



TRIPLE P - PROGRAMME DE PARENTALITÉ POSITIVE

CONSULTATIONS PRÉBUDGÉTAIRES 2024-2025

Soutenu par la recherche. Prouvé par les parents.

Triple P Parenting Canada Inc | BC 0917955

PO BOX 34, Metcalfe PO, Ottawa, ON, K0A 2P0 CANADA | tel: +1 905 392 6976 | web: triplep.net

TRIPLE P

Triple P - Programme de Parentalité Positive® (Triple P) donne à des millions de parents à travers le monde des stratégies simples et pratiques pour nouer des relations fortes et saines, gérer en toute confiance le comportement de leur enfant et prévenir l'apparition de problèmes.

Il s'agit de l'un des systèmes de parentalité positive les plus efficaces et les plus connus au monde. Les parents (et les personnes s'occupant d'enfants) qui participent à Triple P fixent leurs propres objectifs et ont recours aux stratégies et compétences en fonction de leur rythme et de leurs valeurs.

Triple P est considéré comme le seul programme de soutien parental conçu pour être mis en œuvre dans le cadre d'une initiative de santé publique.

Les gouvernements qui le mettent en œuvre observent des effets significatifs à l'échelle de la population, tels qu'une réduction des taux de maltraitance des enfants, des placements hors du foyer familial et des blessures liées à la maltraitance des enfants, ainsi qu'une diminution des problèmes de santé mentale chez les enfants et des niveaux de dépression, de stress et d'autres problèmes de santé mentale chez les parents.

Le *système Triple P* est un ensemble de programmes de soutien à la parentalité de premier plan, fondé sur des données probantes et conçu pour améliorer la santé et le bien-être des parents et des enfants.

Chaque programme Triple P peut être délivré de plusieurs façons, notamment à travers des séminaires portant sur la parentalité et en

ligne. En mettant à disposition des niveaux de soutien variés, Triple P s'adapte aux besoins de chaque situation familiale, pour les familles qui nécessitent un grand soutien comme pour celles n'ayant besoin que d'un coup de pouce.

Nous travaillons avec les familles depuis plus de 40 ans et notre approche a fait ses preuves dans différentes cultures, avec des familles d'origines diverses et de profils socio-économiques variés. Nous soutenons actuellement des familles dans plus de 30 pays et dans plus de 20 langues.

Triple P a été désigné par les Nations Unies comme le programme de soutien à la parentalité ayant fait l'objet des recherches les plus approfondies au monde. Notre base de preuves s'appuie sur plus de 790 études, dont plus de 400 études d'évaluation et 192 essais randomisés contrôlés.

Triple P International est une organisation certifiée « B Corp ». Notre travail rencontre les normes les plus élevées de performance sociale et environnementale, de transparence publique et de responsabilité juridique.

TRIPLE P AU QUÉBEC

L'équipe de consultantes en implantation et en formation de Triple P Canada soutient la mise en œuvre du système Triple P par les organisations, les agences de services et les gouvernements canadiens qui désirent offrir Triple P aux familles.

Au Québec, Triple P est utilisé dans certaines régions depuis 2015, notamment au CIUSSS de la Capitale-Nationale et au CIUSSS-de-l'Est-de-l'Île-de-Montréal. Ces initiatives ont depuis été pérennisées, alors que l'intérêt des familles pour Triple P a été clairement démontré.

Nous travaillons également en partenariat avec de nombreuses organisations communautaires et des centres de la petite enfance à travers la province, afin d'offrir nos programmes à des clientèles ciblées.

Nos consultantes collaborent avec ces organisations afin de déterminer le type d'intervention et le mode de prestation appropriés en fonction des besoins des familles desservies. Triple P Canada offre aussi des formations destinées au personnel intervenant afin de leur donner les moyens de dispenser rigoureusement nos programmes.

Les plus récentes recherches menées par la professeure Marie-Hélène Gagné de l'École de psychologie de l'Université Laval, examinant l'efficacité de l'utilisation de Triple P par le CIUSSS de la Capitale-Nationale et le CIUSSS-de-l'Est-de-l'Île-de-Montréal, démontrent les effets bénéfiques et durables de nos programmes pour les familles québécoises¹.

Les analyses montrent que Triple P s'avère nettement plus efficace que les services usuels offerts aux familles en CLSC, notamment au chapitre de la réduction des comportements problématiques de l'enfant, ainsi que de la diminution des interventions disciplinaires surréactives et violentes des parents. Elles révèlent aussi que les enfants bénéficient de parents qui parviennent à mieux assumer leur rôle grâce à une augmentation de leur sentiment de compétence (amélioration moyenne de 82,1 % pour les parents qui ont participé à l'ensemble du programme) et à une diminution du stress parental.

