

Jun 2025

Empowerment des familles : entre accompagnement et autodétermination

Récits de parents de petits:pas


a:primo
*spielend lernen
apprendre en jouant
apprendere giocando*



• Mentions légales

Éditeur

Association a:primo
Ackeretstrasse 6
8400 Winterthour
www.a-primo.ch

Autrices du projet

Anke Moors, a:primo
Raphaelle Deshayes, a:primo

Avec les contributions de

Erika Dähler, a:primo
Annika Meile, a:primo
Natacha Penseyres, a:primo
Claudia Pulver, a:primo

Relecture

Natacha Penseyres, a:primo

Nous remercions chaleureusement pour leur précieuse contribution :

- les familles qui ont accepté de participer aux entretiens,
- les intervenantes à domicile, qui nous ont accompagnées lors des entretiens,
- les sites de :
 - Bâle,
 - Bassersdorf,
 - Broye-Vully,
 - Ouest lausannois,
 - Winterthour,
 - Zoug,qui nous ont aidé lors de la recherche des familles.

Cette publication a pu être réalisée grâce au soutien financier de l'Office fédéral des assurances sociales, dans le cadre du crédit «Associations faitières des organisations en faveur des familles», ainsi qu'à la Fondation Max Kohler et à la Fondation Ernst Göhner.

 **MAX KOHLER**
STIFTUNG

ERNST GÖHNER
STIFTUNG

• **Avant-propos**

L'avenir de la Suisse est façonné par les personnes qui y vivent et repose en grande partie sur les familles, et surtout sur les enfants. Pourtant, de nombreuses familles sont confrontées à d'énormes défis au quotidien. Celles qui se trouvent dans des situations socio-économiques difficiles ont particulièrement besoin de reconnaissance, de soutien et d'un accompagnement encourageant, sincère, attentionné et égalitaire.

Dans cette publication, les parents s'expriment et racontent ce qui les a le plus aidés dans l'éducation de leurs enfants : des relations de confiance avec des personnes qui les écoutent, les soutiennent, leur donnent des repères et les aident à développer leur potentiel. De telles expériences ont un effet durable et profitent à tous, en particulier aux enfants.

Trop souvent, l'attention est portée sur les manques et les déficits, sur ce qui ne fonctionne pas. Cette façon de penser influence les structures, le financement des offres et l'attitude des professionnel·les envers les familles traversant une situation précaire.

Et si nous nous tournions plutôt vers les potentiels : ceux des enfants, des parents, des professionnel·les et de la société ! Investissons dans des structures et des offres qui les renforcent ! Pour un avenir en Suisse où tous les enfants bénéficient de chances équitables.



Franziska Roth

*Co-Présidente de l'association
a:primo
Conseillère aux États, Soleure*



• **Autrices**



Anke Moors, a:primo
Co-directrice d'a:primo

Raphaëlle Deshayes,
a:primo
Responsable romande d'a:primo



Contenu

- 05 Introduction : contexte et proposition**
- 06 Empowerment : un aperçu théorique**
 - 06 La vulnérabilité sociale : une notion multidimensionnelle
 - 06 L'empowerment : concept, approche et effet
 - 06 L'approche orientée sur les ressources de petits:pas
- 08 Entretiens de parents : méthodologie**
 - 08 La récolte des données
 - 08 Les familles interrogées
 - 08 L'analyse des données
- 09 L'empowerment en tant qu'approche**
 - 09 Les ressources des familles et leur valorisation
 - 10 La construction du lien de confiance : la base de l'accompagnement
 - 14 Quatre formes de soutien complémentaires
- 19 Empowerment : au coeur des changements**
 - 19 Changements dans le comportement éducatif
 - 22 Changements dans la vie de famille
 - 25 Changements dans les relations sociales
 - 27 Changements au niveau de l'intégration professionnelle
- 28 Conclusion : l'empowerment, un levier social**
- 29 Bibliographie**
- 30 Annexe 1 : modèle théorique**
- 31 Annexe 2 : présentation de petits:pas**





● **Introduction : contexte et proposition**

Accompagner les enfants tout au long de leur croissance est une préoccupation majeure des parents, mais aussi des professionnel·les, des responsables politiques et de la société dans son ensemble. Tous les parents veulent le meilleur pour leurs enfants, et ils jouent un rôle clé dans leur éducation au quotidien. Cependant, certains facteurs de risque structurels et socio-économiques peuvent exercer une influence négative sur le développement des enfants. L'association a:primo s'engage pour que tous les enfants puissent grandir dans un environnement stimulant et développent pleinement leur potentiel, même lorsque leur famille est confrontée à des facteurs de risque.

En Suisse, la responsabilité de l'éducation des enfants incombe toujours en premier lieu aux parents. Cette responsabilité s'accompagne d'attentes sociales élevées et parfois contradictoires quant au rôle parental. Or, les attentes vis-à-vis des parents sont toujours construites en lien avec le contexte historique, économique, culturel et politique dans lequel les familles évoluent. L'individualisation de la société a pour conséquence qu'aujourd'hui, certains parents se retrouvent seuls face aux défis liés à l'éducation de leurs enfants. À d'autres moments de notre histoire ou dans d'autres parties du monde, ces défis étaient ou sont encore relevés plus collectivement. C'est pourquoi, au vu de facteurs de risque comme l'isolement social, un parcours migratoire ou d'autres encore, certains parents ont besoin de soutien, d'informations et de suggestions pour bien accompagner leurs enfants. Il est important de les écouter afin d'adapter les nombreuses offres existantes aux besoins de toutes les familles.

Avec cette publication, a:primo a souhaité examiner de plus près les facteurs qui motivent les parents en situation de vulnérabilité sociale à initier des changements pour améliorer la qualité de vie de leur famille.

Pour répondre à cette question, huit parents ayant participé à l'offre petits:pas ont accepté de raconter les changements qu'ils ont pu initier pour leur famille pendant leur participation à petits:pas et dans les mois qui ont suivi. Le fait d'entendre les parents expliquer ce qui les a aidés et motivés à faire évoluer la dynamique de leur vie familiale fournit des indications importantes pour la conceptualisation d'offres de soutien destinées aux familles et l'organisation des différentes structures dont dépendent ces offres.

L'offre petits:pas, développée par a:primo, est mise en œuvre depuis près de vingt ans dans différentes communes et cantons suisses. Elle repose sur une approche systémique et une attitude orientée vers les ressources de chaque famille. L'objectif est de renforcer les ressources existantes des parents, de les aider à en développer de nouvelles et d'initier des changements durables au sein de la cellule familiale.

Le premier chapitre de la publication présente quelques éléments théoriques sur la vulnérabilité sociale et l'empowerment. Le deuxième chapitre expose la méthodologie utilisée pour les entretiens. Le troisième chapitre se concentre sur l'analyse des données concernant l'empowerment en tant qu'approche pour l'accompagnement des familles. Finalement, le quatrième chapitre explore les effets de l'empowerment, tels que les parents les identifient et les racontent.

La présente publication souhaite inciter le plus grand nombre d'acteurs et d'actrices à renforcer, dans leur champ professionnel, une pratique basée sur l'empowerment. Dans cette perspective, il est possible de développer des structures et des offres qui améliorent significativement la participation des familles et qui permettent aux parents de créer, avec le soutien des professionnel·les, un environnement propice au bien-être des enfants.

● **Empowerment : un aperçu théorique**

Pour mieux saisir les différents aspects de l'empowerment et la situation des familles interrogées, ce chapitre se penche dans un premier temps sur les notions de vulnérabilité sociale et d'empowerment (voir annexe 1). Dans un deuxième temps, l'approche utilisée dans le cadre de petits:pas est présentée, afin de mettre en évidence les principes sur lesquels repose l'accompagnement dont les familles interrogées ont bénéficié dans le cadre de leur participation à cette offre.

La vulnérabilité sociale : une notion multidimensionnelle

Selon les travaux de Soulet (2005, 2014), la vulnérabilité sociale comporte plusieurs dimensions. Tout d'abord, la vulnérabilité est universelle et peut toucher chaque être humain à tout moment. Ensuite, la vulnérabilité est potentielle, dans le sens que ce risque peut ou non se concrétiser. De plus, elle dépend du contexte, car la vulnérabilité d'un individu change en fonction de son environnement de vie. Elle comporte également une dimension individuelle, étant donné que chaque être humain réagit différemment à un même facteur de vulnérabilité. Finalement, elle est réversible, car il est possible de modifier les facteurs de risque et d'agir sur le contexte.

Le concept de vulnérabilité sociale détaillé par Soulet (2005, 2014) a l'avantage de mettre en évidence les phénomènes multidimensionnels qui lui sont liés. Il met l'accent sur ses aspects individuels et structurels, qui peuvent être mis en lien avec différentes formes d'inégalité, qu'elles soient sociales, économiques, culturelles ou scolaires.

En Suisse, les facteurs de vulnérabilité sociale se caractérisent par : un faible niveau de formation, une situation professionnelle précaire, un bas revenu, un environnement familial fragilisé, peu de connaissances de la langue locale, des problèmes de santé chroniques, une faible intégration dans la société et/ou un passé migratoire (Caritas, 2023). Ces facteurs sont à comprendre comme des facteurs de risque, exprimant une probabilité. Ils ne permettent en aucun cas de prédire la suite du parcours des enfants grandissant dans un contexte marqué par la vulnérabilité sociale.

L'empowerment : concept, approche et effet

La notion d'empowerment peut prendre plusieurs sens, suivant le domaine dans lequel elle est employée. De façon générale, ce concept renvoie à un processus qui allie apprentissage et renforcement de la capacité d'action. Il a pour résultante une plus grande autodétermination. Dans le champ du travail social et de la promotion de la santé, ce terme désigne à la fois une approche, qui implique une posture professionnelle axée sur les ressources, et l'objectif lui-même.

Selon Gibson (1991), l'empowerment est un processus social, impliquant la présence d'une personne ou d'un groupe qui fasse preuve de reconnaissance, de soutien et de valorisation. Pour Wallerstein (2006), « l'empowerment est le résultat d'une interaction dynamique entre deux niveaux : le développement de compétences individuelles (internes) et le dépassement de barrières structurelles (externes), [...] afin d'améliorer les conditions de vie des plus défavorisés. ». Ces deux définitions rendent compte des dimensions individuelles et collectives de l'empowerment. En outre, l'empowerment s'inscrit systématiquement dans un contexte social marqué par des inégalités, faisant écho à la notion de vulnérabilité sociale.

Pour finir, il est intéressant de noter deux points de cohérence entre les notions de vulnérabilité sociale et d'empowerment. La dimension réversible de la vulnérabilité sociale renvoie à l'empowerment, soulignant le potentiel de changement pour chaque être humain. De plus, elles mettent en lumière, l'une et l'autre, les dimensions individuelles et structurelles qui doivent entrer en interaction pour qu'un processus d'empowerment se mette en place.

L'approche orientée sur les ressources de petits:pas

L'accompagnement des familles, tel qu'il est pratiqué dans le cadre de l'offre petits:pas, repose sur des principes et des fondements théoriques (pour plus d'informations sur petits:pas, voir annexe 2). Les équipes de petits:pas sont formées à ces notions et les travaillent régulièrement, notamment dans le cadre de la formation continue des intervenantes à

domicile assurée par la coordinatrice. Cette partie a pour objectif de mettre en regard l'accompagnement tel qu'il a été conçu avec la perception et l'expérience des parents interrogés.

L'enfant comme sujet et acteur

Dès sa naissance, l'enfant fait preuve d'une grande curiosité qui le pousse à découvrir le monde qui l'entoure avec tous ses sens. L'enfant explore son environnement matériel et social, avec lequel il interagit de manière active et créative. Il apprend d'autant mieux lorsqu'il peut laisser son intérêt le guider dans ses découvertes et que ses réussites sont valorisées (Wustmann Seiler & Simoni, 2012).

Au fil des 45 visites à domicile et des 26 rencontres de groupe, l'offre petits:pas favorise la participation active de l'enfant. Formée et accompagnée par la coordinatrice, l'intervenante à domicile propose des activités de jeu et d'éveil adaptées à l'âge de l'enfant et couvrant tous les domaines de son développement. Elle s'adapte à son intérêt du moment, respectant ses envies et encourageant ses initiatives.

