

PEHP

Les Programmes d'Entraînement aux Habiletés Parentales (PEHP) constituent l'un des piliers les mieux validés de l'accompagnement des difficultés comportementales chez l'enfant. Ils s'appuient sur une idée centrale : pour modifier durablement les comportements problématiques, il est essentiel d'agir sur la dynamique d'interactions au sein de la famille et d'outiller les parents dans leur rôle d'accompagnateurs du développement. Conçus à partir des modèles comportementaux, cognitifs et psychoéducatifs, les PEHP visent à renforcer la capacité des parents à structurer l'environnement, encourager les comportements adaptés, prévenir les escalades émotionnelles et répondre de manière cohérente aux conduites difficiles. Loin d'être une remise en question du parent, ces programmes reconnaissent que les difficultés de l'enfant génèrent du stress, des incompréhensions et parfois des cycles d'interactions qui se rigidifient avec le temps. En proposant des stratégies concrètes, graduées et applicables au quotidien, ils permettent aux adultes de retrouver un sentiment d'efficacité et de restaurer un climat familial plus apaisé. La pertinence des PEHP tient également à leur large base empirique : ils figurent parmi les interventions psychosociales les plus documentées pour le TDAH, le trouble

oppositionnel, les désobéissances répétées et, plus largement, pour les difficultés de régulation émotionnelle et comportementale. Leur efficacité est observée aussi bien lorsque l'enfant est jeune que durant la période scolaire, et ils s'insèrent facilement dans une approche multimodale qui peut inclure le suivi individuel, la coordination scolaire ou d'éventuels traitements pharmacologiques. Ainsi, les PEHP ne sont pas seulement un ensemble de techniques, mais un cadre d'intervention qui permet aux parents de comprendre le fonctionnement de leur enfant, d'adopter des réponses éducatives mieux adaptées et de soutenir l'autonomie et les compétences socio-émotionnelles du jeune. Dans ce contexte, se former aux PEHP permet aux professionnels d'acquiescer un cadre d'intervention structuré, fondé sur des données probantes, et directement transférable dans leur pratique clinique ou éducative. La formation offre l'occasion de comprendre finement les mécanismes en jeu dans les interactions parent-enfant, d'apprendre à enseigner ces habiletés de manière progressive et d'adapter les stratégies aux réalités de chaque famille. Elle constitue ainsi un levier essentiel pour renforcer l'efficacité des accompagnements et soutenir durablement le développement de l'enfant.

Objectifs :

- Développer une compréhension approfondie du PEHP
- Maîtriser les techniques de mise en oeuvre du PEHP

- Évaluer et adapter le PEHP aux besoins spécifiques
- Améliorer les compétences en communication et interaction avec les familles

Jour 1

9h – 9h30 : Accueil et introduction

- Présentation des participants
- Objectifs et attentes de la formation
- Être parent aujourd'hui
- Pourquoi accompagner les parents ?

9h30 – 10h45 : Comportements perturbateurs

- De quoi parle-t-on ?
- Focus sur l'auto-régulation
- Les « troubles du comportement »
- Les recommandations de prise en charge

10h45 – 11h : Pause

11h – 12h30 : Bases théoriques des PEHP

- Modèle systémique
- Théorie de l'attachement
- Théorie de l'apprentissage social
- Modèle de cercle vicieux des interactions

12h30 – 13h30 : Déjeuner

13h30 – 15h : Poser les bases

- Décrire le comportement perturbateur
- Focus sur les antécédents
- Gestion des conséquences

15h – 15h15 : Pause

15h15 – 16h30 : Les PEHP existants et les fondements pratiques

16h30 – 17h : Temps d'échange et questions

Jour 2

9h – 10h30 : Mise en place du programme – Préparer l'accompagnement

- Entretien préliminaire
- Règles et principes de base
- Organisation du groupe et du lieu

10h30 – 10h45 : Pause

10h45 – 12h30 : Mise en place du programme - Préparer l'accompagnement (suite)

- Structure des séances
- Engagement parental

12h30 – 13h30 : Déjeuner

13h30 – 15h : Étape 1 - Psychoéducation

- TDAH Kesako ?
- TOP Kesako ?
- Approche centrée sur l'auto-régulation

15h – 15h15 : Pause

15h15 – 16h30 : Mise au point sur la régulation émotionnelle

16h30 – 17h : Temps d'échange et questions

Jour 3

9h – 10h30 : Étapes 2 et 3

- Analyse fonctionnelle
- Moment spécial

10h30 – 10h45 : Pause

10h45 – 12h30 : Étape 4

- Consignes efficaces

12h30 – 13h30 : Déjeuner

13h30 – 15h : Étapes 5 et 6

- Ne pas déranger
- Système de points

15h – 15h15 : Pause

15h15 – 16h30 : Étapes 7 et 8

- Time Out
- Réparer plutôt que punir

16h30 – 17h : Temps d'échange et questions

Jour 4

9h – 10h30 : Étapes 9 et 10

- Gestion du temps
- Lien avec l'école

10h30 – 10h45 : Pause

10h45 – 12h30 : Étapes 11 et 12

- Gestion des crises émotionnelles
- Sorties

12h30 – 13h30 : Déjeuner

13h30 – 15h : Séances supplémentaires

- La gestion des écrans
- Prendre soin de soi en tant que parents

15h – 15h15 : Pause

15h15 – 16h30 : Focus ado

- Psychoéducation adaptée
- Communication et résolution de problèmes
- Gestion des situations « à risque »

16h30 – 17h : Temps d'échange et questions

Public cible :

- Psychologues
- Médecins
- Infirmiers ayant obtenu le titre de psychothérapeute en thérapie cognitive et comportementale

Pré-requis : Aucun

Tarif : 630 euros

Durée : 28 heures

Moyens pédagogiques :

- Exposé oral
- Mise à disposition du support de formation au terme de celle-ci
- Une demi journée de supervision environ trois mois après la formation

Méthode d'évaluation :

Questionnaire au début et à la fin de la formation

Format : distanciel

Délais d'inscriptions :

1 décembre 2026

Modalité d'accès :

- Connexion internet
- Accès en complétant le formulaire d'inscription
- 10 participants minimum - 25 maximum
- Replay disponible 6 mois à partir du premier jour de formation

Formateur :

Judith Helson

