

CAHIER DU PARTICIPANT

PERSONNEL DU SERVICE DE GARDE



Pour une enfance
en sécurité et sans violence

10 rue Noël, local 107
Gatineau (Québec) J8Z 3G5
espaceoutaouais@videotron.ca
(819) 771-1546

Merci de votre présence à l'atelier destiné au personnel du service de garde.
Il nous fait plaisir de vous présenter ce cahier complémentaire à l'atelier adulte.

Tes droits



Pour une enfance
en sécurité et sans violence
10 rue Noël, local 107
Gatineau (Québec) J8Z 3G5
espaceoutaouais@videotron.ca
(819) 771-1546

FACTEURS DE VULNÉRABILITÉ

Les facteurs de vulnérabilité :	Comment contrer ces facteurs ?
<p style="text-align: center;">LE MANQUE D'INFORMATIONS</p> <p>Les enfants sont généralement peu ou mal informés au sujet des agressions et de leurs droits.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Informer les enfants de leurs droits. - Fournir aux enfants de l'information qui les aidera à reconnaître la violence et savoir comment réagir. - Sensibiliser les adultes à ce problème et les préparer à reconnaître la violence et à recevoir des confidences.
<p style="text-align: center;">LEUR DÉPENDANCE VIS-À-VIS LES ADULTES</p> <p>Il est naturel que les enfants dépendent des adultes pour être nourris, éduqués, aimés et pour apprendre à vivre en société. Cette dépendance devrait susciter la protection des adultes, mais il arrive que des adultes l'utilisent, au contraire, au détriment de l'enfant en lui infligeant des blessures.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Donner des moyens pour agir face au danger. - Développer l'affirmation de soi. - Développer la capacité d'utiliser leur jugement critique plutôt que de demander l'obéissance aveugle.
<p style="text-align: center;">L'ISOLEMENT SOCIAL</p> <p>Connaissant peu les ressources d'aide disponibles et ignorant leurs droits, les enfants n'auront pas le réflexe de recourir aux intervenants de leurs milieux, de déposer une plainte aux policiers, d'appeler au CLSC ou à la DPJ. Entre amis, les enfants se considèrent souvent comme de simples partenaires de jeux et non comme des personnes pouvant s'entraider.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Développer l'entraide entre enfants et avec les adultes. - S'assurer que les adultes et les enfants connaissent les ressources qui existent pour eux. - Amener l'enfant à identifier des adultes de confiance dans son entourage.

ATELIERS AUX ENFANTS PRÉSCOLAIRE

» PRINCIPAUX ÉLÉMENTS DE L'ATELIER PRÉSCOLAIRE :

L'atelier se déroule sur **3 jours : 20 à 30 minutes** d'animation suivi de rencontres, le tout pouvant aller jusqu'à un maximum d'une heure par jour.

» CONTENU :

JOUR 1 :

- Les 3 droits (sécurité, force et liberté) avec les photos et les gestes ;
- Enfant qui se fait prendre son jouet par un autre enfant (intimidation) ;
- Retour et recherche de solutions : dire « non », demander l'aide d'ami-e-s ou d'autres enfants, en parler à un adulte de confiance ;
- Exercice du «NON» affirmatif ;
- Période libre

JOUR 2 :

- Mise en situation avec les poupées : enfants qui protègent leurs droits face à une personne peu connue qui veut leur montrer des chiots dans sa maison ;
- Mêmes solutions que le jour 1 ;
- Règles de sécurité générales, autodéfense avec le cri ;
- Période libre à la fin du jour 1, avec l'équipe d'animation

JOUR 3 :

- Chanson : « Tête, épaules, genoux, orteils »;
- Nommer les parties du corps d'une fille et d'un garçon à l'aide de croquis ;

MISES EN SITUATION :

- Enfant qui se fait pousser et chatouiller par sa grande sœur ;
- Enfant qui se fait enlever ses droits par son oncle, qui le manipule en lui proposant un cadeau en échange de caresses et de baisers (attouchements sexuels, bons et mauvais secrets, déculpabiliser l'enfant, responsabilité de l'agresseur) ;
- Mêmes solutions que le jour 2 ;
- Trouver trois personnes adultes de confiance ;
- Enfant qui parle à un adulte de confiance pour obtenir de l'aide ;
- Aide-mémoire;
- Rencontres individuelles pour les enfants qui le veulent, avec l'animatrice ou l'animateur de leur choix. Le but des rencontres est de recevoir les commentaires des enfants suite à l'atelier, faire de la révision et de la référence au besoin auprès des parents ou d'autres ressources d'aide.