Le parent, expert de son enfant

Selon Armbruster (2006), quand des personnes en situation de vulnérabilité sociale reçoivent des retours encourageants et constructifs, leur confiance en soi augmente, ce qui a un effet direct sur leur capacité à trouver des solutions et à prendre des initiatives. De plus, le regard de leur entourage change progressivement, ce qui renforce leur sentiment d'efficacité et améliore leur perception de soi. Finalement, ceci leur permet d'améliorer leur situation de vie et d'aller à la rencontre des autres avec plus de confiance.

Dans le cadre de petits:pas, les coordinatrices et les intervenantes à domicile reconnaissent aux parents plusieurs domaines d'expertise : leurs expériences personnelles, leur histoire familiale et leur parcours de vie. Le rôle de l'équipe est d'accompagner chaque parent dans sa tâche éducative en mobilisant ses ressources, en misant sur ses forces, ainsi que de favoriser la réalisation d'objectifs personnels.

La coordinatrice joue ici un rôle essentiel : celui d'inscrire cette posture envers les parents comme un véritable outil de travail au sein de son équipe, grâce aux entretiens hebdomadaires qu'elle mène avec les intervenantes à domicile. L'enjeu est de sortir de la logique déficitaire - qui consiste à percevoir les parents sous l'angle du manque, du déficit, de l'échec ou de l'inadéquation (Boulanger et al., 2010) - pour se centrer sur leurs ressources et leurs réussites. Un véritable cercle vertueux se met alors en place.

Chaque famille, un système unique

Les familles présentent des profils variés du fait de leur organisation, leur histoire, leurs valeurs, leurs principes, leurs langues et leur religion. Cette réalité demande à l'équipe de petits:pas de respecter chaque système familial et de développer des compétences interculturelles, définies comme « la capacité à agir de façon appropriée en contexte de différences culturelles, de manière à ce que ces différences ne constituent pas des obstacles à l'intervention efficace » (Chiasson & Deschênes, 2007).

Selon Cohen-Emerique (2015), une approche interculturelle exige trois démarches distinctes et complémentaires : la décentration, à savoir la capacité de pouvoir relever les points forts et les points faibles de sa propre culture ; la découverte ou curiosité pour l'autre et sa culture ; et finalement, la démarche de médiation interculturelle qui consiste à dialoguer et développer une vision commune qui fait sens pour tous et qui permet l'action.

Dans cette perspective, tout au long de petits:pas, la langue maternelle et la culture des familles sont valorisées et considérées comme de véritables ressources. Les parents sont encouragés à parler à leurs enfants dans leur langue maternelle et à partager avec eux les comptines, les chansons, les jeux, les histoires et les livres qui ont bercé leur propre enfance.

L'approche de pair à pair

Outre l'approche orientée sur les ressources, l'accompagnement des familles s'appuie également sur l'approche de pair à pair. Cette approche repose sur l'idée que les personnes sont plus disposées à apprendre lorsqu'elles peuvent s'inspirer de personnes qui ont vécu des expériences similaires ou qui partagent un certain nombre de points communs. Hafen (2018) met l'accent sur la réciprocité de la relation qui permet de réduire le sentiment de dépendance des parents. Cette approche renforce non seulement la confiance en soi, mais aussi l'intégration sociale et le sentiment d'appartenance.

Dans le cadre de petits:pas, les intervenantes à domicile disposent d'un bagage d'expériences similaires à celles des familles, notamment celle de la parentalité. Formées et accompagnées par la coordinatrice, elles exercent leur fonction dans un contexte professionnel. La coordinatrice, en tant que spécialiste de l'éducation, du travail social ou de la santé communautaire, encadre le travail de l'intervenante à domicile et maintient un contact régulier avec les familles. La qualité de l'accompagnement des familles est assurée par la coordinatrice.

● **Entretiens de parents : méthodologie**

La récolte des données

Avant d'organiser les entretiens avec les familles, certains critères ont été définis pour orienter le choix et la recherche de parents susceptibles d'y participer :

- L'entretien se déroule avec le parent qui a participé à petits:pas avec l'enfant.
- Le parent dispose de connaissances suffisantes de l'allemand ou du français pour mener l'entretien d'une demi-heure dans la langue respective.
- La participation à petits:pas remonte à un an ou plus. A priori, les familles qui ont participé à l'offre pendant les mesures liées au coronavirus, alors que sa mise en œuvre était irrégulière, ne peuvent pas être sélectionnées.
- La famille ne doit avoir participé qu'une seule fois à petits:pas.

Les familles ont été contactées par les équipes de petits:pas. Les entretiens ont duré 30 minutes et ont été menés par deux collaboratrices d'a:primo entre octobre et novembre 2024 au domicile des familles. Huit entretiens semi-directifs ont été réalisés : cinq entretiens se sont déroulés avec des familles vivant en Suisse alémanique et trois en Suisse romande. L'intervenante à domicile qui a accompagné la famille durant petits:pas était présente lors de trois entretiens. Les entretiens se sont déroulés en allemand ou en français, sans interprète.

Les questions directrices de l'entretien sont basées sur l'approche théorique de Chiasson et Deschênes (2007) concernant l'approche et les effets de l'empowerment. L'accent a été mis sur ce qui a permis aux familles de mobiliser leurs propres ressources, pendant leur participation à l'offre et après sa fin.

Souvent, lors des entretiens, les familles ont précisé les raisons qui les ont motivées à accepter l'entretien : premièrement, elles avaient confiance en les collaboratrices de petits:pas et étaient très satisfaites de l'offre ; ensuite, par leur participation à ces entretiens, elles souhaitaient aussi exprimer leur reconnaissance à l'équipe pour leur accompagnement.

Les familles interrogées

Au moment de leur participation à petits:pas, les parents se trouvaient dans une situation de vulnérabilité

sociale marquée. Les huit familles partagent une expérience de la migration, un revenu ne permettant pas de couvrir les besoins du foyer et une situation professionnelle précaire. Le niveau de connaissance de la langue locale variait : certains parents ont fait une grande partie de leur scolarité en Suisse, alors que d'autres avaient un niveau plutôt élémentaire de connaissance de la langue de leur lieu de vie. Finalement, la plupart des familles vivaient loin de leur famille élargie.

Sept mères et un père ont pris part aux entretiens. Parmi eux, deux parents ont participé à petits:pas à la fin des mesures liées au coronavirus. Leur participation à l'offre remonte à cinq ans pour les plus anciennes familles, et à un an, pour les plus récentes. Quant à leur âge, la moitié des mères étaient dans le début de la vingtaine quand elles ont démarré l'offre. La moitié des mères travaillaient pendant leur participation à petits:pas et la même proportion travaillent au moment de l'entretien. Elles ont des emplois dans la vente, dans la restauration ou comme intervenante à domicile de petits:pas. Le nombre d'enfants par famille varie entre quatre enfants (une famille) et un enfant (trois familles). La fourchette d'âge des enfants se situe entre trois et vingt et un ans.

L'analyse des données

L'évaluation des entretiens a été réalisée au moyen de l'analyse de contenu qualitative selon Meuser et Nagel (2005). Cette méthode est particulièrement adaptée à la structuration et à l'interprétation systématiques des contenus d'entretiens. L'objectif est de mettre en évidence les modèles récurrents, les thèmes centraux et les significations sous-jacentes. De cette manière, il est possible de mieux comprendre des phénomènes sociaux complexes et d'identifier les perspectives des personnes interrogées. La catégorisation des données s'appuie sur la théorie de l'empowerment de Chiasson et Deschênes (2007).

Tous les entretiens ont été enregistrés, puis transcrits en allemand et en français de manière lisible, pour faciliter leur traduction. L'analyse des résultats a été structurée en quatre unités thématiques : le comportement éducatif, la vie familiale, les relations sociales et l'intégration professionnelle. Dans la publication, les contenus ont été lissés sur le plan linguistique, pour faciliter la compréhension des citations.

● **L'empowerment en tant qu'approche**

Dans cette partie, l'accent sera mis sur l'empowerment en tant qu'approche dans l'accompagnement des familles. Dans un premier temps, les ressources que les parents ont eux-mêmes évoquées seront recensées. Ensuite, la construction du lien de confiance entre les parents et les collaboratrices de petits:pas sera détaillée. Finalement, le soutien apporté par l'équipe de petits:pas, tel qu'il a été vécu et raconté par les parents, sera analysé. La parole sera donc souvent donnée aux parents, pour mieux saisir les caractéristiques d'une approche qui leur permet d'entrer dans un processus d'empowerment.

Cette partie s'appuie en grande partie sur les travaux de Häggman-Laitila (2005). Cette recherche a le grand avantage de se dérouler dans le cadre d'un programme présentant plusieurs analogies avec l'offre petits:pas. Toutefois, dans le cadre de l'étude, les familles sont accompagnées par des spécialistes. Or dans le cadre de petits:pas, les parents sont principalement en contact avec les intervenantes à domicile, des semi-professionnelles, formées et encadrée par la coordinatrice.

Dans le cadre de cette recherche, Häggman-Laitila s'est intéressée à la relation tissée entre les familles et les professionnel·les qui les accompagnent, en mettant en évidence les prérequis pour que les parents tissent une relation de confiance avec les professionnel·les. Elle distingue également quatre formes de soutien : émotionnel, cognitif, pratique et communautaire. Complémentaires les uns aux autres, ils sont caractéristiques d'une approche orientée sur les ressources des familles et susceptibles d'initier ou d'accélérer un processus d'empowerment chez ces familles.

Les ressources des familles et leur valorisation

De manière générale, l'approche de l'empowerment se caractérise par une posture professionnelle qui valorise les ressources de la famille, s'appuie sur celles-ci pour accompagner les parents dans le renforcement de leurs compétences et encourage l'autodétermination.

Outre les contraintes auxquelles ils sont confrontés, les parents interrogés disposent de multiples ressources, notamment personnelles et sociales.

Les ressources personnelles

La première ressource présente chez toutes les familles interrogées est l'envie de changement dans leur situation familiale, avec le constat que cette dernière nécessite des améliorations.

Au niveau des ressources personnelles, la majorité des parents font état d'une image positive d'eux-mêmes. Ils se voient comme des personnes fortes, capables de relever des défis. La confiance en soi se traduit par des positions claires sur l'éducation, la responsabilité parentale ou la vie. De plus, ils parlent de leurs compétences en matière de résolution de problèmes, en ayant géré de manière autonome des défis avec leurs enfants ou trouvé des solutions de garde. La parentalité est également citée comme une ressource, qui change le regard sur les enfants et sur soi-même. Pour une mère, la foi est un soutien fort.

Une autre ressource personnelle est l'envie de s'intégrer professionnellement, un sujet important et un défi pour tous les parents. Une mère s'est fixée comme objectif de travailler comme intervenante à domicile et de parvenir à une bonne conciliation avec sa vie familiale. D'autres ont une idée claire de l'emploi de leurs rêves ou souhaitent atteindre un certain niveau en allemand ou en français, conscients de l'importance de maîtriser la langue de leur environnement pour réaliser leurs objectifs professionnels.

Au Sri Lanka, j'avais étudié et j'ai dit que je voulais aussi apprendre quelque chose ici, pas seulement rester assise. (Personne B)

Puis j'ai pris rendez-vous et j'y suis allée. Même si je ne savais pas du tout ce que je devais dire ou faire. Mais j'y suis quand même allé. Je voulais absolument faire quelque chose. Je voulais parler, parler, avoir des contacts avec les gens. Pas seulement rester chez moi et oublier tout ce que j'avais appris. (Personne D)

Les ressources sociales

Au niveau des ressources sociales, le conjoint est mentionné dans quelques entretiens dans son rôle de soutien à la mère. D'autres parents parlent de leurs amis, comme faisant partie de leur réseau d'entraide.

