

PRÉVENIR TOUTES LES FORMES DE VIOLENCE FAITES AUX ENFANTS

GUIDE PRATIQUE
À L'INTENTION DES PARENTS

**UNE ENFANCE
EN SÉCURITÉ ET
SANS VIOLENCE**

**DES ENFANTS
QUI SE PROTÈGENT**

**DES ADULTES
INFORMÉS ET
CONSCIENTISÉS**

Chargé de projet

ESPACE Chaudière-Appalaches
Regroupement des organismes ESPACE du Québec (ROEQ)

Rédaction

France Fortin – adaptée par la Collective du ROEQ

Révision linguistique

Valérie Quintal
Julie Gaudreault - À la lettre

Illustrations

Illustrations Orbie

Conception graphique

Kaylynne Johnson – Web et design
Marie-Josée Beaulieu – mariejodesign

Mise à jour: Août 2024

© Regroupement des organismes ESPACE du Québec
157, rue des Chênes, bureau 218, Québec, G1L 1K6

TABLE DES MATIÈRES

	Introduction	5
Chapitre 1	La violence faite aux enfants...	6
	Les adultes et le pouvoir	
	Votre enfant et vous	9
Chapitre 2	La prévention	11
	Un bon point de départ	11
	Une autre étape	14
	La prévention par le jeu	18
Chapitre 3	Des pistes pour vérifier si votre enfant est victime de violence	23
	Comment savoir si...	23
	Comment savoir si vos doutes sont fondés ?	25
	Quelques idées pour favoriser les confidences	26
Chapitre 4	Quand l'enfant se confie à vous...	27
Chapitre 5	De l'aide pour vous et pour l'enfant	33
	Qui peut vous aider ?	33
	Si une situation doit être rapportée	34
	Conclusion	37
	Regroupement des organismes ESPACE du Québec	38
	Comment rejoindre votre organisme ESPACE ?	39

La mission des organismes communautaires autonomes ESPACE

Chacune de nos actions vise à offrir aux enfants la chance de vivre une enfance en sécurité et sans violence. C'est notre raison d'être, qui donne tout son sens à notre engagement quotidien de prévenir toutes les formes de violence faite aux enfants.

Prévenir la violence, c'est donner aux enfants les moyens de se protéger contre les agressions de tout type, mais c'est aussi outiller les adultes pour qu'ils puissent aider les enfants et les sensibiliser à leur rôle.

Les principales activités d'ESPACE:

- ◆ offrir son programme éducatif dans les écoles primaires, les milieux de garde (centre de la petite enfance et autres garderies), les groupes de loisirs et les autres milieux de vie des enfants, incluant des rencontres individuelles postatelières offertes aux enfants qui le désirent ;
- ◆ sensibiliser et soutenir la population en général, des organismes communautaires, des associations, des intervenants du milieu, etc. ;
- ◆ collaborer avec les différents intervenants – les organismes, les universités, les cégeps, les médias, les tables de concertation, etc. ;
- ◆ offrir de l'écoute téléphonique et de la référence.

Vous pouvez également consulter les activités de chaque organisme ESPACE en visitant le www.espacesansviolence.org.

Introduction

En tant que parents, vous souhaitez une société plus juste et un milieu de vie plus sécuritaire pour vos enfants. Vous les voulez heureux et confiants, capables d'affronter la vie avec tout ce qu'elle comporte de joie et de difficultés, d'amour et de violence. Les organismes ESPACE partagent avec vous ces désirs.

Trois facteurs importants rendent l'enfant vulnérable à la violence et font d'elle ou de lui des proies faciles pour les agresseurs:

- ◆ *son manque d'information au sujet des agressions et de ses droits ;*
- ◆ *sa dépendance envers les adultes pour répondre à ses besoins et pour assurer sa protection ;*
- ◆ *son isolement social, puisque les enfants entre eux se considèrent comme des compagnons de jeu et non comme des personnes pouvant s'entraider. C'est généralement par l'intermédiaire des adultes que l'enfant a accès aux ressources de la communauté.*

C'est pourquoi ESPACE travaille à prévenir toutes les formes de violence faite aux enfants.

