

APPEL À CONTRIBUTION POUR L'ÉLABORATION DE LA STRATÉGIE NATIONALE DE PRÉVENTION EN SANTÉ 2025

Triple P Canada | Québec

22 avril 2025

SOUTENIR LES PARENTS POUR FAVORISER LE BIEN-ÊTRE DES ENFANTS

Dans le cadre de l'élaboration de la Stratégie nationale de prévention en santé 2025, nous recommandons de déployer, selon une **approche populationnelle**, un **système multiniveaux de soutien à la parentalité fondé sur des données probantes**. Cette stratégie vise à réduire la prévalence des problèmes sociaux, émotionnels et comportementaux chez les enfants, à prévenir la maltraitance infantile et à promouvoir le bien-être des familles au Québec. Cette recommandation relève de la prévention primaire et s'adresse aux enfants jusqu'à 12 ans et à leurs parents.

Quels groupes de la population la Stratégie devrait-elle viser en priorité? Pourquoi?

Nous considérons que les **parents** devraient être considérés comme un groupe prioritaire en raison du rôle central qu'ils jouent dans le développement, la santé et le bien-être des enfants. Bien que les parents veuillent ce qu'il y a de mieux pour leurs enfants, le rôle parental est exigeant et peut être une source de stress. Selon la dernière *Enquête québécoise sur la parentalité*, près de la moitié des parents (48 %) se mettent régulièrement de la pression quant à leur manière d'éduquer leurs enfants ([Institut de la Statistique du Québec, 2022](#)). Au cours des dernières années, des événements liés au climat social et aux conditions climatiques, ainsi que des défis liés aux écrans ont également bouleversé le quotidien de nombreux parents et enfants.

Du côté de la protection de la jeunesse, près d'un enfant sur cinq au Québec fait l'objet d'un signalement avant l'âge de 18 ans ([Esposito et al., 2023](#)). Plus précisément, entre 2023 et 2024, 20 % des enfants ont été pris en charge en raison de mauvais traitements psychologiques et 12 % à cause d'abus physiques ou du risque élevé d'en subir ([Bilan des directrices et directeurs de la protection de la jeunesse, 2024](#)). Ces données soulignent non seulement l'ampleur des besoins en matière de soutien familial, mais aussi l'urgence de déployer des stratégies de prévention dans la province.

Pour être efficaces, les interventions en contexte de violences à l'égard des enfants doivent viser à augmenter les facteurs de protection et à diminuer les facteurs de risque modifiables. Parmi les éléments sur lesquels nous pouvons agir collectivement de façon préventive, les **pratiques parentales** jouent un rôle déterminant. Lorsqu'elles sont positives (par exemple, passer des moments de qualité, manifester de l'attention positive, établir des limites cohérentes, prendre soin de soi), elles favorisent le développement sain des enfants, renforcent le sentiment d'auto-efficacité des parents et aident à prévenir un large éventail de difficultés sociales, émotionnelles et comportementales chez les enfants ([Sanders, 2023](#)).

À l'inverse, les pratiques coercitives, telles que le blâme ou la punition corporelle, augmentent les risques de conflits familiaux et de maltraitance. Les conséquences de la violence subie durant l'enfance peuvent affecter plusieurs aspects de la vie de l'enfant, et peuvent persister à l'âge adulte, se manifestant notamment par des problèmes de santé mentale ([Clément et al., 2018](#)) et des difficultés à offrir un environnement sécurisant à son enfant une fois devenu parent ([Mazzarello et al., 2025](#)). La violence envers les enfants entraîne également des coûts humains et économiques importants pour la société ([Observatoire des tout-petits, 2017](#)).

Dans cette optique, investir dans le bien-être des parents et dans le renforcement de leurs pratiques parentales positives permet d'agir en amont afin de prévenir les répercussions négatives sur la santé globale des enfants. À ce sujet, les programmes de soutien parental éprouvés font partie des interventions les plus prometteuses pour atteindre ces objectifs ([Rapport de la directrice de santé publique Montréal, 2024](#)).

Quelles actions de prévention déjà en place devraient être poursuivies ou renforcées? Laquelle ou lesquelles devraient être arrêtées?

Notre recommandation s'inscrit dans la continuité des travaux de la Commission spéciale sur les droits des enfants et la protection de la jeunesse (CSDEPJ), qui mettent en avant la nécessité de mieux soutenir les parents dans leur rôle éducatif. Elle propose notamment de déployer un programme de soutien parental dans le cadre des services préventifs de base ([CSDEPJ, 2021](#)). Cette orientation reste hautement pertinente et devrait non seulement être poursuivie, mais également renforcée en s'appuyant sur des **programmes fondés sur des données probantes accessibles à tous les parents**.