Tu rencontres une autre maman, au moins on va parler, discuter un peu, pour se donner des idées. Elle

aussi va me donner des idées, moi aussi je vais donner des idées : « On fait comme ça, on fait comme ça ». C'est comme ça la vie... Quand moi j'ai un problème, elle aussi elle a un problème. Je peux l'appeler, elle va venir pour m'aider. Et moi aussi, je peux aller pour aider. (Personne F)

Finalement, les parents sont fiers des ressources de leurs enfants. Les parents relèvent leur curiosité, leur désir d'apprendre de nouvelles choses et leur forte motivation intrinsèque. La fratrie est également identifiée comme une ressource par certains parents : d'une part, elle permet aux enfants d'apprendre les uns des autres ; d'autre part, les aînés peuvent aider les plus jeunes et soulager les parents dans certaines tâches familiales.

Dans l'ensemble, les parents identifient de nombreuses ressources qui leur permettent de surmonter les difficultés qu'ils rencontrent et d'améliorer la qualité de vie de leur famille.

Dans la partie suivante, l'accompagnement dont ont bénéficié les familles au cours des 18 mois de petits:pas sera examiné sous l'angle de l'empowerment.

La construction du lien de confiance : la base de l'accompagnement

Dans une approche d'empowerment, la relation de confiance entre les familles et les personnes les accompagnant est une dimension essentielle, nécessitant quelques prérequis pour que cette relation puisse s'établir. Häggmann-Laitila (2005) identifie plusieurs prérequis, touchant aussi bien à l'organisation de l'accompagnement de la famille, à son orientation qu'à la qualité de l'interaction entre les professionnel·les et les familles. Seuls les prérequis mentionnés par les parents seront développés dans cette partie.

Cette relation de confiance est indispensable pour que les parents acceptent le soutien proposé et soient à l'initiative de changements dans leur vie familiale.

Le domicile, un environnement sécurisant

Le fait que l'accompagnement se passe à domicile est un des prérequis pour favoriser l'empowerment des parents. En effet, ceux-ci apprécient que les intervenantes à domicile viennent chez eux et ils l'interprètent comme un signe d'engagement envers

leur famille. En plus de leur épargner les contraintes d'organisation pour se rendre dans les bureaux des professionnel·les, cet accompagnement à domicile rend plus évidentes les problématiques que les parents vivent, ce qui leur évite de devoir les expliquer longuement. Enfin, ils se sentent dans un environnement plus sécurisant.

Une approche préventive et globale de la famille

Un autre prérequis, touchant toujours à l'organisation de l'accompagnement, est celui d'une approche préventive et holistique, répondant aux besoins au fur et à mesure qu'ils émergent et prenant en compte l'entier de la situation familiale. Or, l'approche globale de l'accompagnement des familles ressort clairement des différents entretiens menés dans le cadre de cette publication. En effet, les mères et le père relatent tous avoir reçu du soutien dans plusieurs domaines de leur vie de parents et de famille, en fonction des besoins qu'ils ont exprimés. Il s'agit de conseils éducatifs, de l'organisation de leur journée, des routines quotidiennes familiales ainsi que des activités adaptées à l'âge de leur enfant. Ils mentionnent aussi des démarches variées en lien avec l'intégration professionnelle, les cours de langue, le soutien pour trouver une place pour leur enfant dans une structure d'accueil de jour, les prises de contact avec les services sociaux ou d'autres services spécialisés. Une mère évoque même le soutien qu'elle a reçu dans le cadre d'une procédure judiciaire.

La qualité de l'interaction

La qualité de l'interaction est le prérequis que les parents ont le plus souvent mentionné. Une relation de confiance peut s'instaurer dans le cadre d'interactions marquées par une coopération d'égal à égal et de respect entre la famille et les professionnel·les. Cinq marqueurs principaux de la qualité de la relation ressortent des entretiens : les impressions positives répétées, la qualité de l'écoute, des activités partagées, la générosité et l'attitude positive.

Les impressions positives répétées. Au début de petits:pas, les parents n'accordent pas une confiance automatique aux collaboratrices de l'offre. C'est au fil des semaines, visite après visite, que la confiance s'installe. Les parents observent l'intervenante à domicile et se fient aux impressions positives répétées qu'elle leur donne, avant de s'ouvrir sur leurs difficultés. Le récit d'une mère montre que c'est l'intérêt sincère de l'intervenante à domicile pour chaque membre de la famille et l'importance que celle-ci a accordé à ce qu'elle lui confiait qui ont fait la différence.



« Je voulais parler, parler, avoir des contacts avec les gens. Pas seulement rester chez moi et oublier tout ce que j'avais appris. »



Mais [l'intervenante à domicile] était toujours : « Salut, comment ça va ? [...] Et ta fille dort, comme ci, comme ça ? » Au début : « Oui, bien, bien ». Puis j'ai remarqué : tu peux voir quand une personne n'est pas bien. [...] Alors j'ai confiance. Et oui, alors j'ai dit : « Non, elle ne dort pas comme ci, comme ça... » Oui, j'étais plus ouverte et plus libre de parler et de m'ouvrir sur un sujet. Je me sentais libre... Oui, elle a pris ça au sérieux ! Elle a essayé de m'aider. « Essaie comme ça. Avant qu'elle ne s'endorme, un thé. Lire un livre. » Elle a essayé de m'aider, même si je ne l'ai peut-être pas fait de cette façon. Mais elle a essayé. Elle l'a pris très au sérieux. (Personne D)

L'écoute offerte. La qualité de l'interaction se manifeste aussi dans l'écoute offerte. Le fait que les préoccupations des parents ne soient pas sous-estimées, que leur parole ne soit pas mise en doute leur permet de s'ouvrir sur des difficultés qu'ils n'ont pas osé aborder avec d'autres professionnel·les. Certains parents racontent qu'au début, ils n'avaient pas bien compris ce que l'offre signifiait pour eux et s'inquiétaient des coûts éventuels. Grâce aux réponses des collaboratrices de petits:pas, les parents ont pu prendre la décision de participer à l'offre, en comprenant véritablement ce qu'elle impliquait.

Au début, je ne comprenais pas du tout ce qu'est le programme. [L'intervenante à domicile] m'a expliqué et la coordinatrice est aussi venue me voir une fois et m'a dit : « C'est un programme, nous soutenons les enfants. Comment on se comporte avec les enfants. » Et puis j'ai compris. Ensuite, j'ai trouvé plus de confiance. Petit à petit, je savais : « Ah, c'est comme ça. » (Personne A)

Presque tous les parents interrogés mentionnent le fait d'avoir le temps et l'espace nécessaires pour parler. L'écoute active est souvent mentionnée, car elle crée une atmosphère qui favorise la prise de parole et les questions authentiques. Un père parle du calme et de la compréhension dont a fait preuve la coordinatrice.

Elle nous a toujours laissé le temps de parler. [La coordinatrice] nous laisse toujours le temps de dire quelque chose et de parler. C'est très important. Elle est toujours restée calme. C'est une grande preuve de compréhension. (Personne C)

À plusieurs reprises, les parents ont relevé que parler dans un contexte où d'autres personnes ne maîtrisent pas non plus parfaitement la langue locale est plus facile.

Et là, j'ai commencé à parler, à donner mon avis. Peut-être pas correctement, mais l'intervenante à domicile, la coordinatrice et les autres m'ont tout de suite comprise. (Personne D)

Les activités partagées. Un autre aspect facilitant la relation de confiance et de coopération consiste à faire quelque chose ensemble, de partager une activité, sans devoir nécessairement parler. Une maman explique qu'elle a commencé par observer l'interaction entre l'intervenante à domicile et sa fille. Dans ce sens, les activités de jeux et d'éveil réalisées lors des visites à domicile permettent aux parents de commencer par observer et jouer, avant de discuter et d'entrer dans l'échange. Ces moments passés ensemble, autour d'une activité, leur donnent l'occasion de tisser gentiment une relation plus personnelle avec l'intervenante à domicile, avant de se confier sur leurs préoccupations.

Au début, parce que je n'avais pas encore confiance en moi, je n'étais pas encore très ouverte. Mais [l'intervenante à domicile] s'est vraiment bien débrouillée avec ma fille. Elle m'a expliqué ce que je devais faire. Et elle disait toujours : « Tu fais tout, je ne sais pas quoi te montrer d'autre ». Mais quand même : ce jeu est bien ou quelque chose comme ça. Mais elle avait du respect pour moi, et moi pour elle. Mais pas comme avec une amie. Nous n'avons pas tout de suite beaucoup parlé ensemble. (Personne B)

La générosité. Les parents parlent aussi de petits gestes de générosité, comme les appelle Häggmann-Laitila (2005). Ils mentionnent la générosité avec laquelle l'intervenante à domicile consacre du temps et la disponibilité dont elle fait preuve pour discuter et répondre à leurs questions. Les parents y voient un intérêt sincère pour leur famille et leurs défis.

Mais [l'intervenante à domicile] ne regardait pas sa montre. Quand ma fille jouait bien, elle restait plus longtemps. Ou quand il y avait des questions, elle restait plus longtemps. Pour moi, c'était comme si je pouvais tout lui demander. Je peux tout lui dire. J'ai aussi du respect pour elle. Mais elle a une grande fille. Elle me donne de bonnes idées. J'ai osé poser des questions franches. (Personne B)

Toujours concernant la disponibilité, une autre mère raconte avoir reçu de précieux conseils pour sa formation continue. Elle s'est sentie soutenue, même si elle n'a pas sollicité l'aide que l'intervenante à domicile lui proposait.



« Elle nous a toujours laissé le temps de parler. C'est très important. C'est une grande preuve de compréhension. »

Cela ne faisait pas partie de petits:pas, mais elle voulait quand même m'aider en me donnant des idées. C'était aussi important. J'avais toujours quelqu'un à qui parler, qui avait des idées. Elle me disait : « Écris si tu veux, je t'aiderai ! Si tu as des questions, pose-les ! Tu peux toujours m'écrire ! » Même si je n'ai peut-être jamais écrit de questions pour les examens, j'étais positive. Et j'avais quelqu'un à qui poser des questions. C'était tellement positif pour une personne. Et oui, j'étais vraiment très heureuse et satisfaite. (Personne D)

L'attitude positive. L'attitude positive de l'équipe de petits:pas participe à la qualité de l'interaction. Une mère relate par exemple qu'une intervenante à domicile s'est inspirée d'un bricolage qu'elle avait réalisé.

Et elle me disait : « Wow, c'est génial ! Comment as-tu fait ça ? J'aimerais faire ça lors de la rencontre de groupe. » Elle travaille aussi dans une garderie. Elle m'a demandé si elle pouvait prendre une photo et je lui ai expliqué comment j'avais fait. Elle me pose toujours des questions. (Personne B)

Une mère souligne la différence entre l'attitude de l'intervenante à domicile et un accompagnement axé sur les déficits et les manques.

[Les collaboratrices de petits:pas] sont si positives. Si motivées. Elles te transmettent une énergie positive. Et pas seulement : « Elle ne sait pas faire » ou quelque chose comme ça. [Elles disent :] « Mais si, tu peux le faire ! Demande ! Si tu veux quelque chose, viens et demande ! » (Personne D)

Les propos des parents concordent avec les recherches d'Häggman-Laitila (2005). Ils permettent de mettre en évidence les facteurs principaux qui ont favorisé l'établissement d'une relation de confiance et de coopération. Ils relèvent l'accompagnement au plus près de leur quotidien et un soutien dans toutes les dimensions de leur vie familiale. La qualité de la relation, offrant de la disponibilité, privilégiant l'écoute, les petits gestes de générosité, une attitude positive et des activités partagées ressortent aussi souvent dans leurs propos. Il s'agit aussi de donner du temps aux familles pour construire cette relation, qui se tisse grâce aux expériences positives répétées.

Quatre formes de soutien complémentaires

Häggman-Laitila (2005) identifie 4 formes de soutien favorisant la coopération et l'empowerment : les sou-

tiens émotionnel, cognitif, pratique et communautaire. Les parents interrogés ont spontanément évoqué ces différents types de soutien, même si aucune question de l'entretien ne les pointait spécifiquement.