Voici un guide simple et pratique pour contrer ces facteurs de vulnérabilité et permettre à votre enfant d'acquérir des stratégies qui renforcent l'affirmation de soi, la confiance en soi, le courage et la capacité d'entraide.

Nous souhaitons que cet outil contribue à développer encore davantage vos propres forces et celles de vos enfants.

Votre organisme ESPACE

Membre du Regroupement des organismes ESPACE du Québec



Chapitre 1

La violence faite aux enfants...

VIOLENCE VERBALE



Des enfants de tous les âges et de tous les milieux peuvent être victimes de violence.

De la violence qui n'a pas toujours l'air de ce qu'elle est... Des agresseurs qui n'ont pas toujours l'air de ce qu'ils sont...

VIOLENCE SEXUELLE



VIOLENCE PSYCHOLOGIQUE



L'intimidation naît d'un déséquilibre des pouvoirs. Elle inclut les agressions psychologiques, physiques et sexuelles, les menaces, la contrainte, l'exclusion, le rejet, le commérage ainsi que la diffusion de rumeurs et d'insultes. Ces actes peuvent être perpétrés en personne ou dans le cyberspace.

NÉGLIGENCE



La négligence se distingue par l'absence ou par l'insuffisance de gestes et de soins essentiels au développement de l'enfant.

VIOLENCE PHYSIQUE



Les enfants vivants dans un climat de violence grandissent très souvent en traînant avec eux toutes sortes de difficultés d'adaptation et de comportement.

ENFANT EXPOSÉ À LA VIOLENCE CONJUGALE



Jeux en ligne, cyberprédateurs, cyberintimidation et même sextage : le cyberspace est à la fois un lieu public et une jungle, avec ses merveilles et ses dangers !

CYBERVIOLENCE



Lorsqu'une personne utilise son autorité et son pouvoir pour diminuer, manipuler ou contrôler un enfant par des paroles ou des gestes qui lui font du mal ou de la peine, qui lui font peur ou l'humilient, elle abuse de son pouvoir. Cette personne fait subir de la violence et de l'intimidation à l'enfant.

Les adultes et le pouvoir

Notre statut d'adultes nous donne du pouvoir sur l'enfant. Ce pouvoir, lorsqu'il est utilisé de façon constructive, s'exerce à travers nos responsabilités face à l'enfant : l'encadrer, lui transmettre des valeurs, lui donner de l'affection, etc. Ce pouvoir n'est donc pas mauvais en soi, tout dépend de ce que nous en faisons. La plupart du temps, nous l'utilisons correctement pour guider l'enfant.

Votre enfant et vous

Personne n'est parfait. Il est possible que vos gestes et vos paroles dépassent parfois votre intention. Cependant, si vous voyez qu'il s'agit d'un abus de pouvoir qui se répète ou que votre geste est grave, allez chercher de l'aide.



Reconnaître que nous avons abusé de notre pouvoir et nous excuser sont des gestes qui montrent à l'enfant qu'il est important pour nous et que nous le respectons.



Le pouvoir utilisé d'une façon constructive dans votre action quotidienne aide l'enfant à grandir et le prépare à affronter différentes situations.

Faites-vous confiance. Vous possédez cette force qui permet à vos jeunes d'acquérir les habiletés nécessaires pour faire face à la vie.

Chapitre 2

La prévention

Par vos actions, au quotidien, vous pouvez procurer à votre enfant une bonne partie du bagage dont il aura besoin pour affronter les différentes formes de violence qui pourront survenir dans sa vie.

Un bon point de départ

Faire de la prévention, ce n'est pas seulement parler de violence... C'est aussi utiliser une méthode de discipline qui consiste à éduquer et à guider votre enfant afin de l'aider à développer sa confiance, son autonomie, sa force, son affirmation. C'est créer et maintenir une belle complicité avec votre enfant. Et c'est favoriser des relations basées sur le respect.



Créer des liens fondés sur l'amour et sur le respect aide l'enfant à se développer sainement et à prendre sa place dans la société.

Sachez que vous aidez déjà votre enfant toutes les fois que vous lui faites prendre conscience de son importance en tant que personne digne d'attention et de respect. Cela se produit chaque fois que vous...

