(s) fixé(s)

  Feuille « Auto-évaluation finale » dans le cahier d'activités (p. 46).

Déroulement. En individuel, les participants complètent leur auto-évaluation.

Chaque participant présente son auto-évaluation aux autres membres du groupe. Lorsqu'il a terminé, les membres du groupe peuvent lui donner des commentaires. Ensuite, les animateurs présentent au participant leur évaluation. Avant de terminer avec ce participant, les animateurs vérifient comment il reçoit les commentaires des autres membres et leur évaluation.

Les animateurs terminent en félicitant les participants pour les progrès remarquables et les encouragent à poursuivre leur évolution.

Évaluation mi-programme

Évaluation finale

Nom : _____

Date : _____

1. Participation

1.1 Présence aux rencontres: _____

1.2 Qualité de la participation: _____

1.3 Points à améliorer: _____

2. Objectif(s) fixé(s) et évolution

2.1 Objectif (s) fixé(s): _____

2.2 Évolution: _____

2.3 Points à améliorer: _____

3. Commentaires généraux

Signature des animateurs