ATELIERS AUX ENFANTS PRIMAIRE

» PRINCIPAUX ÉLÉMENTS DE L'ATELIER PRIMAIRE :

L'atelier en classe est d'environ **1h15-1h30**. Les périodes de rencontres individuelles et d'activités sont incluses dans le temps.

» CONTENU :

- Adaptés à l'âge, la réalité et les besoins de chaque groupe (vocabulaire, support visuel, durée) ;
- Droits: **Sécurité-Force-Liberté** ;
- Jeux de rôle: - où l'enfant perd ses droits ;
- Où l'enfant réussit à faire respecter ses droits ;
- Tous types de violence ;
- Stratégies préconisées: **dire NON, demander l'aide d'amis ou de d'autres enfants, parler avec un adulte de confiance, utiliser l'autodéfense en cas de danger** ;
- Rencontres individuelles sous base volontaire suite aux ateliers ;

SUITE À L'ATELIER ESPACE, VOTRE ENFANT SAURA :

- Qu'il a des droits ;
- S'affirmer envers des adultes ou d'autres enfants ;
- Reconnaître les situations d'intimidation ;
- Qu'il peut aller chercher de l'aide auprès d'enfants et d'adultes ;
- Reconnaître les situations de violence de la part d'adultes connus ou inconnus ;
- Faire respecter ses droits face à ces situations en utilisant les stratégies appropriées ;
- Les détails importants à retenir lorsque l'on rencontre un inconnu ;
- Qu'il existe plusieurs adultes à qui il peut se confier ;
- Nommer les différentes parties du corps (préscolaire) ;
- Reconnaître les touchers qu'il aime ou n'aime pas (préscolaire) ;
- Reconnaître les bons et mauvais secrets ;
- Qu'il peut utiliser l'autodéfense s'il est en danger ;
- L'importance de confier un mauvais secret à un adulte ;
- Qu'il est capable de faire respecter ses droits (empowerment) ;
- Reconnaître les situations de violence dans les relations amoureuses et utiliser les stratégies appropriées (3^e cycle)

» MÉMO POUR LES ENSEIGNANT-E-S :

- Vérifier les dates de l'atelier.
- Aménagez de votre local de façon à ce que l'on puisse asseoir les enfants en demi-cercle sur leur chaise si possible. Pour le préscolaire, il est préférable de s'asseoir sur le sol.
- Accordez quelques minutes à un membre de l'équipe d'animation en début d'atelier. Celui-ci vous remettra la documentation nécessaire, vérifiera avec vous les absences, ainsi que votre participation ou non à la mise en situation.
- Permettre à tous les enfants de participer à l'atelier. Si un enfant est absent, il pourra être

RETOMBÉES POSSIBLES DE LA VENUE D'ESPACE

Il est important de ne pas perdre de vue que l'objectif principal du programme **ESPACE** est d'informer AVANT qu'une situation de violence ne prenne place. Il est donc destiné aux enfants qui ne vivent PAS une telle situation.

Il est évident cependant que durant notre passage dans une école ou une garderie, ou après ce passage, des enfants peuvent dévoiler des situations de violences, d'agressions vécues et dont ils-elles n'ont pas encore osé parler. C'est la raison pour laquelle nous outillons les adultes (personnel scolaire, parents, intervenants-es), pour savoir que faire dans une telle situation.

Il est primordial toutefois de se rappeler que notre objectif n'est pas de se substituer aux ressources officielles et reconnues dans la communauté. Il faut donc se souvenir que la police et la Protection de la jeunesse ont comme tâches de faire enquête, d'accumuler les preuves, bref de monter les dossiers lors d'un dévoilement. D'autre part, les CLSC ont comme tâches de faire du suivi, du traitement avec les enfants et les adultes agressés.

Au-delà nos rôles sociaux de professeurs, de parents, de directrices, d'infirmières, de travailleuses scolaires, en tant que personne notre responsabilité est:

- D'accueillir l'enfant sans juger (ni lui, ni les personnes qui l'entourent)
- Recevoir, aller chercher ses émotions
- Écouter, croire et retenir ce qu'elle-il nous dit
- Clarifier ce que l'enfant attend de nous
- Être un lien avec une ressource plus outillée (à l'école, dans la famille de l'enfant ou dans la communauté).

NI PLUS NI MOINS

ESPACE peut revenir 1-2 fois pour aider un enfant à prendre une décision, pratiquer des stratégies, s'assurer d'un suivi.

ESPACE peut :

- Aider un adulte à explorer les solutions possibles ;
- Offrir un support à court terme aux adultes ayant reçu les confidences d'un enfant ;
- Éventuellement faire de l'accompagnement dans certaines situations particulières et précises qui le nécessitent. Toujours consulter le coordonnateur, la coordonnatrice avant de le faire ;
- Informer pour référer.