... faites sentir à votre enfant que vous l'aimez :

- ◆ en lui prodiguant des caresses qu'elle aime ou qu'il aime et qui rassurent ;
- ◆ en lui offrant un sourire, un clin d'œil, un baiser soufflé, un mot d'amour ;
- ◆ en passant des moments en tête-à-tête seul avec elle ou avec lui ;
- ◆ en lui consacrant du temps pour jouer, lire ou dessiner.

... parlez avec votre enfant et prenez le temps de l'écouter :



- ◆ en discutant de sujets qui l'intéressent ;
- ◆ en lui permettant d'exprimer ses joies et ses peines, ses désirs et ses frustrations, ses questionnements et ses craintes ;
- ◆ en tenant compte de ses arguments et de ses opinions, en l'encourageant à les exprimer ;
- ◆ en lui apprenant à négocier par la discussion et non par la confrontation.

... montrez à votre enfant que vous lui faites confiance :

- ◆ en appréciant ses bonnes actions, ses bons résultats ;
- ◆ en encourageant et en soutenant ses efforts ;
- ◆ en l'aidant à prendre sa place, à s'affirmer ;
- ◆ en l'invitant à se fier à son jugement, à se faire confiance et à agir selon ses intuitions ;
- ◆ en reconnaissant son habileté à trouver ses propres solutions pour résoudre certains conflits.

... aidez votre enfant à devenir responsable :

- ◆ en lui apprenant le respect de soi et des autres ;
- ◆ en l'encourageant à acquérir une certaine forme de discipline telle que l'apprentissage de routines ;
- ◆ en lui donnant des responsabilités selon sa capacité et son âge ;
- ◆ en lui permettant de faire des choix, de participer à des décisions familiales ;
- ◆ en l'aidant à assumer ses décisions, ses choix et même ses erreurs.

... permettez à votre enfant de découvrir que vous n'êtes pas une personne parfaite :



- ◆ en l'autorisant à remettre en question vos comportements ;
- ◆ en reconnaissant vos erreurs ;
- ◆ en vous excusant lorsque nécessaire.

Vous utilisez probablement déjà plusieurs de ces méthodes de renforcement. Imaginez l'effet positif de ce que vous transmettez à votre enfant. Voilà de bonnes actions préventives !

Une autre étape

Faire de la prévention, c'est aussi donner à votre enfant une information constructive et rassurante.

Outillez votre enfant sur les façons de prévenir toutes les formes de violence ou d'y faire face.



Pour quelles raisons ?

Parce que...

- ◆ cela concerne tous les enfants, de tous les âges et de tous les milieux ;
- ◆ c'est aussi important de discuter de la prévention de la violence que de parler de la sécurité routière ou de la prévention des incendies ;
- ◆ ces connaissances sont utiles au bon développement de l'enfant.

Vous vous demandez peut-être : « Est-ce que je le fais bien ? Mon message est-il bien compris ? » Surmontez vos doutes, faites-vous confiance et passez à l'action !

Quand ?

Favorisez les moments où vous avez vraiment l'attention de l'enfant.

Chaque journée offre des périodes plus calmes pour discuter: durant le repas, lors d'une balade en auto ou à pied, après une activité, par exemple... Évitez d'ouvrir le dialogue dans le feu de l'action.

Profitez des situations de la vie quotidienne. Elles fournissent souvent de belles occasions de parler de prévention: un incident dans le voisinage, un événement particulier à l'école ou à la garderie, une lecture, un dessin animé, une émission, un jeu ou des images sur Internet.

Tirez parti de nouvelles expériences qui rendent votre enfant plus autonome, comme l'entrée à la garderie ou à l'école, la première randonnée à bicyclette, une nouvelle activité de loisir. C'est alors un bon moment pour apprendre ou pour revoir des stratégies de prévention.

Que faire ressortir ?

Expliquez à votre enfant que c'est son droit...

- ◆ de se sentir en sécurité, forte, fort et libre en tout temps ;
- ◆ de réagir si quelqu'un tente de la priver ou de le priver de ses droits.