Ces effets positifs étaient encore présents au moment du suivi qui a été effectué de deux à quatre années après l'intervention initiale.

En prévision du budget du Québec de 2024-2025, Triple P Canada demande respectueusement au gouvernement du Québec un modeste engagement financier annuel afin de bâtir sur le succès de notre travail au Québec et d'offrir rapidement un soutien parental éprouvé aux familles québécoises qui en ont besoin.

Ce soutien pourra notamment être déployé via le ministère de la Famille, le ministère de la Santé et des Services sociaux et/ou le ministère de l'Éducation.

LES BESOINS

Les parents du Québec font face à de nombreux défis qui mettent en évidence le besoin d'une offre de ressources et de services de soutien améliorée.

Les familles sont fragilisées par de nombreux facteurs de stress dus au contexte actuel qui représentent autant de risques pour les enfants que de défis pour les parents, tels que la violence dans les écoles, les catastrophes climatiques comme les feux de forêt, les conflits et guerres à l'international, ou encore l'inflation. De nombreuses familles dont les enfants ont accusé des retards scolaires et psychosociaux en raison de la grève des écoles de cet hiver sont également soumises à une pression accrue et à un besoin de soutien additionnel.

Un tour d'horizon des plus récentes données démontre qu'il est nécessaire d'élargir et de faciliter l'accès aux services de soutien aux parents comme Triple P.

Le dernier bilan annuel de la Direction de la protection de la jeunesse (DPJ) révèle que près d'un enfant sur 10 a fait l'objet d'un signalement au Québec, tandis qu'une étude

examinant l'ensemble des dossiers des enfants québécois entre 2000 et 2017 a conclu que près d'un enfant sur 5 a fait l'objet d'un signalement à la DPJ, qu'un sur 10 a été pris en charge par ses services et qu'un sur 20 a été placé hors de son milieu familialⁱⁱ.

En partie, ces données témoignent du besoin de renforcer les services de soutien en amont de services plus intensifs comme le système de protection de la jeunesse.

L'*Enquête québécoise sur la parentalité 2022*ⁱⁱⁱ a révélé que les parents québécois vivent un haut niveau de stress parental, augmentant ainsi le risque que les enfants développent des problèmes de comportement et de santé.

Selon cette enquête, environ 61 % des parents québécois considèrent que de prendre soin de leurs enfants leur demande plus d'énergie et de temps qu'ils en ont à donner, 35 % indiquent qu'avoir des enfants leur laisse peu de temps et de flexibilité et environ 17 % disent que leurs enfants sont la principale source de stress dans leur vie.

Enfin, la plus récente *Enquête québécoise sur le développement des enfants à la maternelle*^{iv} révèle que depuis 2012, la proportion d'enfants de maternelle 5 ans vulnérables a augmenté dans les cinq domaines de développement mesurés, soit la santé physique et le bien-être, les compétences sociales, la maturité affective, le développement cognitif et langagier, ainsi que les habiletés de communication et les connaissances générales.

Les enfants vulnérables sont plus susceptibles que les autres d'éprouver des difficultés d'ordre scolaire, moteur, émotionnel ou social.

UNE SOLUTION

Les programmes de soutien parental comme Triple P peuvent jouer un rôle essentiel pour répondre aux besoins des familles québécoises, en leur offrant le soutien nécessaire pour renforcer leur résilience face aux facteurs de stress, prévenir les risques de maltraitance, mieux soutenir les parents dans leur rôle et assurer le développement optimal des enfants.

Le rôle préventif des programmes de soutien parental comme Triple P a été souligné par la *Commission spéciale sur les droits des enfants et la protection de la jeunesse* (Commission Laurent), qui a recommandé au gouvernement dans son rapport final de « déployer un programme de soutien parental pour tous les parents, dans l'offre de service préventif de base (par exemple Triple P)^v. »

En collaborant avec Triple P Canada, le gouvernement du Québec peut offrir un accès **immédiat** à ce soutien vital aux familles qui en ont besoin.

À l'occasion du budget 2024-2025, nous sommes heureux de proposer une solution clé en main, ne nécessitant qu'un engagement financier modeste de la part du gouvernement, qui permettra d'assurer rapidement l'accès à des programmes de soutien parental éprouvés sur l'ensemble du territoire québécois.

Dans le contexte des incertitudes créées par la transition vers Santé Québec en lien avec la gestion des opérations quotidiennes du réseau de la santé et des services sociaux, nous offrons un moyen rentable au gouvernement de maximiser sa portée en matière de prestation de services, selon des niveaux d'intervention flexibles qui correspondent à ses priorités et aux besoins des familles québécoises.

BUDGET 2024-2025

Pour un engagement financier de 1M \$, Triple P Canada s'engage à offrir trois séminaires virtuels par mois et à donner accès au programme Triple P en ligne à 10 000 parents.

