

Ces années incroyables : un programme pour retrouver le plaisir d'être parent

FAMILLE Financé par le Département, le programme d'aide à la parentalité Ces années incroyables est proposé gratuitement dans l'Ain. Une session s'ouvre le 12 mars à Bourg.

Expérimenté dans l'Ain depuis 2017, le programme Ces années incroyables a permis à des parents de « déconstruire son fonctionnement pour apaiser le quotidien », ou encore de « retrouver une relation bien plus sereine avec ses enfants, réapprendre à jouer, soutenir, féliciter et voir la fierté dans le regard de ses enfants ».

UNE EFFICACITÉ PROUVÉE

Créé il y a plus de 40 ans aux États-Unis, où il a depuis fait ses preuves, confirmées par des études scientifiques, *Incredible years* a été importé en France par le département de l'Ain, qui entend le déployer plus largement, avec le soutien de la CAF (Caisse d'allocations familiales). Une mission confiée au Prado Itinéraires. Ces années incroyables s'adresse aux parents d'enfants entre 3 et 11 ans et aux professionnels, essentiellement les assistants familiaux. Une formation délivrée gratuitement, animée par des professionnels, qui s'organise localement par la création de groupe de parents. À Bourg-en-Bresse, une nouvelle session sera lancée le 12 mars, les mardis matin, ouverte à « tous les parents en difficulté, intéressés par une nouvelle stratégie éducative, ou dont les enfants sont porteurs d'un trouble comportemental, type TDH (Trouble du déficit de l'attention) par exemple », explique Alice Barthoulot, coordinatrice des programmes de renforcement des compétences parentales au Prado Itinéraires. La formation se déroule de manière participative, dans un cadre bienveillant, « sans jugement sur la pratique des parents chez eux, précise la professionnelle. Il s'agit d'expérimenter des outils éducatifs efficaces pour encourager l'usage à la maison ». Un programme qui aborde, notam-



Alice Barthoulot, coordinatrice du programme Ces années incroyables. Photo : M. Villemillot

ment à travers le jeu, plusieurs questions, telles que le comportement, les félicitations ou encore les règles de vie. « On travaille beaucoup la question de porter attention au bon comportement et comment les valoriser chez l'enfant. On essaie aussi d'apporter des outils de discipline positive ». Selon le principe du gagnant-gagnant, pour le parent et l'enfant, il vise à recouvrer confiance et estime de soi, et à résoudre les problèmes « pour retrouver de l'apaisement dans le quotidien. On sait que les parents sont confrontés à un certain rythme de vie. Car bien sûr, le quotidien est parfois difficile. C'est quelque chose dont on parle peu en France, on n'ose pas dire ses difficultés. Notre programme permet aussi de les rassurer. On leur dit souvent 'un petit pas à la fois' ». Et les résultats semblent là, selon les bilans dressés en fin de formation, dans lesquels les parents

affirment avoir trouvé « plein de bonnes idées pour améliorer le quotidien avec nos enfants », apprécié « la force du groupe », ou encore découvert « une autre vision de l'éducation ». « Les choses ont changé à la maison... Ces années incroyables, c'est ce qui m'a le plus aidé », confie même l'un d'entre eux.

Participer

À Bourg-en-Bresse, tous les mardis matin à partir du 12 mars.
À Pont-d'Ain, les lundis après-midi à partir du 11 mars.
À Belley, les mardis matin à partir du 19 mars.

www.cesanneesincroyables.fr