Les quatre stratégies à donner à votre enfant pour faire face à toute situation de violence sont les suivantes:

1. Dire « NON »

Le seul fait de s'affirmer, de manifester son opposition, peut faire changer d'avis la personne qui voulait abuser de la vulnérabilité de l'enfant.





2. Demander l'aide d'amis ou d'autres enfants

À deux ou à plusieurs, il est plus facile de trouver des solutions et, s'il le faut, de se défendre.

3. Parler de la situation avec des adultes

Il est important que l'enfant puisse, si nécessaire, se confier à des adultes avec qui elle ou il se sent à l'aise et en confiance, et qui pourront lui venir en aide.



4. Utiliser l'autodéfense au besoin

C'est souvent possible de préserver nos droits par des moyens simples, mais il pourrait être nécessaire de réagir physiquement. Si votre enfant se sent en danger avec quelqu'un, elle ou il peut :

◆ Garder une distance sécuritaire ou se sauver au besoin :

Et si une personne la ou le retient et l'empêche de se sauver, elle ou il peut :

◆ Dire « **NON ! LÂCHE-MOI !** »

◆ **Utiliser des techniques d'autodéfense simples** (par exemple : donner un coup de pied au tibia, un coup de coude dans le ventre, égratigner, bouger beaucoup, etc.).

◆ **Crier** (voir la page 21 pour apprendre comment faire le cri d'autodéfense et à quoi il sert).

Quels sujets aborder ?

- ◆ Toutes les **questions** qui peuvent surgir au sujet de **la sexualité et des relations amoureuses**.
- ◆ La différence entre les **touchers** avec lesquels l'enfant se sent bien et ceux qui lui font ressentir un malaise. Mentionnez-lui que son corps lui appartient et que personne n'a le droit d'y toucher sans son consentement. Apprenez-lui aussi le nom exact des différentes parties du corps.
- ◆ Les dangers présents sur **Internet**, comme le partage de renseignements personnels ou de photos, des rencontres avec des personnes inconnues etc.
- ◆ La notion de **chantage** qui permet à une personne d'obtenir ce qu'elle veut d'une autre personne soit en l'attirant gentiment avec des cadeaux ou avec des faveurs, soit en l'obligeant par des menaces.
- ◆ La différence entre les **secrets** agréables et ceux qui sont lourds à garder dont il vaut mieux, par conséquent, révéler à une personne de confiance.
- ◆ Le **droit de ne pas obéir et de dire « NON »**, dans certaines circonstances, à toute personne, peu importe son âge ou son autorité, si l'enfant sent une menace, un danger ou un malaise.
- ◆ Le **droit de mentir ou de briser une promesse ou un secret** si c'est nécessaire pour préserver sa sécurité.
- ◆ Le **pouvoir d'agir** de chaque personne face à une situation qui la touche ou qui touche quelqu'un d'autre.

Quoiqu'il arrive (ou quoiqu'il soit arrivé), il est primordial que votre enfant sente que vous le croyez, que vous lui accordez toute votre confiance et tout votre amour. Rappelez-lui que la personne coupable est celle qui utilise la violence et non pas celle qui en est victime.

Témoins



Entraide

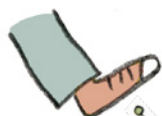
De quelle manière en parler ?

- ◆ Commencez par de l'information facile à retenir et simple.
- ◆ Choisissez des mots adaptés à l'âge et au vocabulaire de l'enfant.
- ◆ Mettez l'accent sur les solutions plutôt que sur le danger ou la peur.
- ◆ Utilisez un livre, une chanson, une vidéo, etc.
- ◆ Faites-le dans la détente, le plaisir.

La prévention par le jeu

Les jeux sur la prévention constituent un excellent moyen de transmettre de l'information à l'enfant. Plus vous jouez à ces jeux, plus votre jeune prend conscience de son habileté à trouver des solutions. Ces activités l'amènent à se fier davantage à son intuition, à développer sa confiance et à agir pour assurer sa sécurité.

Autodéfense



AAAAAH!

Cri

Le jeu « Que ferais-tu si... »

Vous pouvez varier les scénarios et mettre en vedette votre enfant avec d'autres enfants de son âge, puis avec des jeunes un peu plus vieux. Vous pouvez aussi introduire un inconnu, ou un adulte de son entourage, tel un entraîneur sportif, un membre de la famille, etc.