La venue d'ESPACE ne nécessite donc pas de personnel supplémentaire. Simplement de l'écoute et de la réceptivité des personnes qui forment le milieu scolaire. Finalement, nous restons disponibles, en cas de besoin.

LA DISCIPLINE POSITIVE

LA PRÉVENTION AU QUOTIDIEN ET LA DISCIPLINE POSITIVE

Au quotidien, nous pouvons procurer à nos enfants une bonne partie du bagage qui leur permettra de faire face à toutes sortes de situations pouvant survenir dans leur vie et aussi pour faire face à la violence.

Faire de la prévention ce n'est pas seulement parler de violence... (Voir Guide pratique sur la prévention de la violence, pages 8 à 10) :

...**C'est aussi** :

- o Favoriser le développement de la confiance en soi chez l'enfant, de son autonomie, sa force et son affirmation ;
- o Créer des moments de complicité ;
- o Construire des relations basées sur le respect.

Nous renforçons nos enfants quand nous leur montrons leur importance en tant que personnes dignes d'attention et de respect. Cela peut-être chaque fois que vous :

- o Faites sentir à votre enfant que vous l'aimez.
- o Parlez avec votre enfant et prenez le temps de l'écouter.
- o Montrez à votre enfant que vous lui faites confiance.
- o Aidez votre enfant à devenir responsable.
- o Permettez à votre enfant de découvrir que vous n'êtes pas une personne parfaite.

Toutes les occasions pour augmenter son estime personnelle, sa confiance en son jugement et sa capacité à réagir devraient être utilisées.

Finalement, faire de la prévention c'est aussi donner aux enfants de l'information constructive et rassurante sur la prévention de la violence... (Voir le Guide pratique sur la prévention de la violence, chapitre 2)

Exemple :

- o Superviser l'utilisation d'Internet : Il est important de superviser les visites des enfants sur Internet. Un des moyens pour faciliter cette tâche est de mettre l'ordinateur dans un espace commun. Vous pouvez expliquer aux enfants les règles de sécurité à respecter sur Internet, comme ne pas donner ses informations personnelles.

LA DISCIPLINE POSITIVE

Les enfants ont besoin d'avoir des règles, elles sont sécurisantes. Les règles et, donc le besoin de discipline, sont partout! La discipline positive permet de développer l'estime de soi et l'affirmation. Des enfants affirmatifs sont moins vulnérables face à la violence. Toutefois, le but de la discipline

est d'en faire de moins en moins. Plus on intervient, moins nous avons d'impact.

1. Quelques règles, toujours les mêmes : Il faut choisir quelques règles, les expliquer et s'assurer qu'ils les ont comprises. Il ne faut pas changer les règles, même si c'est vendredi soir et qu'on est fatigué.

2. Prêcher par l'exemple : Les quelques règles choisies s'appliquent à tous. Les enfants écoutent ce que l'on fait et moins ce que l'on dit. Par exemple, si on leur demande de faire leur lit, il faut nous aussi faire le nôtre.

3. Choisir nos batailles : Comment cesser d'accorder trop d'importance aux comportements non désirés ? En se posant deux questions :

- 1) Est-ce que son comportement est dangereux (pour lui ou pour les autres) ?
- 2) Est-ce que son comportement aura un impact dans sa vie ou celle de sa famille ?

Si vous répondez non aux deux questions, cela veut dire que vous pouvez ignorer le comportement.

Si vous répondez oui à une des deux questions ou aux deux questions, cela veut dire qu'il est préférable d'intervenir. On intervient afin de transmettre des valeurs importantes pour notre famille.

1. Favoriser l'autodiscipline : On veut que l'enfant arrive un jour à poser ses propres limites et à les respecter, puisque c'est nécessaire pour bien vivre dans une société remplie de règlements.

2. Miser sur le renforcement positif : Construire avec les forces et les réussites est un meilleur gage de succès que d'essayer de corriger les erreurs et les échecs. Pourtant, on oublie parfois de souligner et d'apprécier les comportements que l'on souhaite voir se répéter en insistant plutôt sur ce qui nous dérange. L'enfant peut reproduire un comportement simplement pour obtenir notre attention. Cesser d'accorder trop d'attention aux comportements non désirés et souligner régulièrement les comportements désirés par des félicitations et des sourires, c'est une façon de passer un message clair et constructif.

Rappelons-nous qu'il s'agit de multiplier les occasions de les féliciter...sans exagérer.

Je félicite l'enfant pour des situations qui représentent un certain défi. Si je félicite mon enfant à tous propos ou pour des choses qu'il-elle sait faire depuis longtemps, cela n'a plus l'impact désiré.

LA DISCIPLINE POSITIVE : COMMENT ?

