

Bonjour

QUESTIONNAIRE PARENTS

Afin de vous accompagner au mieux dans la prise en charge du surpoids/obésité de votre enfant, nous vous demandons de compléter le questionnaire suivant. Il porte sur les relations à la maison entre parents et enfants. Il n’y a pas de bonnes ou mauvaises réponses. Ce qui nous intéresse est d’avoir votre retour sur la vie à la maison.

Pour vous expliquer comment remplir le questionnaire, nous allons imaginer une situation : En tant que parent, je constate des disputes de plus en plus fréquentes depuis la rentrée scolaire alors que j’aimerais qu’on ne se dispute pas. Je voudrais faire quelque chose mais je ne sais pas quoi faire. Je ne pense pas qu’une situation parfaite puisse exister, je voudrais juste que ça soit un peu mieux. Pour comprendre comment remplir le questionnaire suivez les bulles bleues:

Ce que tu vis à la maison (0 – 10)

Lorsque mon enfant me parle je l’écoute attentivement et l’encourage à se confier à moi

7

Tout d’abord, j’évalue la situation actuelle : Comment vous évaluez ce que vous vivez ces jours-ci à la maison ?

0 = totalement insatisfait de la situation

10 = totalement satisfait de la situation

Je choisi 2 situations que je souhaite améliorer et 2 situations pour lesquelles je pense ne pouvoir rien faire.

1.Parler de mes propres émotions

2.Etre attentif quand mon enfant souhaite me parler

Pour finir, Je donne quelques informations pour que mes réponses puissent être traitées de façon anonyme

Données d'Identification	
Les initiales du prénom et nom de l'enfant	Ex: pour Camille Dupont = CD
L'année de naissance de l'enfant	XXXX
Sexe de l'enfant	G pour un garçon F pour une fille
Ville	Dijon

Nous vous remercions pour vos réponses.

QUESTIONNAIRE PARENTS

Ce que vous vivez
à la maison
(0 – 10)

ATTACHEMENT & RELATIONS	Lorsque je dois prendre une décision, il est facile pour moi de faire ce que j'ai décidé	
	Lorsque mon enfant a besoin d'aide, je l'aide de façon satisfaisante pour lui	
	Mon enfant peut avoir des idées différentes des miennes	
	Je sais encourager mon enfant à se confier à moi et je l'écoute attentivement	

EMOTIONS	Je sais reconnaître les émotions que je vis et je sais les nommer	
	Il est facile pour moi de parler de ce que je ressens	
	Je me rends compte de mes changements de comportement en fonction de mon émotion (ex : la colère me fait crier, la tristesse me fait pleurer)	
	J'aide mon enfant à reconnaître et exprimer ses émotions	

BESOINS	Je connais les étapes du développement de mon enfant et les besoins qu'il/elle a selon son âge	
	En regardant le comportement et l'attitude de mon enfant, je peux savoir s'il a faim, soif, envie d'aller aux toilettes, de dormir, d'un câlin...	
	Quand j'identifie un besoin chez mon enfant, je lui propose quelque chose qui lui est utile et qu'il accepte	
	J'arrive à organiser mon quotidien en tenant compte des besoins et du rythme de mon enfant	

CADRE EDUCATIF	Lorsque je donne une consigne à mon enfant, je prends en compte son âge et il/elle sait ce qu'il/elle doit faire	
	Lorsque je prends une décision, je la tiens tant que les raisons qui la justifient ne changent pas	
	J'ai l'impression que j'éduque bien mes enfants	
	J'ai conscience que ce que je fais a au moins autant d'importance que ce que je dis.	
	Cette question-là ne concerne pas les familles monoparentales Avec l'autre parent, on réfléchit aux réponses que nous donnons aux enfants. Ils savent que si l'un des deux a dit <i>non</i> , cela ne sert à rien de demander l'avis de l'autre	
	Les règles et principes de base à la maison (dans les grandes lignes) sont valables aussi bien pour tous les enfants que pour les adultes.	

QUESTIONNAIRE PARENTS

Ce que vous vivez
à la maison
(0 – 10)

SURPOIDS & OBESITE	J'arrive à expliquer avec des mots simples ce que j'attends de mon enfant en ce qui concerne son surpoids	
	Je comprends les causes du surpoids de mon enfant (génétique, alimentation, activité physique, sommeil, écrans...)	
	Je suis capable d'identifier deux difficultés dans la prise en charge du surpoids de mon enfant	
	Je suis capable d'identifier deux points forts de mon enfant dans la prise en charge de son surpoids	
	J'encourage mon enfant à mettre en place ce qu'il doit faire pour la prise en charge de son surpoids	
	Je connais au moins 2 activités que mon enfant peut mettre en place pour gérer ses émotions négatives (tristesse, colère, peur, dégoût, ennui ...) autres que la nourriture ou les écrans	
	Je me sens en confiance avec les professionnels qui nous accompagnent dans la prise en charge de son surpoids et je peux leur demander de l'aide.	

Les deux situations que je souhaite améliorer de façon prioritaire sont	1.
	2.
Les deux situations sur lesquelles je pense que je ne peux rien faire sont	1.
	2.