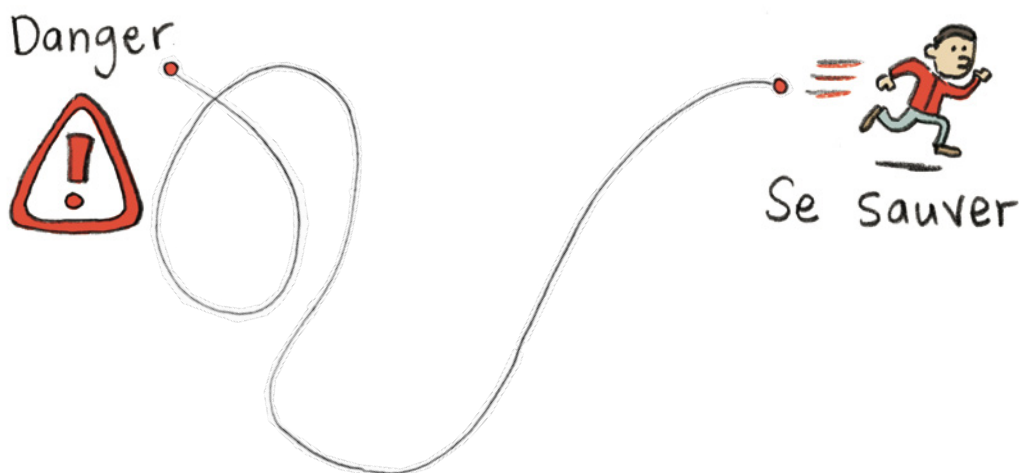
◆ Les thèmes peuvent varier à partir de...

... **situations inattendues.** Ex. : « Que ferais-tu si tu te perdais dans un endroit public ? », « Que ferais-tu si une personne qui joue en ligne avec toi te donnait rendez-vous ? », « Que ferais-tu si quelqu'un t'envoyait des messages blessants sur Internet ? »

... **situations farfelues.** Ex. : « Que ferais-tu si ton professeur te demandait de découper ton chandail en petits morceaux pour en faire un beau bricolage ? »

... **situations embarrassantes.** Ex. : « Que ferais-tu si une personne que tu connais et que tu aimes te demandais de l'embrasser, alors que tu ne veux pas ? »

... **situations qui, à première vue, semblent très alléchantes.** Ex. : « Que ferais-tu si une personne, dans le voisinage, t'offrait 20 \$ pour que tu l'aides à porter ses sacs d'épicerie dans la cuisine ? »



- ◆ La vie quotidienne fournit plusieurs autres thèmes qu'on peut utiliser dans ce jeu. Même les questions de l'enfant peuvent vous en suggérer.
- ◆ Passez de situations plus ou moins difficiles à des situations agréables.
- ◆ Sa réponse vous semble valable mais incomplète? Félicitez votre enfant et continuez à lui poser des questions en l'encourageant à pousser plus loin son raisonnement. Si nécessaire, complétez l'information.
- ◆ Bref, votre enfant doit comprendre qu'il est important:
 - ◆ **de se fier à son intuition ;**
 - ◆ **de dire « NON » ;**
 - ◆ **de réagir physiquement si nécessaire et de s'enfuir ;**
 - ◆ **de parler de la situation avec une personne adulte qui lui inspire confiance.**

Les jeux de rôles

Que diriez-vous de faire avec votre enfant de petites pièces de théâtre? C'est une façon amusante de mettre en pratique les solutions du jeu « **Que ferais-tu si ...** »

Le jeu du téléphone

L'enfant peut aussi «faire semblant» de vivre différentes situations demandant l'utilisation du téléphone pour recevoir de l'aide.

Ce jeu lui fournit des outils pour savoir :

- ◆ qui appeler
- ◆ où téléphoner
- ◆ quoi dire



La pratique du cri d'autodéfense

On se sert de ce cri pour :

- ◆ surprendre l'agresseur
- ◆ avertir l'entourage
- ◆ se donner de la force et du courage.