La première étape ? Donner le goût aux enfants de collaborer en remplissant leurs besoins affectifs. C'est le principe du guichet automatique. Lorsqu'on remplit leurs besoins affectifs, on remplit le guichet. Lorsqu'on leur demande de collaborer, on retire du guichet automatique.

Les enfants ont cinq besoins affectifs :

- 1. Amour :** Il est important d'accorder du temps à son enfant. Idéalement, l'enfant devrait avoir trois périodes de 20 minutes par semaine seul avec son parent. Cela diminue la jalousie et la rivalité entre enfants.
- 2. Compétence :** L'enfant a besoin de ressentir de la fierté.

3. **Liberté** : Les enfants ont besoin de faire des choix, de bouger, de créer et de s'exciter. Les choix peuvent être dirigés.
4. **Plaisir** : Les enfants ont besoin d'au moins 10 minutes par jour de plaisir avec l'ensemble des membres de la famille.
5. **Sécurité** : Les enfants ont besoin d'avoir des règles et qu'elles soient appliquées.

La deuxième étape ? L'aider à devenir responsable. C'est le développement de l'**autodiscipline**. Lorsqu'on responsabilise l'enfant, celui-ci apprend à réfléchir, à choisir et à se contrôler.

Exemple pour les plus jeunes :

- « Viens ici, je vais te le demander une seule fois ». Si l'enfant refuse, je vais le chercher sans dire un mot, mais sans être bête. Lorsque l'enfant vient du premier coup à un autre moment, je le félicite. On envoie alors le message à l'enfant que s'est lui qui décide. Il peut soit faire l'action et être félicité ou ne pas la faire et recevoir une conséquence.

Exemple pour les plus vieux :

- « Je trouve ça plate quand je dois te dire les choses plus d'une fois. As-tu une idée de commencer changer la situation »?

Dans le même ordre d'idées, les enfants ont besoin pour se développer d'un environnement prévisible. Ainsi, les règles mises en place doivent respecter le **principe des cinq « C »** :

1. **Clares et sécurisantes** : Les règles sont faciles à comprendre pour les enfants. Elles véhiculent les principales valeurs éducatives que je veux transmettre telles que le respect de soi, des autres, de l'environnement, développer de saines habitudes de vie, etc.
2. **Concrètes et réalistes** : Elles reflètent le comportement escompté et sont formulées à la positive. Exemple, au lieu de dire « arrête de crier », je dirai « parlons doucement, il y a un bébé qui dort ».
3. **Constantes et prévisibles** : Elles ne varient pas au gré de l'humeur de l'adulte et elles sont peu nombreuses. Les enfants de 6 à 12 ans peuvent intégrer et appliquer seulement 5 à 6 règles à la fois.
4. **Cohérentes** : Il est essentiel que l'adulte prêche par l'exemple en agissant lui-même selon les valeurs qu'il veut transmettre.
5. **Conséquences logiques** : Les conséquences sont des moyens d'apprendre et de grandir. La punition a un effet à très court terme. La réparation, pour sa part, donne un sentiment de confiance et augmente l'estime. Pour que les enfants apprennent à assumer les conséquences de leurs gestes, il doit, idéalement, y avoir une logique entre le comportement jugé inacceptable et la conséquence. Si l'enfant manque de respect avec des gestes, il répare avec des gestes.

Exemple de conséquence logique pour le préscolaire :

- Le temps où l'enfant continue ses jeux plutôt que de se préparer à aller au lit quand c'est l'heure et qu'on le lui demande, c'est du temps en moins pour l'activité agréable avant d'éteindre la lumière (lecture, télé, chansons, etc.).

Exemple de conséquence logique pour le primaire :

- Vous avez déjà dit à vos enfants que c'est la règle chez vous : les enfants doivent porter leur casque de vélo pour aller à bicyclette, mais votre fils de 10 ans revient de l'école tête nue. Vous pourriez lui dire : « tu sais qu'il est dangereux d'aller à vélo sans casque, mais puisque tu as choisi d'ignorer la règle de sécurité, tu devras marcher maintenant. Je vais ranger ta bicyclette jusqu'à lundi. Après, tu pourras l'utiliser quand tu décideras de porter ton casque de vélo ».
- Un enfant qui utilise des paroles violentes envers une autre personne devra trouver trois paroles agréables à dire à cette personne.
- Une enfant qui utilise la violence physique devra réparer son geste par une attitude sympathique comme transporter le sac d'école de l'enfant blessé, faire un jeu avec son petit frère, etc.
- Un enfant qui joue ou qui lit quand c'est l'heure de se préparer à partir et retarde ainsi ses parents, pourra aider à ranger la vaisselle ou mettre la table le soir pour redonner du temps à ses parents.