En effet, ces programmes permettent d'améliorer la qualité des relations parents-enfants, de réduire les conflits, d'atténuer le stress lié à la parentalité et de promouvoir le bien-être global des familles. De solides données confirment également leur efficacité dans des contextes variés, indépendamment du niveau de revenu, et leur transposabilité d'un pays à l'autre est largement documentée. Outre cela, il est largement admis

que leurs effets bénéfiques se prolongent bien au-delà de la famille, contribuant ainsi à réduire les inégalités sociales de santé, à diminuer les coûts sociaux liés à des enjeux tels que la criminalité et les soins de santé, et à renforcer le tissu social des communautés ([Sanders, 2023](#)).

Dans cette optique, il est essentiel de renforcer les services de proximité à la famille en poursuivant la mise en place de programmes éprouvés répondant aussi bien aux besoins universels qu'aux besoins spécifiques de chaque famille. Cela permet aussi d'optimiser les ressources existantes et de valoriser l'expertise locale ([CSDEPJ, 2021](#)). Parallèlement, il est essentiel de s'appuyer sur les approches qui ont déjà fait leurs preuves, afin de limiter la duplication des efforts et le gaspillage des ressources. Enfin, une évaluation régulière des besoins locaux permet d'ajuster ou de compléter les services en fonction des réalités régionales.

Quelles sont vos idées pour agir collectivement afin d'améliorer la santé et le bien-être de la population?

Nous recommandons de mettre en place, **à l'échelle provinciale**, un **système de soutien à la parentalité fondé sur des données probantes**, dont l'intensité varie en fonction des besoins et des situations de défaveur sociale. Ce système devrait articuler trois niveaux de prévention – universelle, ciblée et indiquée – afin de répondre de manière équitable et efficace à la diversité des réalités familiales. Les programmes universels, accessibles à l'ensemble des parents, contribuent à promouvoir des pratiques parentales positives, à normaliser la demande d'aide et à améliorer l'accès aux ressources éprouvées. Les programmes ciblés et indiqués, pour leur part, offrent un soutien accru aux familles en situation de vulnérabilité ou exposées à des risques élevés. Cette approche intégrée constitue un levier important pour réduire les inégalités (et iniquités) sociales et territoriales, mieux répondre aux besoins variés des familles et alléger la pression sur les services spécialisés comme la protection de la jeunesse ([Institut national de santé publique du Québec, 2018](#)).

Pour garantir le déploiement efficace d'un tel système à l'échelle provinciale, plusieurs conditions doivent être réunies ([Sanders, 2023](#)). Le système doit d'abord reposer sur des données probantes afin d'assurer des changements durables et un bon rapport coût-bénéfice pour la société. Les programmes qui le composent doivent être attrayants, refléter les besoins, les préférences et les réalités variées des familles, et être adaptables, accessibles, inclusifs et culturellement sensibles. L'objectif n'est pas d'imposer une méthode unique d'éduquer des enfants, mais de renforcer l'autonomie parentale en proposant les meilleures pratiques disponibles. Un système multiniveaux permet ainsi de prendre en compte l'évolution du rôle parental à chaque étape du développement de l'enfant, tout en répondant à la diversité des contextes familiaux.

La réussite du déploiement repose aussi sur une main-d'œuvre bien formée et soutenue, un engagement des autorités locales, un financement adéquat et une logistique rigoureuse des ressources (par exemple, le matériel et la formation). Ceci requiert donc la mise en place de partenariats respectueux et collaboratifs entre les concepteurs de programmes, les organisations locales, les milieux de recherche, les gouvernements, les communautés et les parents. Un tel système ne saurait reposer sur des actions ponctuelles ou isolées. Il doit s'ancrer dans une stratégie cohérente, souple et adaptée aux contextes locaux, portée par un engagement organisationnel durable, afin de s'intégrer, d'évoluer et de perdurer dans le temps.

À ce jour, aucun système de soutien parental d'une telle ampleur n'est offert de manière systématique à travers le Québec. Toutefois, certains organismes ont mis en place des initiatives locales éprouvées, comme le système Triple P (par exemple, le [CIUSSS de la Capitale-Nationale](#)). Reconnu dans le monde entier, Triple P est un exemple de solution éprouvée, capable de s'adapter aux réalités variées des familles tout en répondant efficacement aux besoins de la population (voir fiche Triple P, p.3).