- ◆ Ces périodes d'exercice permettront à l'enfant de découvrir la force de ce cri. Vous constaterez, en le faisant avec votre jeune, toute la puissance et l'énergie qu'il procure. Avec l'entraînement, le cri d'autodéfense acquiert de plus en plus de force et dure de plus en plus longtemps.
- ◆ Certaines règles sont à respecter :
 - ◆ Ce cri vient du ventre et non de la gorge (cri grave et non aigu).
 - ◆ L'exercice doit se faire dans un endroit où le cri ne sera ni entendu ni interprété comme un appel à l'aide. Avertissez les gens qu'il s'agit d'un exercice.
 - ◆ L'utilisation de ce cri d'autodéfense peut être amusante. Cependant, rappelez à votre enfant de n'y recourir qu'en situation d'urgence.

Le jeu des questions sur la sécurité

En répondant aux questions de ce jeu, l'enfant doit réfléchir à des attitudes ou à des comportements utiles pour conserver ou pour retrouver sa sécurité. C'est un bon moyen de développer ses réflexes de façon préventive.

- ◆ Nomme-moi une règle de sécurité que nous avons à la maison ? À l'école ? Pour l'utilisation d'Internet ?
- ◆ Nomme-moi trois endroits **où** tu te sens en sécurité à l'intérieur ou à l'extérieur.
- ◆ Quelles sont les trois personnes **avec qui** tu te sens le plus en sécurité ? **Pourquoi** ?
- ◆ **Quand** te sens-tu vraiment en sécurité ? Parle-moi de trois de ces moments.
- ◆ Dis-moi **ce que** tu peux faire pour te sentir vraiment en sécurité.



Des pistes pour vérifier si l'enfant est victime de violence

Il est important de faire de la prévention. Cependant, il est tout aussi important de reconnaître les signaux nous indiquant qu'un enfant est possiblement victime de violence.

Les marques, les blessures peuvent être des indices de violence physique. Pour les enfants victimes de violence verbale, psychologique ou sexuelle, les traces ne sont toutefois nécessairement visibles.

De plus, tous les enfants ne réagissent pas de la même façon aux situations de violence. Ainsi, leurs réactions varient, par exemple, selon leur âge, leur personnalité, leur lien avec l'agresseur, le type de violence vécue, sa durée, sa gravité. Certains enfants se confient facilement, alors que d'autres peuvent garder le silence ou mentir pour différentes raisons :

- ◆ par peur de ne pas être cru.e.s ;
- ◆ par crainte de représailles ;
- ◆ par sentiment de culpabilité ;
- ◆ pour protéger l'agresseur.



Comment savoir ?

Des changements soudains dans le comportement de l'enfant sont souvent des indices que quelque chose ne va pas. C'est votre rôle d'adulte de vérifier ce qui se passe et d'offrir votre aide.



Il y a quelques jours, Valérie a soudainement piqué une bonne colère, comme il lui arrive d'en faire à l'occasion. Ses parents ne s'en sont pas inquiétés outre mesure. Mais voilà que, depuis ce jour, elle semble triste, a perdu l'appétit et fait des cauchemars la nuit. Décidément, quelque chose ne va pas...

Comme les parents de Valérie, vous le sentez intuitivement lorsque votre enfant vit une situation stressante.

La plupart du temps, ce stress est causé par:

- ◆ une situation nouvelle :
 - ◆ un déménagement ;
 - ◆ l'entrée à l'école ;
 - ◆ la naissance d'un frère ou d'une sœur, etc.

- ◆ des moments difficiles :
 - ◆ une période d'examens ;
 - ◆ un divorce ;
 - ◆ la perte d'un être cher ;
 - ◆ des chicanes, etc.

**Il peut arriver que la raison de son stress soit tout autre :
l'enfant est peut-être victime de violence.**

Comment savoir si vos doutes sont fondés ?

Peut-être que votre enfant n'exprime pas clairement ce qui perturbe sa vie... Mais, en même temps, son comportement crie : « J'ai besoin d'aide ! » Comment l'amener à se confier ?

Faites les premiers pas en parlant de vos doutes et de vos inquiétudes, tout en vous centrant sur les besoins de l'enfant.