Soutien émotionnel

Une perspective neutre. Le soutien émotionnel se caractérise par une perspective neutre. Cette perspective neutre se distingue de la perspective de membres de la famille élargie ou d'amis proches, qui ont un regard teinté de partialité à cause des relations privilégiées avec l'un des parents. Dans ce sens, il peut être plus facile pour les parents d'accepter les conseils de quelqu'un qui pose un regard neuf sur les membres et les fonctionnements de la famille. Par exemple, une mère très anxieuse a eu besoin d'être rassurée sur le fait que son enfant ne présentait aucun trouble du développement. La perspective neutre des collaboratrices de petits:pas ont permis à cette mère de les interroger autant de fois que nécessaire sur ce sujet délicat.

Les encouragements multiples. L'encouragement est un deuxième aspect important du soutien émotionnel. En partageant certains moments de leur quotidien, les intervenantes à domicile encouragent les familles pour des gestes de la vie de tous les jours, notamment pour un moment d'attention à leur enfant, une réaction positive à son comportement, un changement dans leur organisation familiale, l'instauration de nouveaux rituels familiaux, etc.

Les parents décrivent de nombreuses situations dans lesquelles ils ont été félicités, que ce soient pour leurs connaissances linguistiques, pour leurs compétences éducatives ou pour les objectifs qu'ils se sont fixés. Les encouragements sont perçus comme très motivants, surtout quand les parents doutent d'eux-mêmes ou de leurs choix. Ils invitent les parents à s'ouvrir et renforcent leur confiance dans leurs actions. Une mère raconte, par exemple, avoir été encouragée à atteindre les objectifs d'apprentissage de la langue qu'elle s'était fixés.

[L'intervenante à domicile] m'a aussi beaucoup aidé avec le travail. Positive, [elle m'a dit :] « Oui, tu peux ! Bien sûr que tu peux le faire ! » Puis j'ai dit : « Non, je veux le faire, mais je dois encore apprendre un peu l'allemand. » [Elle m'a dit :] « Oui, bien sûr que tu peux le faire ! » Ou quand j'ai passé l'examen B1 du TELC : « Je ne sais pas, peut-être que je ne le ferai pas bien. » [Elle m'a dit :] « Non, bien sûr que tu peux le faire ! Écris si tu veux, je t'aiderai ! Si tu as des questions, demande ! Tu peux toujours m'écrire ! » (Personne D)

Une lueur d'espoir. Les parents relèvent aussi que ce soutien leur a permis de retrouver ou de garder espoir. Une mère l'évoque quand elle raconte le soutien qu'elle a reçu pour son intégration professionnelle et que toute l'équipe de petits:pas lui a rendu visite sur son lieu de travail.

[L'intervenante à domicile] m'a soutenue dans beaucoup de choses. Quand je lui ai parlé du restaurant, elle m'a fait une surprise. Avec l'équipe, elles sont venues manger [au restaurant]. C'était une émotion pour moi. J'ai aussi parlé avec mon chef qui a dit : « Ah, tu es quelqu'un que beaucoup de gens connaissent ! » C'est quelque chose, ça m'a soutenu beaucoup. (Personne F)

Pour résumer, le soutien émotionnel reçu par les parents a pris la forme de nombreux encouragements et des paroles rassurantes. Les parents ont apprécié que les intervenantes à domicile se soient montrées présentes pour leur famille, aient manifesté de l'intérêt pour leur situation et se soient impliquées à leur côté. Ce soutien contribue à motiver les parents dans la poursuite de leurs objectifs.

Soutien cognitif

Le soutien cognitif permet à la famille de trouver ses propres solutions et de s'ouvrir à de nouvelles perspectives. Ce type de soutien comprend des encouragements basés sur une observation réaliste de la vie quotidienne de la famille, ainsi que des feedbacks. Le fait d'être entendus aide les membres de la famille à organiser leurs pensées et leur vie de tous les jours. Finalement, la présence d'un-e professionnel-le, qui travaille pour le bien de la famille et leur témoigne du respect, les rassure dans leurs propres choix.

Le libre-choix. Le respect des décisions des parents est mentionné à plusieurs reprises lors des entretiens. En effet, les pères et les mères choisissent parmi les propositions faites et prennent leurs propres décisions. Ils se sentent libres d'apporter leurs suggestions et de rejeter certaines propositions, car l'équipe de petits:pas respecte ce choix.

Une mère explique qu'elle a préféré chercher du travail plutôt que de faire appel aux services sociaux, comme le lui suggérait l'intervenante à domicile.

Elle a dit qu'elle voulait appeler l'assistante sociale. Mais j'ai dit non, je vais me débrouiller, je vais chercher du travail, je vais faire garder ma fille par quelqu'un et je vais travailler. (Personne F)

En tenant compte de sa situation familiale et de ses ressources, cette mère a trouvé une solution qui lui permettait de concilier son rôle de mère avec son besoin de travailler.

Par exemple, il y a beaucoup de mamans dans mon village qui travaillent. Mais elles ne trouvent pas les gens pour garder les enfants. Moi je choisis le soir. Pour le restaurant, je travaillais le soir. Pour ma fille, je la gardais à midi, je l'amène à l'école et je vais la rechercher à 15h15. Le grand est à la maison pour la garder et je vais travailler. C'est ça, mon idée. (Personne F)

L'accès à l'information. Dans tous les entretiens, les parents expriment leur besoin d'informations et d'explications. Ils ont particulièrement apprécié le fait que les informations reçues soient très spécifiques à leur contexte personnel, données avec une attitude encourageante et répétées aussi souvent qu'ils le demandaient. Ils ont ainsi bien pu comprendre les enjeux sur lesquels ils devaient prendre des décisions.

Une mère raconte comment son attitude vis-à-vis de l'apprentissage de son enfant a changé avec le temps. Elle a compris que son enfant apprenait dès son plus jeune âge et pas seulement à l'école. Elle a aussi mieux compris comment elle pouvait y contribuer.

Puis elle m'a beaucoup apporté pour les activités, et cetera... parce que comme je me disais toujours : « Ça il fera à l'école, ça il fera à l'école. » Donc non en fait, non c'est maintenant ! Vraiment, ça m'a apporté des idées, comme faire des petits bricolages, même de la peinture. Qu'il s'amuse quoi ! Avant j'avais peur qu'il salisse. Mais il découvre en fait ! (Personne G)

En somme, les informations et les explications que les parents ont reçues autant de fois que nécessaire leur ouvrent de nouvelles perspectives et leur permettent de choisir l'option qui leur correspond le mieux. Le respect des collaboratrices de petits:pas concernant les décisions prises par les parents contribue à leur sentiment d'efficacité personnelle.

Soutien pratique

Le soutien pratique est apprécié par les familles, et particulièrement quand il prend la forme de conseils répondant à leurs questions, d'aide pour prendre contact avec d'autres professionnel-les susceptibles de les soutenir ou d'initiatives pour les soulager.



*« Qu'il s'amuse quoi !
Avant j'avais peur qu'il
salisse. Mais il découvre en
fait ! »*

Des conseils adaptés. Les parents interrogés mentionnent avoir reçu des conseils sur les sujets qui les préoccupaient. Par exemple, l'équipe a cherché et proposé des solutions concrètes pour qu'une mère puisse continuer petits:pas malgré sa charge de travail. L'écoute et la disponibilité de la coordinatrice ont permis de trouver une solution qui a convenu à la famille. À la demande d'une autre famille, les contenus de petits:pas ont été discutés plus en détail afin de surmonter les obstacles linguistiques.

Un appui pour certaines démarches. Une mère avait fait une demande pour une place en structure d'accueil de jour et attendait depuis de longs mois une réponse positive. La coordinatrice a soutenu la demande de la mère, ce qui a débouché sur l'obtention d'une place.

Plusieurs parents rapportent avoir été aidés pour la prise de contact avec d'autres professionnel·les.

Une fois, [l'intervenante à domicile] vient ici et j'ai un petit souci, pour les finances, pour le loyer. Elle m'explique : « Je vais aller ici. » Elle a appelé quelqu'un pour m'aider. (Personne F)

Des actions concrètes. Ce soutien pratique se traduit aussi par des gestes concrets, menés avec le parent. Une mère évoque l'exemple que lui a donné l'intervenante à domicile pour l'éducation de ses enfants, en parlant des exercices qu'elles ont faits ensemble.

[petits:pas a aidé mon fils à] mieux parler, et m'éduquer moi-même ! Comme c'est mon premier enfant. Comment lui parler, comment lui... - Comment dire ? - Des travaux manuels, comment être quand on est dans la rue. On a fait pas mal d'exercices avec [l'intervenante à domicile]. (Personne H)

Le fait que les intervenantes à domicile aient des enfants ajoute de la crédibilité à leurs conseils. Une mère raconte comment elle gérait ces recommandations.

Avec [l'intervenante à domicile], on discutait. Elle a une famille. Moi aussi, j'ai une famille. Elle me donnait des conseils. Après je résumais : « comment je vais faire avec mes enfants ? », je résumais tout ça, je marchais un peu avec le conseil que [l'intervenante à domicile] me donne. (Personne F)

Une mère apprécie le fait d'avoir trouvé un espace-rencontre dans sa commune où elle peut régulièrement obtenir des conseils lorsqu'elle en a besoin.

[Les collaboratrices de petits:pas] m'ont aidée à résoudre tous les problèmes avec ma fille. Et par exemple, à la fin de petits:pas, ma fille avait presque 3 ans, 2 ans et demi. Et maintenant, elle a presque 4 ans et je cherche quelque chose de nouveau à faire pour ma fille. Et elles me donnent toujours des conseils, toujours. (Personne E)

Il ressort aussi des entretiens que les professionnel·les ont rappelé plusieurs fois les possibilités de soutien, pour que les parents les considèrent et les acceptent. Par exemple, une maman raconte que la pédiatre a abordé la question de petits:pas lors de plusieurs consultations, jusqu'à ce qu'elle accepte d'être contactée par la coordinatrice.

En résumé, les parents rapportent avoir reçu différentes formes de soutien pratique. Les conseils, les prises de contact avec des spécialistes ou l'organisation d'aide concrète allègent leur charge mentale. Le fait de se sentir aidés dans des démarches concrètes soulage les parents dans leur organisation quotidienne. Cela contribue également à rompre un éventuel sentiment d'impuissance et de solitude. Finalement, cette forme de soutien les incite à agir et à entreprendre eux-mêmes certaines démarches.

Soutien communautaire et de réseau

Le quatrième type de soutien, le soutien communautaire et de réseau, contribue à sortir les familles de leur solitude et à établir de nouveaux contacts. Grâce à l'accompagnement de proximité, les familles ont le temps et l'opportunité de connaître les professionnel·les en tant que personnes. Le partage de certains aspects de leur parcours avec les familles et la mise en avant d'expériences similaires à celles que les familles traversent favorisent la confiance.

Apprentissage de la parentalité par les pairs. Dans tous les entretiens, les parents mentionnent que l'éducation des enfants s'apprend de manière informelle, dans le cadre de la famille élargie ou avec des personnes de confiance. Ils parlent de l'absence de la communauté familiale, qui génère une grande incertitude dans la manière d'élever un enfant. Cette incertitude s'accroît lorsque l'éducation reçue par les parents diffère de celle de leur contexte de vie actuel. Face à ce manque, ils évoquent le rôle bienvenu des intervenantes à domicile.

La régularité et la fréquence des visites contribuent à ce que les parents perçoivent les intervenantes à domicile comme proches et solidaires. L'échange entre l'intervenante à domicile et le parent ressem-

ble à une relation entre une mère expérimentée et un nouveau parent. Celui-ci profite des compétences parentales de l'intervenante à domicile pour enrichir les siennes. Cet échange contribue à réduire la crainte des parents de commettre des erreurs dans l'éducation de leurs enfants et à les rassurer. En outre, les parents expliquent accorder de la crédibilité à l'intervenante à domicile sur la base de son expérience en tant que mère.

