

Appuyer une personne survivante

Croire

Remercier

Prendre la situation au sérieux

Écouter

Chercher à ce qu'elle se sente comprise

Exprimer notre empathie

Valider et normaliser ses émotions

Respecter ses besoins

Respecter ses choix

Lui dire que ce n'est pas de sa faute

Souligner son courage et sa force

Croire : *Je sais que tu es sous le choc et les détails sont un peu mêlés cependant je te crois. Tu peux m'en parler n'importe quand si tu te rappelles d'autre chose.*

Remercier : *Je te remercie de ta confiance. Cela me touche beaucoup.*

Prendre la situation au sérieux : *Ça doit être très dur de passer à travers ça. Il n'avait pas le droit de te faire ça.*

Écouter : *Si tu veux en parler, je suis là pour toi. Je peux t'écouter, si tu en as besoin.*

Chercher à ce qu'elle se sente comprise : *Si je comprends bien, tu avais trop peur de dire quelque chose. C'est bien ça ?*

Exprimer notre empathie : *C'est dur de vivre la trahison de quelqu'un en qui tu avais confiance. Ça doit être très difficile. Je suis là pour toi.*

Valider et normaliser ses émotions : *Quand tu dis que tu te sens vide en dedans je peux vraiment comprendre. Tu as vécu un énorme choc et c'est une réaction normale.*

Respecter ses besoins : *Si tu ne veux pas en parler ce soir, c'est ok. Je serai là quand tu seras prête. Dis-moi seulement ce que tu veux et seulement si tu le veux.*

Respecter ses choix : *C'est ton droit de signaler ou non. Tu es la seule personne qui peut décider, qui sait ce qui est mieux pour toi. Si tu veux, je peux te donner un numéro où on te donnera des informations en respectant ta confidentialité.*

Lui dire que ce n'est pas de sa faute : *Tu as le droit d'être belle ! Ça ne lui donne pas le droit de t'agresser !*

Souligner son courage et sa force : *Je sais que tu ne te sens pas très forte en ce moment moi, je te trouve très forte et très courageuse. Merci de m'en parler.*