Le fait d'exprimer votre inquiétude et d'encourager votre enfant à parler montre que vous vous souciez de son bien-être et que vous êtes disponible pour l'aider à résoudre son problème.

Il est important de respecter son rythme : malgré vos inquiétudes, évitez de harceler votre jeune en lui posant de nombreuses questions. Faites preuve d'ouverture et créez un climat rassurant. Votre enfant sentira tout le respect que vous lui accordez et aura davantage le goût de se confier.

Si votre enfant ne se confie pas à vous, c'est peut-être que son problème peut se régler sans votre aide. Respectez son choix.

Cependant, **si vous sentez que la situation persiste, faites-lui part à nouveau de vos inquiétudes.**

« Je te comprends. C'est parfois difficile... Mais en parlant avec quelqu'un, crois-tu que tu arriverais plus facilement à trouver des solutions ? Peut-être préférerais-tu en discuter avec une autre personne... une personne avec qui tu te sentirais plus à l'aise ? »



Si l'enfant ne s'ouvre pas davantage et que la situation s'aggrave ou devient urgente, mentionnez-lui votre intention de contacter des gens de son entourage qui pourront vous aider à découvrir ce qui se passe.

Quelques idées pour favoriser les confidences.

Profitez des occasions quotidiennes : une émission, un film, un jeu, un article peuvent être des points de départ pour amorcer une discussion sur ce qui semble déranger votre enfant.

Utilisez une situation vécue par une de vos connaissances, un événement particulier ou une expérience difficile qui démontre le courage nécessaire pour parler d'un problème.

Tirez avantage de certaines lectures que vous pourrez commenter avec l'enfant. Pour les plus jeunes, une histoire inventée dont le héros est cet animal... qui avait des soucis... et en a parlé à ... ce qui lui a permis de trouver des solutions... et de se sentir maintenant beaucoup mieux !

Quand l'enfant se confie à vous...

Certains problèmes que peut vous confier votre enfant vous sembleront bien petits. D'autres vous apparaîtront plus sérieux. Dites-vous que pour l'enfant, peu importe le problème, la situation vécue est importante. Vous devez donc accorder à chaque confiance, l'attention nécessaire en aidant votre jeune du mieux que vous le pouvez.

Commencez par mettre l'enfant à l'aise

Mettez-vous à la place de l'enfant qui vit ou qui a vécu une situation d'abus ou de violence...

Dans un **endroit calme et discret**, prenez simplement le temps d'**écouter** et de **croire** ses confidences, sans porter de jugement. Imaginez tout le bien que vous lui faites déjà !

Contrôlez vos réactions, dans la mesure du possible

Pendant que l'enfant se confie à vous, il se peut que vous ressentiez toutes sortes d'émotions, comme de l'inquiétude, de la tristesse, de la colère ou de la révolte.

- ◆ Si vous le pouvez, **restez calme** :
cela calmera l'enfant et contribuera à ne pas dramatiser la situation.
- ◆ Si vous n'arrivez pas à **maîtriser vos émotions** :
sécurisez l'enfant en lui disant que c'est ce qui lui est arrivé qui vous met dans cet état, que vous n'êtes pas en colère contre lui.

Rassurez l'enfant

Imaginez ce que votre enfant souhaiterait entendre :

- ◆ « Je trouve ça bien que tu m'en parles ; c'est correct et très courageux de ta part. »
- ◆ « Tu as le droit de te sentir en sécurité partout et en tout temps. »
- ◆ « Ce qui t'arrive, ce n'est pas de ta faute. »
- ◆ « Je t'aime et je vais toujours t'aimer. »



Le fait d'écouter et de croire l'enfant, sans porter de jugement, est déjà une étape précieuse dans sa démarche pour résoudre le problème.

Vous pouvez l'aider

Si l'enfant s'est confié à vous, cela veut dire qu'il règne un climat de confiance. Jusqu'ici, vous lui avez déjà apporté beaucoup.