Avant j'avais toujours peur : « Oh non ! [Mon enfant] ne peut pas faire ça, il ne doit pas faire ça. » J'avais toujours des soucis en tête. Mais avec petits:pas, je suis sûre que je peux être une bonne mère. (Personne E)

La plupart des parents souhaitent être de « bons parents ». En observant l'exemple de l'intervenante à domicile, ils développent une meilleure compréhension de la manière dont ils peuvent s'occuper de leurs enfants.

Mais niveau communication, je ne parlais pas trop avec les enfants. Quand je lui changeais les couches, je ne lui parlais pas. Il y a des mamans qui lui parlent, qui racontent des histoires, qui disent : « Ça, c'est une couche. Je la ferme maintenant. » Des trucs comme ça... Moi, je ne savais pas [...] Et c'est ça qu'elle m'a transmis. [...] Parce qu'il y a certains parents qui ne savent pas. Et si c'est le premier enfant, que vous n'avez pas quelqu'un comme une grand-maman ou une tante ou une grande sœur qui a eu avant vous un enfant, qui t'explique les choses. (Personne H)

Partage d'expériences entre parents. Un autre aspect du soutien communautaire réside dans les contacts avec d'autres familles. Dans petits:pas, les rencontres de groupe permettent aux parents de se rencontrer et aux enfants de jouer avec d'autres enfants du même âge. Plusieurs parents parlent des

bienfaits de ces contacts. Observer leurs enfants jouer avec d'autres enfants et observer comment d'autres parents s'occupent de leurs enfants leur donne l'occasion de réfléchir à leur propre façon de faire et de s'inspirer des autres. En outre, les idées émergent aussi au travers d'échanges et de discussions entre les parents.

J'ai besoin de sortir, de voir les autres, pour voir ce qu'elles sont en train de faire. J'ai besoin de regarder pour apprendre. (Personne F)

Une autre mère évoque la planification participative des rencontres de groupe : les parents pouvaient suggérer des thématiques et des activités à l'équipe. Des aspects tels que l'équité, le fait que toutes les propositions aient la même valeur ou que le choix des thèmes ait été transparent ont motivé cette mère à participer à ces rencontres.

Concernant cette dernière forme de soutien, c'est finalement dans la relation avec d'autres adultes qui partagent ce point commun de la parentalité, que les parents trouvent du soutien et des sources d'inspiration pour leur rôle parental. Ils évoquent la relation particulière qu'ils ont tissée avec l'intervenante à domicile et la crédibilité qu'ils lui ont accordée.

Pour conclure cette partie, les parents expriment avoir pu développer une relation de confiance avec l'intervenante à domicile. Ils mentionnent des formes variées de soutien dont ils ont pu bénéficier tout au long des 18 mois de l'offre. Les encouragements, l'écoute active, la possibilité de s'exprimer, les conseils concrets et les informations utiles sont autant d'éléments typiques d'une approche d'empowerment vécue et perçue comme telle par les parents.



• **Empowerment : au coeur des changements**

Après avoir mis l'accent sur l'approche de l'empowerment dans le chapitre précédent, ce chapitre se tourne sur les effets de l'empowerment. L'idée est de montrer quels changements les parents ont pu instaurer grâce à un accompagnement favorisant l'autodétermination et axé sur les ressources des familles.

Les changements et les initiatives des parents seront examinés sous l'angle des effets de l'empowerment. Chiasson et Deschênes (2007) identifient différents impacts d'une pratique basée sur l'empowerment. Premièrement, les parents ont un sentiment de contrôle plus grand sur leur propre vie. Avec un accès et une meilleure maîtrise de l'information, ils transforment leurs choix en décisions et passent plus facilement à l'action. L'empowerment contribue aussi à améliorer l'estime de soi, ce qui permet aux parents de développer une meilleure acceptation d'eux-mêmes et de renforcer leur réflexivité. De plus, grâce à leurs nouvelles connaissances et à des compétences renforcées, ils sont davantage capables de s'affirmer et leurs habiletés de communication se développent. Finalement, leur santé s'améliore, avec une diminution du stress et de l'anxiété.

Les effets de l'empowerment mentionnés par les parents sont regroupés sous quatre aspects de la vie de famille. Pour les trois premiers, à savoir le comportement éducatif des parents, la vie quotidienne de la famille et leur réseau social, les répercussions pour les parents et pour les enfants seront analysées. Pour le dernier, l'intégration professionnelle, seuls les changements chez les parents seront abordés. Globalement, il s'agit de mettre en évidence comment un accompagnement des familles ancré dans l'empowerment permet aux parents de renforcer leur autodétermination et d'améliorer durablement la qualité de vie de leur famille.

Changements dans le comportement éducatif

Un grand nombre de changements évoqués par les parents concerne leur rôle parental et leur comportement éducatif. Les parents disent avoir renforcé leurs compétences éducatives et acquis une plus grande assurance dans leur rôle de mère ou de père. Grâce à leurs nouvelles connaissances et à leur montée en compétences, ils posent aussi un regard nouveau

sur leurs enfants, choisissent de nouvelles méthodes éducatives et persévèrent dans les changements qu'ils opèrent.

Assurance dans son rôle parental. Plusieurs parents parlent de la peur qu'ils avaient de ne pas être de bons parents, de ne pas savoir comment éduquer leurs enfants. Ils expliquent que cette crainte s'est atténuée, voire qu'elle a même disparu et attribuent l'origine de ce changement à leur participation à petits pas. Ils ne craignent plus de ne pas réussir à éduquer leurs enfants et se sentent beaucoup plus sûrs dans leur rôle et leur responsabilité de parents.

J'ai confiance en moi à 100% ! C'est-à-dire, en tout, vraiment en tout, en ma manière d'éduquer mon enfant. Avant non, j'avais peur. (Personne G)

Acquisition de nouvelles connaissances sur l'éducation des enfants. Une mère évoque les différences culturelles dans les principes éducatifs et l'insécurité que cela provoquait chez elle. Une meilleure compréhension de la manière d'éduquer les enfants en Suisse lui a donné de l'assurance et a renforcé sa confiance en elle.

Avant, je n'avais pas d'enfants, je suis seule ici, ma mère n'est pas là. Mon mari travaille. J'ai lu dans un livre. Mais il est en thaï. Et c'est différent de la Suisse. Ici, les enfants doivent être indépendants. Ils peuvent faire ce qu'ils veulent, mais dans certaines limites. Nous devons surveiller. Mais en Thaïlande, nous avons toujours des limites, tu dois faire ci, tu dois faire ça, c'est toujours maman qui décide. L'enfant n'a pas le droit de jouer librement comme ici. Je ne savais pas qu'il y avait une telle différence. C'est pourquoi j'ai toujours peur, que puis-je faire ? Je suis née et j'ai grandi en Thaïlande. Quand je suis arrivée ici, c'était brutal. Je suis mère sans ma mère, j'ai dû tout réapprendre. Ça m'a fait peur. Mais maintenant, je n'ai plus peur. (Personne E)

Les parents racontent également avoir élargi la compréhension de leur rôle en tant que parent. Ils ont développé une idée plus claire de comment ils peuvent soutenir le développement de leur enfant en fonction de son âge et de son niveau d'autonomie. Un père relate avoir eu besoin d'entendre plusieurs fois les collaboratrices de petits pas lui expliquer l'importance de son rôle, pour qu'il puisse intégrer ce changement dans la durée.



*« Je suis mère sans ma mère,
j'ai dû tout réapprendre.
Ça m'a fait peur. Mais
maintenant, je n'ai plus
peur. »*

Quand mon fils est né, je n'ai pas pris assez de temps pour mes enfants. Après avoir suivi petits:pas, j'ai compris : nous donnons des vêtements, nous donnons à manger, nous donnons d'autres choses. C'est bien, mais ce n'est pas suffisant. Je veux faire quelque chose, jouer avec mon enfant. [Les collaboratrices de petits:pas] ont toujours parlé de ces choses, alors nous avons gardé ça en tête. (Personne C)

Prise de conscience de certains risques. De plus, l'acquisition de nouvelles connaissances en matière d'éducation permet de reconnaître les risques de certains comportements pour le bien-être de l'enfant. Une mère explique qu'elle a renoncé à la violence éducative et qu'elle a développé d'autres outils.

Avant, moi je tapais les enfants ou je donnais des punitions comme il faut. Maintenant, je ne tape pas, je peux donner une punition, parler, discuter. (Personne F)

Cette mère a changé radicalement ses méthodes éducatives. Elle a pu choisir des méthodes plus adaptées grâce à l'apprentissage par l'exemple, à l'accompagnement de proximité, aux conseils adaptés à sa situation et à la crédibilité qu'elle accordait à l'intervenante à domicile.

Motivation à persévérer. L'enjeu consiste aussi à inscrire les changements éducatifs dans la durée. Les parents en sont bien conscients et trouvent différentes sources de motivation pour persévérer et inscrire ces changements sur un long terme. Certains évoquent l'envie de bien préparer leurs enfants à l'école, d'autres souhaitent les équiper au mieux contre le harcèlement. Des parents parlent de leur envie de transmettre à leurs enfants les valeurs qu'ils jugent importantes. Enfin, des parents sont portés par un changement positif qu'ils ont observé chez leur enfant.

C'était pour le mettre en confiance aussi, de pouvoir se rendre à l'école, de pouvoir savoir : ça, c'est un ciseau ; ça, c'est une feuille. Donc c'était vraiment pour ne pas le mettre en difficulté. Parce que vous savez, aujourd'hui il y a des enfants qui se moquent. Ça n'est pas forcément génial pour lui. Donc vraiment, je ne voulais pas qu'il ait cette difficulté-là avec d'autres enfants. (Personne G)

Maintenir les changements que les parents ont introduits dans la vie quotidienne de la famille leur demande beaucoup d'efforts. Toutefois, quand les parents voient les progrès, les compétences et le

potentiel de leurs enfants, ils trouvent la motivation nécessaire pour persévérer.

Remise en question et prise de recul sur son comportement éducatif. L'acquisition de connaissances et la confiance en soi s'accompagnent de réflexivité. Cette capacité à réfléchir sur eux-mêmes pousse les parents à modifier durablement leurs comportements. Les parents constatent les progrès de leurs enfants et réfléchissent à leur contribution à ces progrès. Une mère fait preuve d'autocritique en expliquant comment son comportement a entravé le développement de son enfant et comment certains changements dans son attitude l'ont aidé à parler.

Au fur et à mesure avec petits:pas, il y a des mots qui ont commencé à se développer. Donc c'était vraiment sa manière de parler qui m'a vraiment fait plaisir. Chaque jour, à chaque fois que [l'intervenante à domicile] venait, ou même quand on allait à des rencontres avec des parents, à ce moment-là il y avait des enfants, etc. Donc moi, c'est plus le parler qui m'inquiétait un petit peu. Donc vraiment ça l'a aidé à... Il y a plus de mots qui sont arrivés par la suite. Et puis moi aussi, en me canalisant, en parlant plus doucement avec lui, c'est vrai que les mots sortaient plus vite, on va dire. Parce que parfois je criais souvent. Même si je ne devais pas crier, je criais. Donc c'est aussi peut-être pour ça qu'il avait du mal à parler. (Personne G)

Une mère donne l'exemple d'une situation où l'enfant revient sur un comportement qui l'a heurté. En s'excusant, elle montre qu'elle remet en question ses actes et ses paroles de manière autocritique, qu'elle reconnaît le besoin de l'enfant d'obtenir une explication et qu'elle lui donne un retour positif.

Même parfois, ça parle de moi (elle rit). Après je sais ce qu'ils pensent et je peux me corriger. [...] Une fois j'ai crié, j'ai dit un mot qui n'est pas bien. Après quand on est allé au lit, il m'a dit : « Pourquoi tu m'as dit ça ? » Après j'ai dit : « Je m'excuse. J'étais en colère. Mais tu n'es pas comme ça. » (Personne H)

Tout au long de l'accompagnement, le comportement éducatif des parents a beaucoup évolué : leurs peurs et leurs doutes ont diminué ; ils ont gagné en assurance dans leur rôle parental et ils ont acquis de nouvelles connaissances tant sur l'éducation que sur les besoins de leurs enfants. Tout ceci leur permet de modifier durablement leur comportement éducatif et l'environnement de vie de leurs enfants. Les parents remettent en question leur manière d'éduquer leurs enfants et gagnent en confiance. Si pour beaucoup

de parents interrogés être parent s'apprenait dans le cadre de la famille élargie, ils ont su s'inspirer de l'exemple de l'intervenante à domicile pour mieux endosser ce rôle complexe.

