



# « CES ANNÉES INCROYABLES » FORMEZ-VOUS AU MÉTIER DE PARENTS

POUR AMÉLIORER LA  
RELATION AVEC VOS  
ENFANTS

**Le programme «Ces Années Incroyables» est pour vous ! Ouverture prochaine d'une session sur votre territoire.**

❖ La participation au programme implique de s'engager sur **16 séances hebdomadaires de 2h.**

❖ Des aides financières et matérielles sont prévues pour permettre à toutes les familles de pouvoir participer (frais de garde, de déplacement...).

❖ Chaque participant peut se faire accompagner par une personne de son choix, engagée également sur l'ensemble du programme.

❖ Un contact individuel sera pris en amont par les animateurs avant le début du programme.



## INFOS PRATIQUES

### PAR QUI ?

Le Prado

### MODALITÉS

Un groupe de 15 parents, sur 16 séances hebdo de 2h, encadrées par 2 animateurs

### APPROCHE DU PROGRAMME

- approche active et collaborative qui valorise le travail des parents (visionnage de vidéos, travail autour de vignettes de situation, exercices à la maison, jeux de rôles)
- création d'un collectif de soutien au-delà des séances

### CONTACT

Pour toutes questions / infos :  
cai@le-prado.fr

## CE PROGRAMME EST-IL POUR MOI ?

« Ces années incroyables » (CAI) est un programme de soutien à la parentalité qui a été développé par Carolyn Webster-Stratton de l'Université de Washington à Seattle (USA).

Ce programme s'adresse aux parents d'enfants âgés de 5 à 10 ans qui se questionnent et se sentent **parfois impuissants face aux comportements et gestes de leurs enfants.**

Ce dispositif a pour but de **vous proposer des moyens concrets pour vous aider, vous et votre enfant, à mieux vivre ensemble.**

Des séances hebdomadaires vous permettront des mises en situation réelles pour travailler et trouver, avec l'ensemble des participants, les comportements à adopter face à votre enfant.

Le programme « Ces années incroyables » est **reconnu dans de nombreux pays** à travers le monde comme ayant des **résultats probants** sur l'amélioration du quotidien et de la qualité de la relation parent-enfant.

## Objectif 1 – Améliorer votre relation parent-enfant

- ❖ Développer votre connaissance du développement normal et des besoins de votre enfant
- ❖ Vous aider à avoir des attentes réalistes par rapport à l'âge de votre enfant et qui il est (tempérament, développement social et développement émotionnel).
- ❖ Vous aider à comprendre l'importance d'une relation parent/enfant positive et la consolidation de ce lien.
- ❖ Vous amener à apprécier votre enfant en jouant avec lui



*Participez à  
CAI, c'est  
aborder  
différemment  
sa parentalité  
et son enfant*

## Objectif 2 - Consolider vos habiletés ainsi que votre réseau de soutien

- ❖ Vous apprendre des stratégies d'auto-contrôle de la gestion de la colère ou de la dépression
- ❖ Vous apprendre à développer vos compétences en communication et en résolution de conflits
- ❖ Vous aider à développer un réseau de soutien social proche
- ❖ Vous aider à vous faire confiance, à être moins critique à votre égard et à prendre davantage soin de vous

## Objectif 3 - Vous amener à établir des limites claires, un encadrement précis, une discipline non punitive et à mieux gérer les comportements et gestes de votre enfant



- ❖ Vous aider à comprendre l'importance de fixer des horaires, des rituels structurants et d'apporter des réponses constantes aux comportements de votre enfant
- ❖ Vous aider à mettre en place une discipline non punitive, moins sévère et n'impliquant pas les punitions physiques
- ❖ Vous aider à fournir des expériences positives à vos enfants en diminuant l'exposition aux manifestations de colère entre adultes, à la violence à la télévision, aux jeux d'ordinateurs, à la peur et la dépression

### À propos du Prado

Le Prado se consacre depuis plus de 150 ans à l'accompagnement d'enfants et de jeunes rencontrant des difficultés. L'objectif est de les protéger et les accompagner vers la meilleure insertion sociale et professionnelle possible. Le Prado est composé de 35 structures, réparties sur 5 départements, intervenant dans les domaines de la protection de l'enfance, de la protection judiciaire de la jeunesse, l'enfance en situation de handicap et l'insertion par l'activité économique.  
[www.le-prado.fr](http://www.le-prado.fr)