Puisqu'il peut y avoir des exceptions aux règles, les règles sont fermes, mais pas fermées. Exemple :

- La semaine, quand les devoirs sont faits, les enfants ont droit à une courte période de jeux vidéo ou à l'ordi ou de télé. Par contre, la règle peut s'assouplir la fin de semaine, lors de soirée ciné ou si vous décidez d'accorder une récompense, un privilège, etc.

Souvenez-vous que les conséquences sont des moyens d'apprendre et que l'apprentissage n'a pas besoin d'être douloureux.

QUELQUES MÉTHODES DE DISCIPLINE POSITIVE

1. **Souligner les bons comportements** : Nous avons mentionné préalablement que construire avec les forces et les réussites est un meilleur gage de succès. Ainsi, il est important de souligner les succès de l'enfant. Par exemple, vous pouvez dire : « tu as travaillé fort, tu as ramassé la plupart de tes jouets et tous tes vêtements. Je vais t'aider à ranger le reste de ta chambre, et ensuite nous dînerons ».
2. **Décrire le comportement et non l'enfant** : Les enfants et les adultes aussi se corrigent plus facilement si on leur présente des faits précis. Ainsi, vous pouvez...
 - Dire à l'enfant ce qu'il a fait de mal ou d'inapproprié, avec compassion au besoin ;
 - Indiquer le comportement que vous attendez, en le répétant souvent au besoin ;
 - Au besoin, informer l'enfant du sentiment que vous éprouvez.

Exemples pour les enfants d'âge préscolaire :

- « Quand tu me cries dans les oreilles, je n'aime pas cela. Je veux que tu me parles doucement ».
- « Tu t'es levé de table sans demander la permission, je sais que c'est difficile pour toi, mais c'est la règle à la maison. Tu dois rester assis à table pendant le repas ».
- « C'est défendu de lancer le ballon dans la maison, le ballon peut être roulé au sol ou vous pouvez aller dehors ».

Exemple pour les enfants d'âge primaire :

- « Quand tu ne me dis pas où tu es et je suis inquiète. Je veux que tu me téléphones avant d'aller chez une amie à la sortie de l'école ».

1. Développer l'estime de soi : Il y a différentes façons de contribuer au développement de l'estime de soi de vos enfants.

- Par une conséquence logique qui prend la forme d'un geste réparateur. Il s'agit de demander à l'enfant de réparer une faute par un geste constructif. La réparation réduit le sentiment de culpabilité et développe l'estime de soi tout en l'aidant à assumer sa responsabilité. En accordant à l'enfant la chance de racheter un privilège perdu, lorsqu'il se conduit bien, pendant une période de temps déterminé d'avance, c'est lui montrer qu'il a droit à l'erreur, qu'il peut réparer une erreur et c'est lui pardonner. La possibilité de rachat amène l'enfant à voir l'adulte comme un être souple et chaleureux.
- En offrant une présence chaleureuse, favorisant l'expression des sentiments et émotions.
- En confiant des responsabilités adaptées à l'âge de l'enfant, à son tempérament, en l'aidant au besoin, en valorisant ses forces, ses réussites et en suggérant des moyens pour faire face à ses difficultés.

2. Offrir des choix : Favoriser la participation active des enfants en leur offrant des choix simples leur donne un sentiment de liberté face aux activités nécessaires pour une vie saine. Exemples :

- « Rémi, c'est l'heure de se laver, est-ce que tu préfères prendre une douche ou un bain ? »
- « Préfères-tu t'inscrire à un cours de judo ou de natation ? Préfères-tu manger de la lasagne ou du pâté chinois pour souper ? »

3. Faire ses propres constats : Dans certaines situations, l'enfant apprend mieux si on le laisse faire ses expériences. Exemples :

- Face à un enfant qui ne veut pas mettre ses mitaines pour aller dehors, le laisser aller dehors, quelques minutes, sans mitaines. Il-elle aura froid et s'apercevra qu'il est préférable de porter des mitaines. S'assurer, cependant que l'enfant est en sécurité.

LORSQUE LA SITUATION ME DÉPASSE

Quand je me sens emporté par ma colère, je peux utiliser la **règle des « 3R »** :

- 1. Reculer :** Je suis en colère, je le nomme et je me retire ;
- 2. Respirer :** Je réfléchis, je trouve un moyen d'exprimer ma colère de manière acceptable
- 3. Réagir :** Je suis calme, je peux discuter, chercher et appliquer une solution

LE RESPECT

Je me respecte et je respecte les élèves, ainsi que les adultes en gestes et en paroles.