Conclusion

Investir dans une approche populationnelle éprouvée à plusieurs niveaux de soutien à la parentalité est un levier essentiel de la Stratégie nationale de prévention en santé 2025. Elle permet de toucher toutes les familles, de réduire les inégalités et de prévenir efficacement les difficultés avant qu'elles ne s'aggravent. Intégrée aux services de première ligne, cette forme de soutien renforce la résilience des familles et favorise la santé des enfants. Le système Triple P, déjà implanté dans certains milieux au Québec, offre une solution éprouvée, souple et prête à être déployée à plus grande échelle, en complément des initiatives existantes.

Fiche d'information : Triple P – Programme de Parentalité Positive

En quoi consiste Triple P?

Triple P est un système de soutien parental à plusieurs niveaux d'intervention, fondé sur plus de quarante ans de recherche scientifique. Déployé dans plus de trente pays, dont le [Québec](#), il vise à renforcer les compétences parentales, améliorer les relations familiales et prévenir les difficultés émotionnelles et comportementales chez les enfants de 0 à 17 ans. Il s'appuie sur les principes de santé publique qui visent à toucher un maximum de familles pour maximiser l'impact préventif à l'échelle collective.

À qui s'adresse s'adresse-t-il et comment fonctionne-t-il?

Triple P s'adresse à l'ensemble des parents (et personnes s'occupant d'enfants), quels que soient leurs besoins. Les programmes de Triple P sont classés dans un système à niveaux selon l'intensité du soutien allant du soutien universel et léger à des interventions plus intensives pour les familles qui rencontrent davantage de défis, selon les groupes-cibles (les parents de bébés, ceux dont les enfants ont entre 1 et 12 ans, ceux ayant des enfants à besoins particuliers, etc.) et selon le mode d'accès des parents à ce soutien (par exemple, individuellement, en groupe, en ligne). Cette flexibilité permet de proposer des réponses adaptées aux réalités, aux besoins et aux préférences de soutien de chaque famille.

Quels sont les effets observés?

Les études démontrent que Triple P produit des résultats concrets, et ce, auprès de diverses réalités familiales : réduction du stress parental, amélioration des pratiques éducatives, diminution des comportements à risque chez les enfants et de cas de maltraitance infantile (par exemple, [Prinz et al., 2009](#)). Une étude menée au Québec a confirmé que Triple P engendre des effets supérieurs à ceux des services usuels, tout en rejoignant un large éventail de familles ([Gagné et al., 2023](#)). Ces effets contribuent à prévenir des problématiques plus lourdes à long terme et à favoriser un développement sain des enfants.

Comment s'intègre-t-il aux services existants?

Triple P est conçu pour s'arrimer facilement aux services déjà offerts au Québec (par exemple, les programmes SIPPE et PAPFC²). Cette compatibilité permet de créer un continuum de services cohérent, allant de la promotion à l'intervention ([Gagné et al., 2015](#)). Il renforce la coordination intersectorielle et améliore la réponse collective aux besoins des familles, en s'intégrant naturellement dans les milieux fréquentés par les parents : CLSC, écoles, services de garde, organismes communautaires, etc.

En quoi Triple P est-il différent des autres programmes ?

Triple P est un système de soutien parental fondé sur des données probantes, centré sur le développement de l'autorégulation parentale et disposant de la base de données la plus complète au monde en matière de recherche sur la parentalité. Il se démarque par sa structure à cinq niveaux d'intervention (combinant des interventions universelles, ciblées et indiquées) adaptés à des besoins variés et d'intensité croissante ([Gagné et al., 2023](#)). Une analyse canadienne coûts-avantages révèle qu'une réduction de 6,5 % des troubles du comportement chez les enfants suffirait à rentabiliser le programme — alors que la réduction réelle observée varie plutôt entre 25 % et 46 %, générant ainsi des retombées durables pour les familles et des économies importantes pour la société ([Doran et al., 2011](#)).

Pourquoi Triple P est-il pertinent pour la Stratégie nationale 2025?

Triple P représente une opportunité concrète, structurante et immédiatement mobilisable pour la Stratégie nationale de prévention en santé 2025. Déjà implanté par certains milieux au Québec, son élargissement à l'échelle provinciale permettrait de rejoindre l'ensemble des familles sans distinction, de renforcer les capacités locales d'intervention, et de prévenir de manière durable diverses difficultés liées à la santé, au développement et au bien-être des enfants.

Contact

Rima Habib, M.Sc. en psychoéducation

Directrice des partenariats et consultante en implantation Québec | Triple P Canada

rima.habib@triplep.net ; <https://www.triplep-parentalite.ca>