



Parentalité
Créative®

EN ANNEXE

L'efficacité du soutien à la parentalité du réseau Parentalité Créative
L'exposé des motifs

❖ L'efficacité du soutien à la parentalité démontrée par la recherche

La recherche a largement démontré l'efficacité de programmes de soutien à la parentalité et l'importance de renforcer les compétences psychosociales des parents pour promouvoir la santé et le bien-être dans la famille et la société dans sa globalité. Aider les parents à être parents représente véritablement une stratégie incontournable pour les pouvoirs publics.

Bénéfices du cycle "Vivre et Grandir Ensemble®" de Catherine Dumonteil-Kremer

En 2017, une étude qualitative spécifique sur le cycle "Vivre et Grandir Ensemble®" a été réalisée par une psychiatre sous la direction d'une unité en psychologie positive (Glacé Jabinet, Shankland, Cycle de soutien à la parentalité "Vivre et Grandir Ensemble®" créé par C. Dumonteil-Kremer, Université de Grenoble Alpes, 2017). D'après l'enquête réalisée, les pratiques parentales changent et évoluent au décours du cycle.

• Efficacité liée au soutien du groupe

« Cette participation en groupe, avec ses pairs, dans un cadre contenant, ouvert, facilitateur et bienveillant, incarné par la posture du consultant en parentalité, apparaît comme un élément central et à part entière du cycle ». Au sein des groupes, un soutien se crée entre les participants, permet de sortir de l'isolement, et de se soutenir durablement, répondant à un besoin d'appartenance et de compétence des parents. Le fait d'être entourés et de bénéficier de soutien rend les parents plus aptes à bien s'occuper de leurs enfants.

• Plus d'autocompassion

Dans cette étude, on a observé chez les parents interrogés davantage d'auto-compassion, le cycle les aidant à se montrer plus compréhensifs avec leurs propres difficultés parentales, doutes, ce qui participe logiquement à améliorer leur compréhension des autres, de leurs enfants et leur gestion des conflits.

• Renforcement des compétences psychosociales

• compétences cognitives

Il a été observé que les compétences de prise de décision et de résolution de problèmes de certains participants sont améliorées, sur le plan familial mais aussi plus globalement pour certains. Un élément central de ce cycle correspond à l'auto-évaluation et l'esprit critique. Il est décrit plusieurs fois plus de résistance aux pressions extérieures, plus de critique face aux influences (meilleure analyse de l'influence des pairs, du parcours de vie...) et une conscience plus aiguë de ses valeurs.

Céline Gagnepain : 0658953618 - celine.gagnepain@yahoo.fr

Catherine Dumonteil-Kremer : 0669019804 - cdumonteilkremer@gmail.com

Pour trouver le/la consultante régionale : parentalitecreative.com



Parentalité
Créative®

EN ANNEXE

L'efficacité du soutien à la parentalité du réseau Parentalité Créative
L'exposé des motifs

• **compétences sociales**

Les compétences de communication verbale et non verbale des parents interrogés sont développées en ateliers avec comme base l'écoute active ainsi que l'expression des émotions, et la capacité à donner et recevoir des feedbacks. Les parents interrogés ont vu leurs capacités de résistance et de négociation renforcées durant le cycle : meilleure gestion des conflits, capacité d'affirmation, résistance à la pression d'autrui. Les compétences de coopération et de collaboration en groupe sont aussi travaillées

• **compétences émotionnelles**

Les parents interrogés dans l'étude ont amélioré leurs compétences émotionnelles (l'identification, la compréhension, l'expression, la régulation, l'utilisation de leurs émotions et également de celles des autres, en particulier leurs enfants), leurs compétences favorisant la confiance et l'estime de soi, l'autoévaluation et l'autorégulation et leur gestion du stress sur le plan familial (notamment par la gestion du temps, l'anticipation des moments à risque, l'apprentissage de l'utilisation du jeu...)

• **Plus de flexibilité psychologique**

Certains témoignages recueillis montrent une amélioration de la flexibilité psychologique des parents dans leur environnement familial. En effet ils peuvent faire part à la fois d'une plus grande acceptation (en faisant place aux émotions même désagréables, pour eux ou leurs enfants), d'une défusion cognitive (pour les pensées en lien avec leur enfance par exemple), d'un contact plus fort avec le moment présent, de plus de distance avec le contenu du dialogue intérieur. D'autre part ils expriment avoir identifié plus clairement ce qui est important dans leur vie familiale et orienter le plus possible leurs comportements dans la direction de leurs valeurs. Ils paraissent plus à même de faire ce qui compte pour eux en tant que parent, quelles que soient leurs pensées et leurs émotions. Cette meilleure flexibilité psychologique pourrait participer à conduire au bien-être parental retrouvé.

• **Un mieux-être global des parents**

Il ressort pour les parents interrogés un engagement plus fort dans leur rôle parental, un sens plus évident de ce rôle. Les différentes dimensions du bien-être psychologique semblent impactées positivement : plus d'acceptation de soi, d'autonomie, de relations positives, un meilleur degré d'épanouissement personnel et un meilleur sentiment de maîtrise de l'environnement. Le bien-être parental paraît amélioré globalement, ce qui permet logiquement la prévention du burn-out parental.

Un des leviers ayant permis cela pourrait être la motivation intrinsèque à une parentalité positive, stimulée par ce cycle en groupe, qui renforce à la fois le sentiment de compétence, d'autonomie et de proximité sociale.

Céline Gagnepain : 0658953618 - celine.gagnepain@yahoo.fr

Catherine Dumonteil-Kremer : 0669019804 - cdumonteilkremer@gmail.com

Pour trouver le/la consultante régionale : parentalitecreative.com



Parentalité
Créative®

EN ANNEXE

L'efficacité du soutien à la parentalité du réseau Parentalité Créative
L'exposé des motifs

Apparaissent plus de conscience de soi, de ses valeurs, plus de congruence, d'affirmation et d'auto compassion. On perçoit un retour à l'essentiel, à « ce qui est vraiment important » et en découle des règles éducatives définies et claires.

- **Une meilleure relation parent enfant**

Il ressort de cette étude pour les parents interrogés une relation plus maternelle, plus douce, plus proche, plus respectueuse de l'enfant en tant qu'être tout à fait égal et dans l'intérêt de ce dernier.

☼ L'exposé des motifs

Pour lire l'exposé des motifs de la loi

<https://www.senat.fr/leg/pp18-261.html>

Avec l'article concernant l'interdiction des violences physiques et psychologiques, seront également votés : un article concernant l'affichage de l'information sur la violence éducative ordinaire dans les lieux d'accueil des mineurs et de parents, un article sur la formation des professionnel-le-s de la petite enfance sur la prévention de la violence éducative ordinaire et l'article suivant : le Gouvernement remet au Parlement, avant le 1^{er} septembre 2019, un rapport présentant un état des lieux des violences éducatives en France et évaluant les besoins et moyens nécessaires au renforcement de la politique de sensibilisation, d'accompagnement et de soutien à la parentalité à destination des parents, ainsi que de formation des professionnels concernés.