Je me respecte :

- Lorsque je m'affirme.
- Lorsque je m'accepte comme je suis.
- Lorsque je laisse entendre mes idées et mes opinions.
- Lorsque je fais mes propres choix.
- Lorsque je ne me laisse pas entraîner dans des histoires malheureuses.

Je respecte les autres :

- Lorsque j'accepte les différences.
- Lorsque je respecte le choix des autres.
- Lorsque je suis poli (e), accueillant (e) et pacifique.
- Lorsque je travaille calmement.
- Lorsque je respecte les consignes.
- Lorsque je les appelle par leur nom.
- Lorsque mes gestes et mes paroles sont non-violents.

Gestes réparateurs :

- Je m'explique calmement, j'avoue mes erreurs et je présente mes excuses.
- Je console la personne à qui j'ai fait de la peine.
- J'aide à soigner celle ou celui que j'ai blessé.
- Je fais une surprise agréable à celle ou celui à qui j'ai fait de la peine (écrire une lettre, apporter son sac, l'accompagner à la récréation).
- J'évite de me placer à côté de celle ou celui avec qui je dérange.

Je respecte l'environnement :

- Lorsque je suis propre à mon pupitre.
- Lorsque je ramasse mes affaires au vestiaire.
- Lorsque je jette mes papiers dans les poubelles.
- Lorsque je garde l'espace où je dîne propre.

Gestes réparateurs :

- Ramasse les objets que j'ai laissé traîner.
- J'utilise ma récréation pour ramasser des papiers.
- J'essuie mes dégâts.
- Je ramasse des papiers et des objets sur le plancher.
- Je répare ce que j'ai endommagé.
- Je rappelle aux autres l'importance de recycler.

Je marche calmement et prudemment :

- Lorsque je marche calmement dans les couloirs pour éviter les accidents.
- Lorsque je parle tout bas dans mes circulations.
- Lorsque je circule discrètement devant les classes au travail.
- Lorsque je garde le silence en classe pendant les travaux ou les examens.

Gestes réparateurs :

- Je refais le trajet en marchant calmement.
- Je fais penser aux autres qu'il faut marcher calmement.
- Je deviens agent de circulation à la sortie des élèves.
- Je m'excuse auprès de l'élève que j'ai dérangé.

Je respecte le matériel :

- Lorsque je prends soin de mes livres.
- Lorsque je garde mon pupitre propre.
- Lorsque je rapporte mes livres de bibliothèque dans les délais prévus.
- Lorsque je prends soin des objets que l'on m'a prêté.
- Lorsque j'utilise mon sac d'école pour transporter mes livres.

Gestes réparateurs :

- Je nettoie le pupitre que j'ai sali.
- J'efface les graffitis que j'ai écrits.
- Je replace les objets que j'ai déplacés.
- Je travaille pour l'école en compensation du livre ou de l'objet que je ne peux pas rembourser.



LE RENFORCEMENT POSITIF

Matériel à utiliser	Activités de renforcement	Les petites attentions
Économie de jetons, points, etc.	Aider quelqu'un à l'école ou dans la classe	Félicitations privées ou publiques
Médailles à porter	Contribuer aux tâches et responsabilités dans la classe ou dans l'école	Regard complice
Certificat spécial		Clin d'œil
Étoile du jour	Choisir son voisin	Sourires
Tableau d'honneur	Choisir sa place dans la classe	Applaudissements
Affichages des travaux	Être l'assistant de l'enseignante, éducatrice ou direction	Remerciements
Chaise d'amour ou d'appréciation	Présenter son travail à une autre classe	Commentaires positifs
	Période d'ordinateur ou de jeux libres	Note aux parents
	2 minutes de rire	Félicitations officielles par la direction
		Souligner les efforts pas seulement les meilleurs résultats

INDICE DE STRESS CHEZ LES ENFANTS

Le stress chez l'enfant est habituellement lié à une situation nouvelle ou des moments difficiles. Mais il peut arriver que la raison de son stress soit liée à une agression. Nous vous présentons ici une liste d'indices de stress. Pour qu'ils soient significatifs, on doit en compter deux ou trois. Ils peuvent apparaître en même temps ou l'un à la suite de l'autre. Chez un enfant qui ne vit pas dans un climat de violence depuis longtemps, on pourra remarquer un changement important dans son comportement.

Ex. (1) Un enfant qui chaque lundi présente du stress et redevient calme du mercredi au vendredi et recommence le lundi suivant (périodique).

Ex. (2) L'enfant qui éprouve des maux de tête chaque jour à l'heure de quitter l'école pour retourner à la maison (quotidien).

