



INSIGHTS POUR LES PARENTS

Pour soutenir les compétences sociales et émotionnelles de votre enfant.

INSIGHTS est une intervention fondée sur des données probantes en matière d'apprentissage social et émotionnel. Le programme parental de 6 semaines s'adresse aux parents d'enfants du pré- scolaire et du primaire.

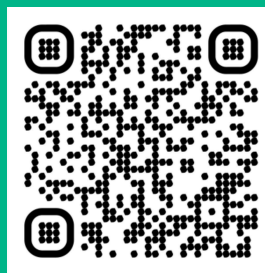
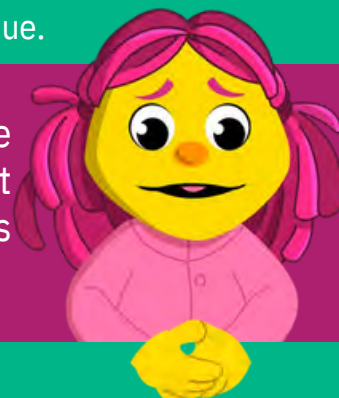


Les enfants présentent une variété de tempéraments (personnalités). **INSIGHTS** met en avant quatre personnages : Patricia la Prudente, qui est timide, Grégoire le Grognon, dont le tempérament est exigeant, Arthur l'Amical, qui est très social et Viviane la Vaillante, qui est une travailleuse.

INSIGHTS pour les parents explique comment les différences dans l'attention, les émotions et les comportements des enfants sont souvent liées à leurs tempéraments. Bien que le tempérament ne soit pas modifiable à court terme, les réactions des adultes le sont et influencent grandement le comportement des enfants. Dans **INSIGHTS**, les parents apprennent des stratégies adaptées au tempérament particulier de leur enfant. Les stratégies **INSIGHTS** ont prouvé leur efficacité pour réduire les comportements problématiques des enfants et améliorer leurs compétences sociales et émotionnelles et même au niveau académique.



INSIGHTS pour les parents comprend 6 leçons autonomes et 6 leçons de groupe en mode virtuel d'une heure chacune. Les sessions de groupe sont animées par une personne facilitatrice d'**INSIGHTS** qui aide les parents à appliquer le contenu du programme à leur réalité avec leurs enfants.



Scannez ce code pour en savoir plus sur **INSIGHTS**.

Un résumé des thématiques hebdomadaires abordées dans le programme est listé à la page suivante.

Questions:
elizabeth.harvey@usainteanne.ca
insightsintervention.com



Semaine 1

Leçon #1 : Reconnaître le tempérament de l'enfant

Les principaux concepts du tempérament des enfants sont présentés : sa base biologique, sa résistance aux modifications, ses manifestations dans des situations de stress et de changement ainsi que la manière dont l'environnement peut soutenir un profil de tempérament spécifique.

Les parents apprennent à reconnaître le tempérament de leur enfant. Des profils de tempérament courants sont donnés en exemple : Patricia la Prudente, qui est timide, Grégoire le Grognon, dont le tempérament peut être qualifié d'exigeant, Arthur l'Amical, qui est très social, et Viviane la Vaillante, qui est une travailleuse.

Session facilitée #1

La personne facilitatrice accueille les parents et leur demande de décrire le tempérament de leur(s) enfant(s). Les parents échangent également sur ce qu'ils apprécient chez leur enfant et sur les aspects qu'ils trouvent plus difficiles à gérer.



Semaine 2

Leçon #2 : Reconsidérer et répondre aux tempéraments des enfants

Dans cette leçon, les parents participent à des activités visant à modifier leur perception de leur enfant en reconnaissant que chaque tempérament possède à la fois des forces et des défis. Ils apprennent également que, bien que le tempérament ne puisse pas être modifié, à court terme, les réactions parentales, elles, peuvent l'être. Des vidéos illustrent des réponses parentales optimales, adéquates et contre-productives en fonction des différents profils de tempérament.

Session facilitée #2

Les parents partagent leurs expériences en décrivant les réponses optimales, adéquates et contre-productives qu'ils ont adoptées au cours de la semaine, ainsi que la manière dont leurs enfants y ont réagi.

Semaine 3

Leçon #3 : Prendre le contrôle

Reconnaître et accepter le tempérament d'un enfant ne signifie pas pour autant faire preuve de permissivité. Les parents apprennent à encadrer le comportement de leur enfant lorsque celui-ci adopte des comportements indésirables de manière répétitive. Ces stratégies d'encadrement sont conçues pour que l'enfant puisse réussir, ce qui permet de réduire les comportements indésirables et d'améliorer la relation parent-enfant.

Session facilitée #3

La personne facilitatrice guide les parents dans l'analyse critique des objectifs et des différentes stratégies qu'ils envisagent d'utiliser pour encadrer le comportement de leur enfant.

Semaine 4

Leçon #4 : Encadrer les enfants d'âge scolaire

Les principes de la discipline bienveillante sont présentés. La discipline est symbolique et ne doit pas être confondue avec la punition. Des vidéos illustrent des comportements problématiques courants chez certains enfants. Les parents élaborent un plan en trois étapes pour gérer les comportements problématiques de leur enfant.

Session facilitée #4

Les parents font le point sur les stratégies et contrats mis en place avec leurs enfants et discutent des ajustements éventuels. Ils présentent également les différents signaux qu'ils ont utilisés avec leurs enfants. Ensuite, la personne facilitatrice guide une discussion sur les réponses efficaces à adopter lorsqu'un enfant fait preuve de non-coopération.

Semaine 5

Leçon #5 : Apprécier nos différences individuelles

Cette leçon met en avant l'importance de reconnaître et de valoriser les différences individuelles entre les membres d'une communauté, tant au niveau du tempérament qu'au niveau des différences ethniques ou autres.

Session facilitée #5

Les parents poursuivent l'examen des stratégies apprises au cours du programme et établies avec leurs enfants et évaluent si des ajustements sont nécessaires.

Semaine 6

Leçon #6 : Tout le monde a besoin de compétences sociales et émotionnelles

Cette leçon met l'accent sur les compétences sociales et émotionnelles, tant pour les adultes que pour les enfants : l'écoute, l'empathie, l'affirmation de soi, la collaboration, la résolution de problèmes et la gestion des conflits. Des stratégies sont également abordées pour aider les parents à répondre à leurs propres besoins tout en jonglant avec leurs multiples responsabilités. Les parents sont encouragés à élaborer un contrat avec eux-mêmes afin d'améliorer leurs propres compétences sociales.

Session facilitée #6

Les parents font le point sur le contrat qu'ils ont choisi pour eux-mêmes en lien avec l'apprentissage social et émotionnel.

De nombreuses études confirment l'efficacité de *INSIGHTS* !

Contactez-nous pour obtenir des informations sur une offre de formation adaptée à vos besoins : elizabeth.harvey@usainteanne.ca