Données d'identification	
Les initiales de l'enfant	Ex: pour Camille Dupont = CD
L'année de naissance de l'enfant	XXXX
Sexe de l'enfant	G pour un garçon F pour une fille
La ville où vous complétez ce questionnaire	Dijon

Merci beaucoup

Bonjour

QUESTIONNAIRE ENFANTS

Afin de t'accompagner au mieux dans la prise en charge de ton surpoids/obésité, nous te demandons de compléter le questionnaire suivant. Il porte sur les relations à la maison entre parents et enfants. Il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses. Ce qui nous intéresse est d'avoir ton retour sur la vie à la maison

Pour t'expliquer comment remplir le questionnaire, nous allons imaginer une situation : En tant qu'enfant, je me rends compte que j'arrive à mieux faire attention à ce que je mange en termes de quantités mais aussi au niveau de la qualité des aliments. Je sais que cela est bien mais parfois c'est difficile, je suis découragé et du coup je me dis que cela ne sert à rien. Je n'arrive pas à en parler à mes parents. Pour comprendre comment remplir le questionnaire suis les bulles bleues:

**Ce que tu vis à la maison
(0 - 10)**

Je suis capable d'identifier trois difficultés dans la prise en charge de mon surpoids

6

Tout d'abord,

j'évalue la situation actuelle :
comment évalues-tu ce que tu vis ces jours-ci à la maison ?

0 = totalement insatisfait de la situation

10 = totalement satisfait de la situation

Je choisis 2 situations que je souhaite améliorer et 2 situations pour lesquelles je pense ne pouvoir rien faire.

1. Parler de mes propres émotions

2. Dire à mes parents comment ils peuvent m'aider

Pour finir, Je donne quelques informations pour que mes réponses puissent être traitées de façon anonyme

Données d'Identification

Les initiales	
Ton année de naissance JJ/MM/AAAA	
Es-tu une fille ou un garçon ?	
La ville où tu es actuellement	

Nous te remercions pour tes réponses.

QUESTIONNAIRE ENFANTS

Ce que tu vis à la maison
(0 – 10)

ATTACHEMENT & RELATIONS	Je sais que si je prends une décision, mes parents vont me soutenir s'ils sont d'accord	
	Je peux demander à mes parents de l'aide lors que j'en ai besoin	
	J'arrive à dire à mes parents ce que je pense, même si je ne suis pas d'accord avec eux	
	Quand je parle à mes parents de ce que je vis au quotidien, ils m'écoutent attentivement	
EMOTIONS	Je sais reconnaître les émotions que je vis et je sais les nommer	
	Il est facile pour moi de parler de ce que je ressens	
	Je me rends compte de mes changements de comportement en fonction de mon émotion (la colère me fait crier, la tristesse me fait pleurer)	
	Je me rends compte qu'un même évènement peut produire, chez les autres, des émotions différentes des miennes	
BESOINS	Je me rends compte de mes besoins (quand j'ai faim, soif, envie de dormir, d'aller aux toilettes, de repos d'un câlin...)	
	Je suis capable de dire mes besoins	
	Mes parents savent répondre à mes besoins et ça me fait du bien	
	Je participe à l'organisation du quotidien (ranger ma chambre, ranger les courses, faire mon lit, mettre la table...)	
CADRE EDUCATIF	Je peux donner mon avis à la maison et il est entendu	
	Quand on me donne des consignes, je les comprends et les respecte	
	Lorsque je pense que le comportement de mes parents est adapté, je sais prendre exemple sur eux	
	Je connais les règles sur lesquelles mes parents ne sont pas d'accord entre eux	
	Lorsque les parents ont convenu quelque chose à la maison, chacun peut donner son avis et respecte la décision prise	

QUESTIONNAIRE ENFANTS

Ce que tu vis à la maison
(0 – 10)

SURPOIDS & OBESITE	Je sais ce qui est négociable avec mes parents concernant mon surpoids	
	Je comprends les raisons de ma prise de poids (génétique, alimentation, activité physique, sommeil, écrans...)	
	Je suis capable d'identifier deux difficultés dans la prise en charge de mon surpoids et peux les dire à mes parents	
	Je suis capable d'identifier deux points forts que j'ai dans la prise en charge de mon surpoids	
	Je me sens encouragé par mes parents et j'accepte leur aide dans la prise en charge de mon surpoids	
	Je connais au moins 2 activités pour gérer mes émotions négatives (tristesse, colère, peur, dégoût, ennui ...) autres que la nourriture ou les écrans	
	Je comprends l'importance que des professionnels m'aident à gérer mon surpoids	
	Je peux demander l'aide de mes parents en ce qui concerne la prise en charge de mon surpoids	

Les deux situations que je souhaite améliorer de façon prioritaire sont	1.
	2.
Les deux situations sur lesquelles je pense que je ne peux rien faire sont	1.
	2.

Données d'identification	
Tes initiales <i>ex : pour Camille Dupont = CD</i>	
Ton année de naissance <i>JJ/MM/AAAA</i>	
Es-tu une fille ou un garçon ?	
La ville où tu es actuellement	

Merci beaucoup