Les parents qui connaissent mieux que quiconque leurs enfants sont généralement les mieux placés pour reconnaître les indices de stress pouvant s'extérioriser d'une façon différente d'un enfant à un autre. Le personnel scolaire et de milieu de garde qui voient les enfants chaque jour sont aussi très bien placés pour remarquer des comportements inquiétants. Ces signes de stress peuvent se classer en plusieurs catégories :

1. LES RELATIONS INTERPERSONNELLES

- Tout comportement exprimant soit le retrait ou, à l'inverse, l'exagération dans les relations interpersonnelles.
- L'enfant qui s'isole ou qui a besoin d'être constamment entouré.
- Démontre une soumission exagérée ou méfiance constante.
- Devient irritable, agressif, hyperactif ou apathique et indifférent.
- Démontre tout à coup trop d'affection pour son entourage ou se coupe de tout lien affectif.

2. LES PROBLÈMES PHYSIQUES :

- Malaises chroniques et maladies psychosomatiques ;
- Douleurs abdominales et maux de tête ;
- Vomissements, saignements de nez ;
- Blessures évidentes, saignements vaginaux ou anaux inexplicables

3. LES PROBLÈMES ÉMOTIONNELS :

- Excès de colère ;
- Hyperactivité ;
- Phobies diverses et soudaines ;
- Changements brusques d'humeur ;

- Mutisme électif, l'enfant choisi de ne pas parler ;
- Dépression ;
- Sentiments de honte et de culpabilité.

4. LES ACTIVITÉS ET HABITUDES :

- Régression scolaire, absentéisme ou besoin exagéré de réussir
- Mensonges fréquents ;
- Propreté excessive ou problème d'hygiène ;
- Jeux sexuels inappropriés pour l'âge, masturbation excessive
- Manque de concentration

5. COMPORTEMENTS AUTODESTRUCTEURS :

- Tentative de suicide, automutilation, prostitution, délinquance, consommation de drogue, d'alcool, etc.

6. COMPORTEMENTS RÉGRESSIFS :

- Enfant qui urine par terre ou volontairement à côté de la toilette, qui recommence à sucer son pouce, à mouiller son lit, etc.

7. Troubles d'alimentation :

- Enfant qui amasse de la nourriture dans sa bouche, qui crache constamment, boulimie, anorexie, etc.

8. TROUBLES DU SOMMEIL :

- Enfant qui ne veut plus se coucher, qui dort trop, qui fait des cauchemars, fatigue excessive, etc.

Certains indicateurs parlent d'eux-mêmes :

- Traces évidentes de contusions diverses et répétitives telles : brûlures, blessures, marques, etc.
- Les maladies transmises sexuellement sont aussi des signes auxquels on doit apporter une attention immédiate.

SITUATION DE DÉVOILEMENT

Lorsque vous faites face à un enfant qui a subi une forme de violence, il est souvent difficile de savoir comment répondre. Ci-dessous sont énumérées quelques « lignes de conduite » qui vous aideront, ainsi que l'enfant, durant la période de dévoilement.

- **Restez calme et contrôlez vos propres émotions** ; votre réaction peut faire toute la différence. Les enfants n'aiment pas bouleverser les adultes. (Si vous avez une réaction émotive quelconque : colère, pleurs, etc., vous pouvez expliquer à l'enfant que cette réaction n'est pas dirigée contre elle ou lui, mais contre le fait vécu.)
- **Croyez ce que l'enfant vous dit même si c'est confus.** Trop souvent les enfants ne sont pas crus. Écouter l'enfant sans la-le juger.
- **Parler avec un langage clair.** L'enfant peut utiliser des mots ou des expressions qui nous font sursauter pour expliquer ce qu'elle-il a vécu. Soyez préparé. Essayez d'utiliser le même langage que l'enfant.
- **N'évitez pas les sujets embarrassants.** Laissez savoir à l'enfant qu'elle-il peut vous parler de n'importe quoi; parler est bon et courageux.
- Laissez l'enfant raconter ce qui est arrivé, n'y rajoutez pas vos suppositions. Ne projetez ou ne présumez rien.
- **Gardez en tête qu'il n'y a pas de solutions magiques ou instantanées.** C'est l'enfant qui peut, avec de l'aide, trouver sa solution.

