

LES PRINCIPES DU TRIPLE P

Garantir un environnement
sûr et intéressant

Créer un environnement
d'apprentissage positif

Utiliser une discipline
assertive

Avoir des attentes réalistes
Prendre soin de vous en tant
que parent

- › Développé il y a plus de 40 ans, le programme Triple P (Pratiques Parentales Positives) s'appuie sur des décennies de recherche rigoureuse.
- › Soutenu par plus de 980 études scientifiques menées dans le monde entier, Triple P a prouvé son efficacité dans diverses cultures et contextes.
- › Sa solidité et son impact positif sur les familles ont conduit l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) et l'UNICEF à le recommander comme l'un des programmes de soutien parental les plus efficaces.

Triple P est disponible auprès du
Service de Psychologie Clinique
& Scolaire Avestan SA



Service de Psychologie
Clinique & Scolaire



Le Service de Psychologie Clinique & Scolaire
fournit une gamme de services aux enfants,
adolescents et à leur famille.



Avestan SA
Service de Psychologie
Clinique et Scolaire SPCS

- 📍 Rue Jacques-Balmat 5
1204 Genève
- ☎ +4122 555 25 25
- ✉ spcs@avestan.ch
- 🌐 www.psychologieclinique.ch



Service de Psychologie
Clinique & Scolaire



TRIPLE P

Pratiques Parentales Positives

Est un programme qui donne aux parents
les outils pour soutenir le développement
de leurs enfants et adolescents afin qu'ils
s'épanouissent et deviennent confiants et
autonomes.



PROGRAMME TRIPLE P

EST-CE VOTRE FAMILLE ?

Les autres parents ne semblent pas avoir la vie aussi dure que vous. Votre enfant ou adolescent se comporte mal. Il y a probablement beaucoup de cris, du petit-déjeuner au coucher, c'est une véritable bataille.

LE PROGRAMME TRIPLE P PEUT-IL VOUS AIDER ?

Être parent devrait être plus facile que cela ! Peut-être ne pouvez-vous pas emmener votre fille faire des courses parce qu'elle fait une crise à chaque fois. Ou peut-être avez-vous un enfant qui fait de l'heure du coucher un cauchemar. Ou encore un enfant qui se bagarre à l'école.

Si votre enfant a un problème de comportement particulier qui rend la vie de famille plus difficile qu'elle ne devrait l'être, Triple P peut vous aider.

Triple P fournit des conseils adaptés à des problèmes spécifiques.



LES 4 PILIERS DU TRIPLE P

DÉVELOPPER DE BONNES RELATIONS

- Passer du temps de qualité avec votre enfant
- Parler avec votre enfant
- Montrer de l'affection

ENCOURAGER UN BON COMPORTEMENT

- Éloge descriptif
- Accorder de l'attention
- Avoir des activités intéressantes

ENSEIGNER DE NOUVELLES COMPÉTENCES ET COMPORTEMENTS

- Donner le bon exemple
- Enseignement fortuit
- Demander-dire-faire
- Tableaux de comportement

GÉRER LES MAUVAIS COMPORTEMENTS

- Établir des règles de base claires
- Discussion dirigée
- Ignorer de façon planifiée
- Instructions claires et calmes
- Conséquences logiques
- Temps calme
- Temps d'arrêt

LES MODULES TRIPLE P

Le programme Triple P s'adapte à vos besoins avec des séances flexibles, proposées en format individuel ou en groupe, se déroulant sur 10 semaines, pour un accompagnement personnalisé et efficace.

Qu'est-ce que la parentalité positive ?

Encourager les comportements que vous aimez

Enseigner de nouvelles compétences

Gérer les mauvais comportements

Rendre les sorties amusantes

Planifier pour prévenir les problèmes

Gérer la désobéissance

Élever des enfants confiants et des adolescents compétents