Nous sommes en mesure d'adapter cette offre selon les besoins identifiés par le gouvernement du Québec, jusqu'à un financement maximal de 4,7 M\$ pour donner accès à Triple P en ligne à toutes les familles au Québec.

Grâce à notre formule en ligne, Triple P Canada peut fournir un accès immédiat à ce soutien aux familles qui en ont besoin, y compris celles des régions rurales et éloignées qui n'ont pas facilement accès à d'autres services.

Nos séminaires virtuels sont présentés par des formatrices et formateurs basés au Québec et peuvent être organisés en anglais et en français. Il s'agit de présentations interactives sur la parentalité destinées à des groupes de 20 à 200 parents.

Ces séminaires portent sur trois thèmes distincts et sont conçus comme une brève introduction aux stratégies de Triple P. Ils donnent aux parents (et aux personnes s'occupant d'enfants) de bonnes idées à essayer avec leur famille et peuvent répondre aux préoccupations qu'ils peuvent avoir dans le cadre de leur rôle parental. Une description de ces séminaires est disponible en annexe de ce document.

Les parents nécessitant un soutien additionnel pourront ensuite bénéficier d'un accès complet à Triple P en ligne, une suite d'interventions autodirigées destinées à promouvoir les pratiques parentales positives et à enseigner aux parents l'application de principes à des situations spécifiques. Les parents peuvent

compléter les programmes à leur propre rythme sur ordinateur, tablette ou téléphone intelligent.

Triple P en ligne est un programme de soutien parental universel pour les parents d'enfants âgés de 0 à 12 ans, disponible dès aujourd'hui en français et en de nombreuses autres langues. D'autres programmes Triple P spécialisés pourront aussi être mis à disposition des parents à courte échéance en fonction des priorités du gouvernement du Québec et de son intérêt à les rendre disponibles. Un aperçu de ces programmes est disponible en annexe de ce document.

Ces services peuvent s'inscrire comme solution distincte afin de réduire les listes d'attentes pour les services existants et soulager la pression sur les ressources spécialisées du réseau de la santé et des services sociaux. Triple P Canada est en mesure d'assurer la prestation des séminaires et de fournir le soutien nécessaire à l'engagement réussi des familles dans le programme Triple P en ligne.

Triple P Canada fournira des rapports de données conçus pour recueillir des informations pertinentes pour le Québec (évolution de la confiance des parents, portée géographique, informations démographiques, etc.) et donnera accès à des outils de promotion et de sensibilisation via les médias numériques qui permettront d'assurer une participation optimale des parents (par exemple, via les médias sociaux et sites web du gouvernement, des écoles ou des centres de la petite enfance).

Avec une confirmation officielle de financement par le gouvernement, les familles du Québec pourraient avoir accès à ces services dans les jours à venir.

CONCLUSION

Le système Triple P ne ressemble à aucun autre programme de soutien parental dans le monde. Il aide les parents à choisir les stratégies qui conviennent à leur situation et à établir des relations solides et saines avec leurs enfants.

En s'appuyant sur les données probantes obtenues au Québec et le succès de notre collaboration avec de nombreux partenaires, Triple P peut aider le gouvernement à répondre aux besoins urgents des familles partout à travers la province et lui permettre d'atteindre rapidement des résultats significatifs.

Nous serons heureux de travailler avec le gouvernement du Québec pour déterminer la formule qui correspond le mieux à ses priorités.

ANNEXE 1

Le tableau suivant résume les séminaires Triple P.

Séminaire	Description	Durée
Éduquer des enfants résilients	<p>Les parents sont initiés à six compétences fondamentales afin de permettre aux enfants de réguler leurs émotions et de devenir résilients face à des événements stressants de la vie. Ces compétences sont les suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none">• Reconnaître et accepter ses émotions.• Exprimer ses émotions de manière appropriée.• Avoir une perspective positive.• Développer des capacités d'adaptation.• Réguler les émotions désagréables.• Faire face aux événements stressants de la vie.	60 minutes, plus 30 minutes pour les questions.
La parentalité positive	<p>Les parents sont initiés aux cinq principes clés de la parentalité positive qui constituent la base de Triple P. Ces principes sont les suivants :</p> <ul style="list-style-type: none">• Garantir un environnement sûr et stimulant.• Créer un environnement d'apprentissage positif.• Utiliser une discipline assertive.• Avoir des attentes raisonnables.• Prendre soin de soi en tant que parent.	60 minutes, plus 30 minutes pour les questions.
Éduquer des enfants confiants et compétents	<p>Les parents sont initiés à six compétences fondamentales afin de permettre aux enfants d'avoir confiance en eux et de réussir à</p>	60 minutes, plus 30 minutes pour les questions.

