

JE T'ÉCOUTE





Pistes de communication lorsque votre enfant a un défi à relever ou dévoile une agression et cherche à obtenir du soutien.



ACCUEILLIR

- Remerciez votre enfant de vous avoir fait confiance.
- Créez une atmosphère sécuritaire en restant calme et en trouvant des mots qui ne lui font pas peur.
- Accordez-lui toute votre attention : par exemple, mettez votre travail ou vos tâches de côté.
- Dites-lui que cela prend du courage d'en parler.
- Invitez-la ou le à parler de son expérience, si elle ou il le veut.

SOUTENIR

- En cas d'agression, dites à votre enfant que ses droits n'ont pas été respectés.
- Valorisez votre enfant et faites-lui sentir que vous prenez la situation au sérieux.
- Faites preuve de compassion, assurez-vous que votre enfant se sent compris.e et qu'elle ou il ne ressent aucune honte.
- Vérifiez ses besoins et demandez-lui comment elle ou il aimerait être soutenu.e.
- Respectez le rythme de votre enfant et son besoin de parler ou de garder le silence.
- Validez et normalisez ses émotions.

RESPECTER

- Croyez à 100 % tout ce que votre enfant vous confie.
- Parlez de la confidentialité.
- En cas d'agression, dites-lui clairement que ce qui s'est passé n'est pas de sa faute et que la personne qui a commis l'agression est responsable à 100%.

ACCOMPAGNER

- Aidez votre enfant à définir les prochaines étapes en utilisant l'approche de la résolution de problèmes du COPA National.
- Respectez, autant que possible, les choix de votre enfant.
- Informez votre enfant de toute action que vous allez prendre et expliquez-lui pourquoi;
- Vérifiez les besoins de votre enfant (par exemple, veut-elle ou veut-il en parler à quelqu'un à l'école, comme à une personne de soutien?).

FAIRE UN SUIVI

- Après votre conversation initiale, informez-vous auprès de votre enfant pour savoir comment elle ou il va.
- Vérifiez ses besoins.
- Encouragez votre enfant (en lui disant par exemple : « je crois en toi » ou « tu vas y arriver »).
- Remerciez votre enfant d'avoir eu la confiance et le courage de venir vous en parler.