Changements dans la vie de famille

La vie de famille est un autre domaine que les parents citent souvent quand ils parlent des changements qu'ils ont initiés grâce à petits:pas. En acquérant de nouvelles connaissances et en changeant d'attitude et de méthodes éducatives, les parents adoptent de nouvelles habitudes familiales et adaptent leur quotidien aux besoins de leurs enfants. Ils mobilisent leurs ressources et trouvent des solutions qui leur correspondent pour enrichir l'interaction avec leurs enfants et pour faire de leur maison un lieu d'apprentissage et de découverte stimulant.

Une meilleure compréhension du développement de l'enfant et de ses besoins. Une meilleure compréhension du développement de l'enfant permet aux parents de mieux répondre à ses besoins et de lui offrir un cadre de vie qui réponde à ses envies de découverte, d'exploration et d'apprentissage.

Avant, je disais : « Mais il apprend ça à l'école ! » Pourtant, c'est justement maintenant, à la maison, qu'on apprend. (Personne G)

Pour les jeunes enfants, l'accès au matériel de jeu est déterminant pour qu'ils puissent s'en servir de leur propre initiative. Souvent, lorsque les parents comprennent cela, ils réaménagent certains espaces de leur domicile, ce qui en fait un lieu d'apprentissage et d'expérimentation stimulant pour les enfants.

Avec les livres, [l'intervenante à domicile] m'a beaucoup aidé. Avant, je pensais que les livres pour enfants devaient être sur l'étagère. Mais maintenant, je comprends que c'est aussi comme un jouet de la caisse de jeux. (Personne A)

De plus, le fait de comprendre que leur enfant a besoin de bouger et de découvrir leur environnement a conduit plusieurs parents à sortir plus régulièrement et à faire plus d'activités en famille.

On sort plus, c'est vrai ! Parce qu'avec la dépression on ne sortait pas vraiment. Je ne voyais pas l'utilité. Mais c'est vrai, j'ai compris que ce n'est pas moi qui ai besoin, mais c'est mon fils. Et ça m'a vraiment fait un déclic, c'est lui qui en a besoin, c'est lui qui a besoin

de voir plein de choses, et cetera... Donc c'est vraiment pour lui que j'ai pu changer certaines choses : par exemple sortir plus, faire plus des activités. (Personne G)

La prise de conscience de cette mère que ses besoins et ceux de son enfant sont différents a entraîné un changement d'habitudes pour le bien de l'enfant.

Diversification des activités proposées aux enfants.

La plupart des parents rapportent que le matériel de jeu amené par les intervenantes à domicile au fil des visites leur a fait découvrir de nouvelles activités à partager avec leurs enfants. La variété des suggestions leur permet de choisir des activités qui plaisent à chaque membre de la famille. Au travers des différents jeux et du matériel de bricolage, les parents découvrent la créativité de leurs enfants, et même parfois, la leur.

Les blocs de construction, quand j'ai construit quelque chose avec mon enfant, en tant que maman. C'est amusant ! Parfois, quand les enfants ne s'intéressent pas aux livres, par exemple, je construis un pont ou un garage avec des blocs de construction et des livres. C'est amusant ! (Personne A)

Plusieurs mois ou années après la fin de petits:pas, les parents continuent à mettre à disposition de leurs enfants du matériel adapté à leur âge. De plus, les parents placent le matériel de jeu à portée des enfants, afin qu'ils puissent jouer de manière autonome. Le matériel de dessin, la pâte à modeler, les jeux et les livres sont largement utilisés dans la vie quotidienne. Les enfants sont également souvent invités à participer à la préparation des repas.

Dans un autre exemple, une mère raconte comment elle a commencé à faire des excursions avec ses enfants. La visite au parc s'est transformée en une sortie en roller ou à la piscine. La mère prend plaisir à partager ces moments avec ses enfants. Désormais, elle sait où aller chercher les informations pour trouver des offres proches de chez elle, qui entrent dans son budget.

Changement dans la gestion des médias. Plusieurs parents expliquent avoir changé de façon significative leur gestion des médias. Les enfants ont moins facilement accès aux téléphones des parents et la télévision n'est plus allumées en continu. Grâce aux informations reçues et adaptées à leur situation sur les enjeux liés aux écrans, les parents ont compris les risques d'une consommation excessive des médias pour leurs enfants. Une mère a par exemple observé

qu'un de ses enfants était très attaché à la télévision et elle a proposé d'autres activités, y compris pendant la saison froide.

Et nous ne sommes pas vraiment collés à la télé, à ce qui se passe. Et lui, dès qu'il est petit, j'ai vu qu'il l'était. Et c'est à cause de ça que j'ai mis la télé tout en bas à la cave. Bon, maintenant, ça fait une année et deux mois, 14 mois qu'on n'a pas de télé. Je ne la ressortirai pas, jusqu'à l'âge de... jusqu'à ce qu'il ait quatre ans. Même si c'est l'hiver, que c'est un peu plus dur. Mais on va faire des jeux ou des choses... (Personne H)

Instauration de rituels pour les repas et pour le coucher. À mesure que les parents gagnent en confiance, des rituels sont introduits dans la vie quotidienne de la famille. Dans le cadre de petits:pas, les parents sont encouragés à mettre en place des routines quotidiennes et des rituels adaptés à l'âge de leurs enfants. Les parents racontent avoir conservé ces rituels même après la fin de l'offre. De plus, certains parents expliquent aussi les adapter au fur et à mesure que leurs enfants grandissent.

Par ailleurs, certains parents s'interrogent sur l'importance qu'ils accordent à leur vie de famille. Il ressort des entretiens que les parents continuent à se questionner et à façonner leur quotidien familial et ce, même lorsque l'intervenante à domicile n'est pas présente. Par exemple, une mère explique avoir mis en place un nouveau rituel pour le repas. Elle a modifié l'aménagement de son appartement pour partager les repas avec son fils et pour se donner des occasions de discuter avec lui.

Donc de manger ensemble, par exemple. [Mon fils], quand il mangeait, c'était à la petite table (NB : la mère montre la table basse du salon). Et il mangeait tout seul. Enfin, moi je ne l'accompagnais pas. Mais, c'est vrai qu'avec petits:pas, ça m'a apporté ce truc de famille que j'avais peut-être perdu. C'est ça, j'ai pris une table. Je me suis dit : « Ah, c'est pas mal ! Ça va peut-être nous... C'est vrai que manger ensemble, c'est différent, on parle, on discute. C'est vraiment ça aussi qui m'a aidé, ce petit truc un peu cocon-famille. (Personne G)

Dans les entretiens, les rituels liés à l'heure du coucher sont souvent mentionnés. Au lieu de laisser l'enfant s'endormir avec son téléphone portable, une mère a décidé de changer les choses. Désormais, ils regardent un livre ensemble tous les soirs. Ce rituel a changé l'attitude de l'enfant envers les livres et a éveillé son envie de lire. Pour plusieurs familles, la

lecture d'histoire au moment du coucher se transforme en lecture autonome dans son lit, quand les enfants grandissent et qu'ils acquièrent la lecture.

Au moment du coucher, on lit un livre, par exemple. Il n'y a plus de films sur le téléphone, comme je le faisais avant d'ailleurs. En fait j'ai trouvé la facilité, ça veut dire que le téléphone, c'était la facilité : il regardait et il s'endormait. Mais je me suis dit : « Non, ce n'est pas bon ! » Maintenant, vraiment tous les soirs, c'est un livre par jour. Et maintenant, il demande que ça : « Maman, tu peux me lire un livre ? » Même lui, il a envie de lire. Avant ce n'était pas ça. Le livre c'était : « Je m'en fiche ! » Maintenant, ça fait quatre mois qu'on est comme ça. Déjà quatre mois qu'on lit tous les soirs. (Personne G)

Une mère décrit l'introduction d'un nouveau rituel avant le coucher, pour savoir ce qui préoccupe ses enfants. Elle montre ainsi qu'elle a su s'adapter à l'évolution de ses enfants et à leurs nouveaux besoins et trouver des solutions adaptées à sa réalité et à son quotidien.

Et parfois aussi, quand ils rentrent dans leur lit, ils disent ce qui s'est passé aujourd'hui. Dans la journée d'aujourd'hui, qu'est-ce qui est positif ? qu'est-ce qui est négatif ? Ça j'ai mis en place récemment, pour savoir ce qui se passe, ce qu'ils n'aiment pas. (Personne H)

Implication des pères dans les changements de la vie familiale. Quand l'un des parents gagne en confiance en soi et acquiert de nouvelles connaissances dans l'éducation de ses enfants, il souhaite souvent les partager avec l'autre parent. Une mère raconte comment elle a invité son mari à modifier son comportement parental et à participer aux changements de la vie de famille.

Avant, mon mari était fatigué après le travail. Et il jouait un peu avec les enfants. Mais maintenant, je lui dis : « Non, tu dois le faire, je sais que tu vas travailler, tu es fatigué. Tu dois, par exemple, passer une demi-heure avec les enfants, juste pour jouer, dessiner, bricoler ». Maintenant, il fait pareil. J'ai appris comme ça... Au début, [il disait] : « Oh, je suis fatigué. » Mais maintenant non, il est réveillé. Maintenant, les enfants disent : « Papa, viens ! » (Personne A)

Le fait que le père prenne un rôle plus actif auprès de ses enfants et s'occupe régulièrement d'eux a des effets positifs sur la relation père-enfant. Les enfants se réjouissent de voir leur père, ce qui le motive à



« J'ai mis la télévision tout en bas, à la cave. Même si c'est l'hiver, c'est un peu plus difficile. Mais on fait des jeux. »

passer du temps avec eux : un véritable cercle vertueux se met en place.

Les pères sont souvent au travail lors des visites à domicile. Leurs moments de disponibilité pour les enfants se concentrent sur les soirs et les week-ends. Par conséquent, il leur faut parfois plus de temps pour constater l'évolution positive de leurs enfants. S'ils se sont montrés sceptiques au début de l'accompagnement de petits:pas, les changements chez leurs enfants les rendent fiers et les motivent à entreprendre également certains changements dans leur rôle parental.

En résumé, on constate que toute la famille profite des changements de comportement du parent qui a participé à petits:pas. En effet, les parents expriment qu'ils se sentent habilités à jouer pleinement leur rôle de parents. Leur sens des responsabilités s'est aiguisé et ils sont mieux équipés pour les assumer. Les interactions des parents avec leurs enfants sont plus adaptées à l'âge de ceux-ci et les pères consacrent plus de temps à leurs enfants. Les parents identifient mieux les risques pour le bien-être de leurs enfants et adoptent des méthodes éducatives non-violentes. Ils montrent également qu'ils s'adaptent aux besoins de leurs enfants qui évoluent au fur et à mesure que ceux-ci grandissent. Quant aux enfants, ils profitent d'un environnement stimulant, pouvant choisir et se plonger dans leurs activités selon leurs envies et leurs intérêts. Finalement, l'enrichissement de leurs interactions avec les parents et les frères et sœurs favorisent le développement du langage et le comportement social.

Changements dans les relations sociales

L'impact de l'empowerment sur les relations et le réseau social des familles se manifeste de différentes manières. Les parents mentionnent un plus grand sentiment de liberté et une plus grande assurance pour donner leur avis dans les échanges avec d'autres adultes. Ils défendent leur point de vue et leurs enfants face à d'autres adultes. Ils organisent de nouvelles activités avec des membres de la famille ou des amis. Le fait que les rencontres de groupe soient souvent mentionnées illustre la place qu'elles ont pris dans leur vie sociale. De plus, ces changements contribuent de manière importante à leur santé mentale.

Sentiment de liberté. La possibilité de participer aux rencontres de groupe de petits:pas est vécue, par la

majorité des parents interrogés, comme une expérience très positive.