	<p>l'école et au-delà. Ces compétences sont les suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none">• Montrer du respect aux autres.• Être prévenant.• Avoir de bonnes aptitudes sociales et de communication.• Avoir une bonne estime de soi.• Être capable de résoudre des problèmes.• Devenir indépendant.	
--	--	--

ANNEXE 2

Le tableau suivant résume les programmes en ligne de Triple P.

Nom du programme	Tranche d'âge	Description
Triple P en ligne (0-12 ans)	0 - 12 ans	Aide les parents à appliquer des stratégies fondées sur des données probantes à des situations spécifiques, à renforcer les relations familiales, à développer la résilience des enfants et à prévenir l'apparition de problèmes.
Triple P en ligne pour les bébés	0 - 12 mois	Facilite une transition positive vers la parentalité et la première année avec le bébé, fournit aux parents une compréhension du développement du bébé, des stratégies pour développer une relation positive avec leur bébé, ainsi que des stratégies d'adaptation et des informations sur le soutien entre parents.
Triple P en ligne pour les adolescents	10 - 16 ans	Fournit aux parents une boîte à outils de stratégies pour les aider à encourager les comportements positifs et à prévenir et gérer les comportements difficiles de leur adolescent.
Triple P en ligne pour les parents d'enfants anxieux	6 ans +	Vise à aider les parents à donner le bon exemple pour gérer l'anxiété, coacher leur enfant à devenir plus résilient émotionnellement, développer une boîte à outils de stratégies pour aider les enfants à gérer l'anxiété et répondre efficacement à l'anxiété de leur enfant.
Triple P en ligne pour les transitions familiales – À venir en mars 2024	0 - 16 ans	Pour les parents qui vivent une détresse personnelle due à une séparation ou à un divorce, ce qui a un impact sur leur rôle de parent ou le complique. Met l'accent sur les compétences nécessaires pour résoudre les conflits avec les anciens partenaires et sur la manière de gérer positivement le stress.
Triple P en ligne un pas à la fois – À venir en juin 2024	0 - 12 ans	Pour les parents d'enfants présentant un trouble du développement. Les parents apprennent à fixer leurs propres objectifs, à déterminer les changements qu'ils souhaitent voir se produire dans le

		comportement de leur enfant et à apprendre des stratégies pour promouvoir un comportement sain chez leur enfant.
Triple P en ligne pour les parents d'enfants victimes d'intimidation – À venir fin 2024	6 - 12 ans	Les parents apprennent à promouvoir une relation parent-enfant chaleureuse, soutenir les amitiés des enfants, traiter les comportements problématiques, entraîner des réponses efficaces à l'intimidation et aux conflits, et communiquer avec le personnel de l'école.

RÉFÉRENCES

- ⁱ Gagné, M.-H., Clément, M.-E., Milot, T., Paradis, H., & Voyer-Perron, P. (2023). Comparative efficacy of the triple P program on parenting practices and family violence against children. *Child Abuse and Neglect*, 141. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106284>. ;
- Gagné, M.-H., Piché, G., Brunson, L., Clément, M.-E., Drapeau, S., & Jean, S.-M. (2023). Efficacy of the Triple P – Positive Parenting Program on 0–12-year-old Quebec children’s behavior. *Children and Youth Services Review*, 149. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.106946>. ;
- Gagné, M.-H., Brunson, L., Piché, G., Drapeau, S., Paradis, H., & Terrault, Z. (2023). Effectiveness of the Triple P Program on Parental Stress and Self-Efficacy in the Context of a Community Roll-out. *Journal of Child and Family Studies*, 32, 3090-3105. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02663-4>.
- ⁱⁱ Esposito, T., Caldwell, J., Chabot, M., Blumenthal, A., Trocmé, N., Fallon, B., Hélie, S., & Afifi, T. (2023). Childhood Prevalence of Involvement with the Child Protection System in Quebec: A Longitudinal Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20 (622). <https://doi.org/10.3390/ijerph20010622>.
- ⁱⁱⁱ Institut de la statistique du Québec. (2023). *Être parent au Québec en 2022 : Un portrait à partir de l’Enquête québécoise sur la parentalité 2022*. <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/etre-parent-quebec-2022.pdf>.
- ^{iv} Institut de la statistique du Québec. (2023). *Enquête québécoise sur le développement des enfants à la maternelle 2022 : Portrait statistique pour le Québec et ses régions administratives*. <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/enquete-quebecoise-developpement-enfants-maternelle-2022.pdf>.
- ^v Commission spéciale sur les droits des enfants et la protection de la jeunesse. (2021). *Instaurer une société bienveillante pour nos enfants et nos jeunes : rapport de la Commission spéciale sur les droits des enfants et la protection de la jeunesse*. <https://www.csdepj.gouv.qc.ca/accueil/>.