SUGGESTIONS DE RÉOLUTIONS DE PROBLÈMES

Voici quelques pistes à suivre lors d'une situation problématique. Par exemple, un conflit ou la séparation des parents :

- Identifier le problème ;
- Examiner avec l'enfant les stratégies ayant déjà été utilisées ;
- Retracer-consolider le réseau support de l'enfant (actif ou potentiel) ;
- Faire le tour des possibilités (dire non / support des pairs-es / se confier / s'affirmer) ;

RESSOURCES

ALIMENTATION

Moisson Outaouais
(819) 669-2000
www.moissonoutaouais.com

DÉFENSE DES DROITS / JURIDIQUE

Centre communautaire juridique de l'Outaouais / Bureau d'aide juridique
(819) 772-3011
www.aidejuridiqueoutaouais.ca

Droit-Accès de l'Outaouais
(819) 777-4746
1-800-667-4746

DÉFICIENCE / HANDICAPS

Association pour l'intégration communautaire de l'Outaouais (A.P.I.C.O.)
(819) 669-6219
www.apico.ca

Association Répit communautaire
(819) 669-6352

EMPLOI

La Relance
(819) 770-6444
www.larelance.ca

Réseau Outaouais ISP
(insertion sociale professionnelle)
(819) 770-7129
www.reseauoutaouais.qc.ca

ENFANTS / JEUNESSE

Centre de Pédiatrie sociale
(819) 600-1661 (Hull)
(819) 643-3000 (Gatineau)
www.pediatriesociale.gatineau.com

Les Grands Frères et Grandes Sœurs de l'Outaouais
(GFGSO)
(819) 778-0101
www.gfgso.com

LOGEMENT

Les habitations partagées de l'Outaouais
(819) 771-6576
www.habitationspartagees.ca

Les Œuvres Isidore Ostiguy
(819) 778-1325
lguidon_oio@videotron.ca

NOUVEAUX ARRIVANTS / IMMIGRATION

Accueil-Parrainage Outaouais (APO)
(819) 777-2960
www.apo-qc.org

L'Association des femmes immigrantes de l'Outaouais (AFIO)
(819) 776-6764
www.afio.ca

PROGRAMMES COMMUNAUTAIRES

Regroupement des organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais
www.rocsmo.ca

SERVICES À LA FAMILLE

L'Association des familles monoparentales et recomposées de l'Outaouais (AFMRO)
(819) 771-3269
www.afmro.ca

Maison de la famille de Gatineau
(819) 568-6830
www.maisonfg.org

Maison de la famille Vallée-de-la-Gatineau
(819) 441-0282
www.maisondelafamillevg.com

Maison de la famille Vallée-de-la-Lièvre
(819) 281-4359
mdf-valleedelalievre.ca

SOUTIEN DU REVENU

Comité Solidarité Gatineau-Ouest
(819) 246-2029
www.solidaritegatineauouest.ca

Comptoir St-Vincent-de-Paul
(819) 776-1068 (rue Eddy)
(819) 770-8150 (rue Wright)
(819) 968-9603 (rue Booth)
(819) 561-1622 (avenue Gatineau)
(819) 561-1553 (rue St-Louis)

Entraide familiale de l'Outaouais
(819) 669-0686
www.entraidefamiliale.wordpress.com

La Maison de l'Amitié de Hull
(819) 772-6622
maisonamitiehull@videotron.ca

Mon Chez-Nous inc.
(819) 669-6032
(819) 772-1390
www.moncheznousinc.ca

VIOLENCE / AGRESSION

CAVAC de l'Outaouais
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels
de l'Outaouais
(819) 778-3555 / 1 800 331-2311
Au Palais de Justice :
(819) 776-8111 poste 60418
www.cavac.qc.ca

Centre d'aide et de lutte contre les
agressions sexuelles – Outaouais (CALAS)
(819) 771-1773
www.calas.ca

CIASF - Centre d'intervention en abus
sexuels pour la famille
(819) 595-1905 / 1-855-595-1905
www.ciasf.org

AUTRES RESSOURCES

Centre d'intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais

CSSS Gatineau (La Gappe) :
(819) 966-6550

CSSS Gatineau (Avenue Gatineau) :
(819) 966-6590

CSSS Gatineau secteur Aylmer :
(819) 966-6540

CSSS Gatineau secteur Hull (St-Rédempteur) : (819) 966-6510

CSSS Gatineau secteur Hull (Mont-Bleu) :
(819) 966-6530

Urgence de Gatineau : (819) 966-6333

Hôpital de Hull :
(819) 966-6200/1-866-595-2002

Urgence de Hull : (819) 966-6222

Hôpital Pierre-Janet : (819) 771-7761

Info santé / Info sociale : 811

Centre Antipoison 1-800-463-5060

Centre Jellinek (819) 776-5584

Les Centres jeunesse de l'Outaouais :

Signalement : (819)776-6060
1-800-567-6810

Plaintes :
(819) 771-2990 poste 2148

Drogue aide et référence :
1-800-265-2626

Jeunesse J'écoute :
1-800-668-6868

Ligne Parents :
1-800-361-5085

Police municipale de Gatineau (non urgent)
(819) 246-0222

SOS Violence conjugale :
1-800-363-9010

Tel-jeunes :
1-800-263-2266