Et aussi sortir, parler avec les gens. Vous savez, ça fait du bien de parler. Donc moi j'étais souvent à la maison, moi je ne parlais pas forcément avec des gens. Pour moi, c'était très important d'avoir ce côté-là, sociable aussi. Donc vraiment c'était bien ! Les mamans étaient sympas. Et puis, on grignotait pas mal ! [Elle rigole]. (Personne G)

Une maman raconte le sentiment de liberté que lui a procuré la possibilité de participer à ces rencontres.

J'ai participé à presque toutes les rencontres de groupe, je crois que je n'en ai raté qu'une seule, sinon j'étais là. C'est une liberté pour moi de pouvoir aller quelque part et parler à quelqu'un. (Personne A)

Élargissement du réseau social. Le fait de pouvoir rencontrer d'autres parents et d'élargir leur réseau social participe à ce sentiment d'avoir une plus grande maîtrise de sa vie. Les rencontres de groupe permettent aux parents de tisser certaines amitiés par affinités et de se retrouver à d'autres moments.

Les fêtes qui ont lieu dans le cadre de petits:pas sont mentionnées de manière très positive dans certains entretiens. Elles offrent notamment aux pères l'occasion de participer, de nouer des contacts et de discuter de leurs enfants. L'engagement des pères lors des rencontres réjouit les mères. Elles y voient un bénéfice pour la relation entre le père et ses enfants.

L'occasion de rencontrer d'autres parents et d'échanger sur les enfants est très appréciée par les parents et est souvent mentionnée. Le côté convivial des rencontres est important et constitue une motivation pour y participer. Parfois, les parents retrouvent des familles déjà connues et peuvent renouer contact.

Capacité à prendre la parole dans un groupe et à exprimer son avis. La plupart des personnes interrogées mentionnent l'importance de se trouver dans un environnement qui invite à parler ouvertement. Cela permet d'être soi-même et d'échanger sans inhibition avec les autres. La fréquence avec laquelle cet aspect est évoqué indique son importance pour les parents.

Je peux parler ouvertement, par exemple. Je n'ai pas besoin de me demander si je peux le dire. Même si ce n'était le bon mot, je ne pouvais pas le dire. Parce que je me demandais toujours si c'était bien ou mal. Mais [un lieu de rencontre de ma commune] a fait de moi une personne ouverte. (Personne D)

De plus, la majorité des parents sont allophones. Certains d'entre eux expriment qu'ils se sentent libres de parler la langue locale lors des rencontres de groupe, car ils ne sont pas les seuls à devoir apprendre la langue. L'atmosphère de ces rencontres est comparée à celle de la maison. Par opposition, ils signalent les inhibitions qu'ils éprouvent dans le cercle des gens maîtrisant la langue locale.

Je vois d'autres personnes là-bas et elles ont le même niveau. C'est pourquoi j'ai eu tellement de plaisir, par exemple lors d'une réunion de parents d'élèves, il y a beaucoup de Suisses ou de personnes qui parlent allemand. Je ne parle pas très bien l'allemand. Alors je ne sais pas comment je peux parler. Quand je vais aux rencontres de groupe, je n'ai pas peur. Et [la coordinatrice] nous comprend aussi. C'est comme chez moi. J'ai osé davantage. (Personne B)

Soutien mutuel. Se retrouver à plusieurs familles est également l'occasion d'observer d'autres parents et de voir comment ils gèrent certaines situations avec leurs enfants. Les parents profitent de ces moments pour échanger leurs idées et se soutenir mutuellement. Cela leur donne des idées ou les conforte dans leur propre façon d'éduquer leurs enfants. Cela leur permet également de constater qu'ils peuvent venir en aide à d'autres parents, les conseiller et leur transmettre des informations utiles.

Le soutien se poursuit parfois même au-delà de petits pas. Les lieux de rencontre, auxquels les familles sont déjà habituées et où elles peuvent continuer à obtenir facilement de l'aide en cas de besoin, favorisent ce processus. Des amitiés peuvent se nouer entre les familles.

Nouveau regard sur les compétences sociales de leurs enfants. En voyant leurs enfants interagir avec d'autres enfants et d'autres adultes, les parents découvrent de nouveaux intérêts et de nouvelles capacités chez leurs enfants. Ils voient à quel point ces derniers sont heureux lorsqu'ils peuvent jouer avec leurs pairs. Ils se rendent également compte que les autres enfants motivent leur propre enfant à participer à des activités et qu'ils peuvent apprendre beaucoup les uns des autres.

Avant, j'étais comme ça : si les autres enfants criaient beaucoup, mon enfant apprenait les mauvaises choses de ces enfants. Mais avec le temps, j'ai compris que ce n'était pas juste. Les enfants apprennent beaucoup de belles choses les uns des autres. Cela m'a beaucoup aidé. (Personne A)

Les parents observent le comportement de leurs enfants lorsqu'ils sont en contact avec d'autres enfants et voient comment ils gagnent peu à peu confiance en eux. Donner à leurs enfants la possibilité de jouer avec d'autres motive les parents à participer aux rencontres. Un père raconte ce qu'elles lui ont fait découvrir sur son enfant.

Les rencontres de groupe déclenchent quelque chose chez les parents : elles nous permettent de comprendre ce qui intéresse notre enfant. Avant, je ne le savais pas. Mais dans les rencontres de groupe, beaucoup d'enfants se retrouvent ensemble. Nous avons dessiné, cuisiné, bricolé ensemble. Nous avons beaucoup appris, par exemple, la coopération. Avant, mon fils ne savait pas faire ça. (Personne C)

Capacité à s'affirmer face aux autres. Toujours dans le domaine des relations sociales, les parents se montrent aussi capables de s'affirmer face à des membres de la famille élargie, pour que les intérêts de leurs enfants soient défendus. Une mère explique être intervenue auprès de son beau-frère, quand elle a su qu'il s'était mal comporté envers son enfant.

Quand [l'intervenante à domicile] venait, avant le frère de mon mari dormait en haut. Je ne sais pas ce qu'il a fait à [mon enfant]. Mais [ma fille] a raconté tout à [l'intervenante à domicile], qu'il a tapé ou qu'il était fâché contre elle, qu'il l'a engueulée. Après quand [l'intervenante à domicile] est venue, elle m'a dit que le frère de mon mari a engueulé [ma fille]. J'ai demandé au frère de mon mari ce qu'il a fait. Et il m'a dit qu'il n'avait rien fait. J'ai dit : « Tu as fait quelque chose qu'on appelle engueuler. » (Personne F)

Auparavant, la mère n'aurait pas considéré le comportement de ce membre de la famille comme problématique. Mais avec les nouvelles connaissances et méthodes éducatives qu'elle a acquises, elle élève désormais ses enfants sans violence et sait reconnaître les situations qui mettent leur bien-être en danger. Cela renforce la confiance des enfants, qui savent qu'ils peuvent compter sur leur mère pour prendre leur défense et les protéger. En outre, elle partage aussi sa nouvelle approche éducative auprès des membres de sa famille élargie.

Exploration de nouvelles activités. Les parents racontent avoir fait des choses qu'ils n'avaient jamais envisagées jusque-là, parce qu'ils pensaient ne pas en être capables ou ne pas en avoir les ressources. Parfois, ils avaient aussi l'impression qu'ils en étaient comme exclus.

Mais par exemple sortir en famille, je ne le faisais pas souvent. Des choses comme ça, je le faisais pas souvent. La dernière fois, on a été voir des chevaux. Des choses que je disais : « Mais ça, c'est pour les Suisses ! » (Elle rit) [...] Donc on a été voir les chevaux avec mon papa [...] C'était super sympa ! Donc ce sont des choses vraiment que je ne faisais pas trop non plus, mais que j'apprécie aujourd'hui.
(Personne G)

En résumé, on peut affirmer que les parents ont élargi leurs compétences sociales. Lorsque la sociabilité, un besoin important, est satisfaite, elle suscite des émotions positives. Celles-ci, à leur tour, renforcent la santé mentale. Les parents tissent des amitiés avec d'autres parents, en fonction de leurs affinités, et s'organisent pour les retrouver selon leurs envies. Ils développent une confiance en leurs propres capacités à tisser des liens, à entreprendre des activités qu'ils apprécient et à faire évoluer leur situation.

Changements au niveau de l'intégration professionnelle

En plus de leur rôle parental, tous les parents se considèrent comme des travailleurs, désireux d'être actifs sur le marché de l'emploi. Pendant l'accompagnement de petits:pas, les parents saisissent l'occasion de renforcer leur intégration professionnelle. L'accompagnement axé sur les ressources permet aux parents de libérer leur potentiel, qu'ils peuvent utiliser pour leur développement professionnel.

Ce que m'a apporté petits:pas, c'est vraiment la maturité. C'est vrai que ça m'a apporté cette maturité-là aussi, mais surtout cette force de pouvoir trouver du travail, de pas rester à la maison. Ça ne veut pas dire que parce qu'on a un enfant, on ne peut pas aller au bout de nos rêves. On peut dire ça. Mais vraiment ça m'a aidé à être stable. (Personne G)

La possibilité de travailler comme intervenante à domicile a motivé une mère à quitter son deuxième emploi et à en chercher un nouveau qui soit compatible avec celui d'intervenante à domicile. Le soutien offert par son intervenante à domicile a donné à cette mère la confiance nécessaire pour réorienter sa vie professionnelle et postuler en tant qu'intervenante à domicile. Pour une autre mère, le point de départ de ses démarches d'intégration professionnelle a débuté lorsqu'elle a été dirigée vers un travailleur social. Une troisième mère a obtenu un emploi permanent dans le domaine de son choix, à la suite d'une journée d'essai et d'un stage réussi

pour lesquels elle avait reçu le soutien pratique des collaboratrices de petits:pas.

J'ai toujours pensé : « Non, je ne sais pas bien parler. Je n'ai pas fait d'études ici, pas d'apprentissage. Je ne peux certainement pas le faire. Mais juste essayer. » Je suis allée là-bas pour une journée d'essai. Cela m'a beaucoup aidée. Mais je n'étais pas si positive. Je savais que ça ne marcherait pas. Il y a beaucoup de gens qui sont nés ici et qui ont suivi une formation... [La mère a pu faire un stage de trois mois.] Puis, à la fin du stage, la patronne m'a dit : « Si tu veux, tu peux commencer à travailler ici en tant qu'employée. » Et, oui. Mais tout cela a été la motivation de petits:pas, tout a commencé là-bas. (Personne D)

Remplie de confiance en soi et d'espoir retrouvé, une mère résume son changement de regard sur son intégration professionnelle.

Sincèrement, j'ai les bonnes cartes en main. Il y a cinq mois en arrière, si je vous parlais, je serais en larmes, par exemple. Mais aujourd'hui, je vous parle avec le sourire, avec la joie, parce que je sais que tout va bien aujourd'hui. Et je suis fière de moi !
(Personne G)

En résumé, les parents sont très motivés à s'investir pour leur parcours professionnel. L'accompagnement axé sur les ressources et le soutien concret les motivent à poursuivre leurs objectifs.

Pour conclure ce chapitre, les effets de l'accompagnement orienté vers les ressources et basé sur l'empowerment sont encore aujourd'hui perceptibles pour les familles interrogées, même si leur participation à petits:pas remonte de un à cinq ans. Ces effets se manifestent chez les parents et les familles dans différentes dimensions. Les parents citent eux-mêmes des changements tels qu'une plus grande confiance en leurs propres capacités et une perception accrue de leurs forces et de leur propre potentiel. Ils ont développé leur réflexivité, sachant remettre en question leurs attitudes et leurs actions. Ils font preuve d'une plus grande autodétermination, en initiant des changements et en les mettant en œuvre dans la durée. Rassurés et confortés dans leurs choix, ils proposent un environnement plus stimulant à leurs enfants. En utilisant des méthodes éducatives non-violentes, leur comportement éducatif devient plus adapté à chaque enfant et à son âge. Finalement, les parents ont davantage confiance dans les capacités de leurs enfants.

● **Conclusion : l'empowerment, un levier social**

Offrir à tous les enfants en Suisse un environnement propice à leur épanouissement est une préoccupation partagée par les responsables politiques, les professionnel·les de l'enfance et les parents. Alors que les responsables politiques définissent le cadre légal et les conditions-cadres, les parents s'efforcent de façonner leur environnement familial au quotidien.

Les parents interrogés ont décrit de manière très éloquente ce qui les a aidés à assumer leur rôle parental : la relation de confiance avec une personne qui partage leurs expériences, les écoute et leur explique les choses jusqu'à ce qu'ils les comprennent vraiment. Cette personne de confiance les encourage à agir et à atteindre leurs objectifs. Grâce à des contacts réguliers, elle ouvre aux parents et aux enfants les portes vers leurs propres ressources, vers des réseaux et vers d'autres formes de soutien adaptées.

Grâce à une approche basée sur l'empowerment, les parents ont pu instaurer des changements durables à long terme dans leur famille, ce qui met en évidence un grand potentiel de prévention. En effet, ces changements influencent directement les facteurs de risque et les facteurs de protection du bien-être des enfants. Ils améliorent également leur participation sociale et leurs chances de bien démarrer leur parcours scolaire. L'évolution positive des enfants et leurs différents progrès motivent les parents à maintenir les changements entamés et à en entreprendre de nouveaux.

En donnant aux parents la possibilité de choisir librement entre plusieurs alternatives, de transformer leur choix en décision en action, il est possible d'œuvrer pour l'égalité des chances. Grâce à une approche d'empowerment alliant les niveaux individuels et structurels, les parents de jeunes enfants peuvent améliorer la qualité de vie de leur famille.

Les parents disposent de nombreuses ressources et se montrent prêts à changer pour le bien de leurs enfants. Dans le cadre d'un accompagnement basé sur la valorisation de leurs ressources et de celles de leur famille, ils deviennent plus conscients de leurs compétences et de leurs connaissances. Ils les mobilisent plus rapidement, pour accompagner leurs enfants dans les différentes étapes de leur vie.

Finalement, il vaut la peine d'investir dans des offres et des structures qui favorisent l'empowerment, c'est-à-dire des offres préventives et globales, qui se déroulent dans la durée et qui permettent aux parents de tisser une relation de confiance avec les professionnel·les de l'enfance. Pour que ces offres puissent déployer leurs effets, il faut des structures permettant la collaboration entre les professionnel·les, qu'ils soient issus du domaine de la santé, de l'intégration, du travail social, de l'accueil de l'enfance ou de l'école. Il est également important d'investir dans la formation continue de ces différent·s professionnel·les, pour que l'approche de l'empowerment se généralise comme posture professionnelle.

L'épanouissement des enfants et des familles, ainsi que leur participation aux décisions qui les concernent et influencent leur cadre de vie, ne peuvent être atteints que par des efforts soutenus et coordonnés, impliquant une collaboration étroite entre professionnel·les et responsables politiques. Vivre dans un quartier ou une commune où chaque enfant, parent et famille se sentent accueillis, respectés, écoutés et valorisés contribuerait fortement à renforcer la cohésion sociale. Grandir dans une société où l'approche d'empowerment est mise en œuvre à chaque étape de la vie permettrait à chacun de révéler son plein potentiel et d'en faire bénéficier sa famille, son entourage et la société dans son ensemble.

Bibliographie

- Armbruster, M. M. (2006). *Eltern-AG. Das Empowerment-Programm für mehr Elternkompetenz in Problemfamilien*. Heidelberg : Carl-Auer Verlag.
- Boulanger, D., Larose, F., & Couturier, Y. (2010). La logique déficitaire en intervention sociale auprès des parents : les pratiques professionnelles et les représentations sociales. *Nouvelles pratiques sociales*, 23(1), 152–176. <https://doi.org/10.7202/1003174ar>
- Caritas (2023). *Almanach social – Inégalités en Suisse*. Éditions Caritas
- Chiasson, N., & Deschênes, G. (2007). La compétence interculturelle actualisée dans une approche d’empowerment au service des familles immigrantes. Centre d’innovation, de recherche et d’enseignement (CIRE).
- Cohen-Emerique, M. (2015). *Pour une approche interculturelle en travail social : théorie et pratiques* (2e éd.). Presses de l’EHESP, Collection Politiques et Interventions sociales.
- Gibson, C.H. (1991). A concept analysis of empowerment. *Journal of Advanced Nursing*, 16, 354-361. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.1991.tb01660.x>
- Häggman-Laitila, A. (2005). Families’ experiences of support provided by resource-oriented family professionals in Finland. *Journal of Family Nursing*, 11(3), 195-224. <https://doi.org/10.1177/1074840705278488>
- Martin Hafen (2018). *Einsatz von Nichtprofessionellen in professionellen Kontexten im Frühbereich, ein Grundlagenbericht mit besonderem Fokus auf Programmen zur Unterstützung von sozial benachteiligten Familien*. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.
- Meuser, M., & Nagel, U. (2009). Das Experteninterview — konzeptionelle Grundlagen und methodische Anlage. In S. Pickel, G. Pickel, H. J. Lauth & D. Jahn (Eds.), *Methoden der vergleichenden Politik- und Sozialwissenschaft* (pp. 465–479). VS Verlag für Sozialwissenschaften. https://doi.org/10.1007/978-3-531-91826-6_23
- Observatoire des tout-petits (2021). *Comment favoriser le développement des tout-petits avant leur entrée à l’école ? L’importance de la qualité, de la stabilité et de la continuité des environnements*. Observatoire des tout-petits. <https://tout-petits.org/publications/rapports/favoriser-le-developpement-des-tout-petits/>
- OMS, (1986). *Ottawa charter for health promotion*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/349652/WHO-EURO-1986-4044-43803-61677-eng.pdf>
- Soulet, M-H. (2005). La vulnérabilité comme catégorie de l’action publique. *Pensée plurielle*, 2(10), 49-59. <https://doi.org/10.3917/pp.010.0049>
- Soulet, M-H. (2014). Vulnérabilité et enfance en danger. Quel rapport ? Quels apports ? In L. Lardeux (Ed.), *Vulnérabilité, identification des risques et protection de l’enfance : nouveaux éclairages croisés* (pp. 128-139). La documentation française.
- Wallerstein N. (2006). What is the evidence on effectiveness of empowerment to improve health? *Organisation mondiale de la santé, bureau régional pour l’Europe* <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/364209/9789289056861-eng.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- Wustmann Seiler, C. & Simoni, H. (2016). *Cadre d’orientation pour la formation, l’accueil et l’éducation de la petite enfance en Suisse. Une réalisation de l’Institut Marie Meierhofer pour l’enfance sur mandat de la Commission suisse pour l’UNESCO et du Réseau suisse d’accueil extrafamilial*. Zurich. https://www.reseau-accueil-extrafamilial.ch/media/filer_public/14/70/147083fe-a475-4b7c-b537-4371e29160b2/orientierungsrahmen_f_3_auf_lag_160818_lowres.pdf

Annexe 1 : modèle théorique

Ressources & compétences

- contextuelles
- individuelles
- relationnelles

Vulnérabilité sociale

5 dimensions de la vulnérabilité :

- universelle
- contextuelle
- individuelle
- potentielle
- réversible

Facteurs de vulnérabilité :

- des problèmes de santé chroniques
- un environnement familial fragilisé (divorce, décès, famille monoparentale)
- l'isolement social
- une faible connaissance de la langue locale
- une famille nombreuse
- un passé migratoire
- un faible niveau de formation
- des revenus insuffisants
- une situation professionnelle précaire.

Empowerment

Combinaison de 3 facteurs :

- Les attributs liés à la famille
- Les attributs liés aux professionnel·les
- Les attributs liés à la famille et aux professionnel·les

Caractéristiques d'une pratique centrée sur l'empowerment

- Reconnaître les compétences et la capacité de prise de décision de la famille
- Partager le pouvoir
- Valoriser et renforcer les ressources de la famille
- S'adapter au caractère unique de chaque personne
- Intensifier le réseau social comme une ressource
- Accorder de l'importance aux aspects relationnels

- Relation : égalité – coopération – confiance
- Accompagnement continu et sur le long terme
- Des prestations larges et holistiques



Effets de l'empowerment

- Accroissement du contrôle perçu
- Augmentation du pouvoir de décision et du mouvement vers l'action
- Amélioration de l'estime de soi et de la confiance en soi
- Acquisition de connaissances et compétences
- Développement d'une conscience critique
- Amélioration de la santé (conditions de logement, intégration professionnelle, réseau social, participation citoyenne et culturelle, etc.)

• **Annexe 2 : présentation de petits:pas**

L'offre de prévention petits:pas s'adresse aux enfants âgés de 1 à 4 ans qui grandissent dans un contexte de vulnérabilité sociale, ainsi qu'à leur famille. Pendant 18 mois, les familles sont accompagnées, chaque semaine, par une intervenante à domicile et participent à des rencontres de groupe où elles font connaissance avec d'autres familles et découvrent les offres disponibles dans leur quartier, leur commune ou leur région. Cette offre met l'accent sur l'apprentissage par le jeu, le renforcement du rôle de la famille comme premier lieu d'apprentissage et son intégration sociale. Le matériel de petits:pas est conçu de manière à ce que les parents et les enfants avec peu de connaissances du français puissent en bénéficier.

Objectifs pour l'enfant

- Soutien de sa curiosité, de son envie de découvrir le monde et de ses propres processus d'apprentissage
- Renforcement de ses capacités motrices, cognitives, langagières, sociales et émotionnelles
- Renforcement de l'intégration sociale et scolaire

Objectifs pour les parents

- Renforcement de leurs compétences et de leur ressources éducatives
- Sensibilisation et approfondissement de leurs connaissances autour des besoins spécifiques de leur enfant
- Enrichissement de l'interaction parents-enfant au quotidien
- Élargissement de leur réseau social

Objectifs pour la famille

- Développement d'un climat positif et rassurant au sein de la famille
- Amélioration de son intégration sociale
- Découverte des offres dans leur quartier, leur commune ou leur région

Visites à domicile. Les visites à domicile permettent de soutenir les jeunes enfants dans leur environnement familial. Les familles reçoivent la visite d'une intervenante à domicile toutes les deux semaines, pour un total de 45 visites. Par le biais d'exemples d'activités adaptées à l'âge de l'enfant, l'intervenante à domicile apporte aux parents et à leur enfant des possibilités d'échanges diversifiés qui favorisent l'enrichissement de leur interaction.

Rencontres de groupe. Les familles sont invitées à participer à des rencontres avec les autres familles de petits:pas. Animées par la coordinatrice, ces rencontres de deux heures ont lieu tous les quinze jours. Conçues comme des espaces où les compétences des parents sont valorisées, elles leur permettent de faire la connaissance d'autres familles et d'échanger sur différents thèmes liés à l'éducation et à la vie de famille. Les enfants jouent avec d'autres enfants du même âge et les parents découvrent les différentes offres locales (par exemple : offres parents-enfants, bibliothèque, ludothèque, cours de français, etc.).

Coordinatrice. La coordinatrice est une professionnelle qualifiée dans le domaine du travail social, de l'éducation, de la pédagogie ou de la santé communautaire. Ses tâches comprennent la recherche des familles, l'accompagnement des familles, l'organisation et l'animation des rencontres de groupe et la mise en réseau avec les autres institutions sociales locales. En outre, la coordinatrice est responsable de la formation et de l'encadrement des intervenantes à domicile. En cas de difficultés ou de besoin de conseil, la coordinatrice est la personne de contact pour les parents et se charge de les orienter vers les services spécialisés appropriés.

Intervenante à domicile. L'intervenante à domicile est une personne avec un parcours similaire à celui des familles participant à petits:pas (approche de pair à pair). Au bénéfice d'une expérience éducative et bien intégrée dans son environnement de vie, elle est acceptée par les familles comme une interlocutrice expérimentée. Cela lui permet d'établir une relation de confiance avec chaque famille et d'instaurer une véritable collaboration avec les parents.

Plus d'informations sur www.a-primo.ch