Mais imaginez si, en plus :

- ◆ vous l'encouragez **à exprimer ses émotions**, sans lui suggérer les vôtres.
Comme l'enfant se sentira compris et soutenu !
Comme cela lui fera du bien !
- ◆ vous lui demandez **comment vous pouvez l'aider et quelles sont ses idées pour résoudre le problème**.
Vous lui redonnerez du contrôle sur la situation.
Vous lui ferez sentir que son opinion est importante.

Il est important que l'enfant se sente entourée-entouré et encouragée-encouragé. Évitez de tout prendre en charge et d'imposer vos solutions. Faites-lui confiance : bien souvent, ses idées pourront vous guider dans votre démarche.



Si vous vous sentez à l'aise de poursuivre la démarche

Laissez l'enfant vous raconter sa version des faits jusqu'au bout, dans ses propres mots.

- ◆ Il se peut que ce soit confus. L'enfant ne dira peut-être pas tout ou commencera par le plus facile.
- ◆ Croyez ce que vous dit l'enfant sans porter de jugement.
- ◆ À mesure que la confiance grandira, vous en saurez davantage.
- ◆ Respectez son rythme. Posez des questions simples et ouvertes, qui commencent par « qui », « quoi », « quand », « où », ce qui lui permettra de développer ses réponses.
- ◆ Ne lui faites surtout pas de promesses que vous ne pourriez tenir. Gardez en tête qu'il n'existe pas de solutions magiques ou instantanées.

Si le problème est simple à résoudre

- ◆ Établissez avec l'enfant un plan d'action (par exemple, par écrit ou au moyen d'un dessin).
- ◆ Apportez-lui votre support tout au long du processus.

Si le problème est plus complexe

- ◆ Vérifiez si l'enfant est en sécurité : avez-vous beaucoup ou peu de temps pour agir ?
- ◆ Si l'enfant est en situation de danger, expliquez-lui toutes les étapes venir. Mentionnez-lui que d'autres personnes seront possiblement appelées à jouer un rôle au cours des prochaines étapes. *C'est un moment pénible : bien souvent, l'enfant désire que la violence cesse, mais ne veut pas faire de tort à l'agresseur ou craint les conséquences...*

- ◆ Pendant cette période difficile, l'enfant aura besoin de personnes, dans son entourage, qui lui apporteront soutien et réconfort.



L'enfant peut traverser des moments difficiles lors de la résolution du problème. Toutefois, elle ou il se souviendra que quelqu'un a posé des gestes concrets pour faire cesser la situation de violence.

Si vous ne pouvez l'aider davantage

La situation peut vous sembler difficile à résoudre. Il est possible que vous ne vous sentiez pas à l'aise de poursuivre la démarche. Il est alors important que l'enfant sache que vous ne l'abandonnez pas. Faites-lui bien sentir que vous allez **vous occuper de lui apporter toute l'aide nécessaire : si ce n'est pas la vôtre, ce sera celle d'une autre personne.**

- ◆ Vérifiez si l'enfant connaît d'autres adultes à qui se confier et qui pourront l'aider.
- ◆ Veillez à ce que l'enfant poursuive la démarche et proposez-lui de l'accompagner, si tel est son désir.
- ◆ Assurez-vous **d'établir le lien entre l'enfant et la personne choisie.**

Ce que vous accomplissez pour votre enfant, vous pouvez aussi le faire pour tout autre jeune qui vous considère comme une personne de confiance ou qui manifeste des comportements qui vous inquiètent.



Chapitre 5

De l'aide pour vous et pour l'enfant

Aller chercher de l'aide auprès de son entourage, demander le soutien d'adultes de confiance ou de certains organismes qui sont là pour aider : voilà des démarches efficaces pour les enfants... et pour les adultes.

Qui peut vous aider ?

Vos proches.

Le fait de leur confier ce qui vous préoccupe peut vous aider :

- ◆ à comprendre plus clairement la situation ;
- ◆ à trouver davantage d'idées, de solutions ;
- ◆ à vous donner le coup de pouce dont vous avez besoin pour aller consulter, s'il y a lieu, les ressources du milieu.

Le milieu scolaire de l'enfant. Très souvent, l'école dispose de personnes pouvant vous conseiller :

- ◆ le personnel enseignant ;
- ◆ la direction ;
- ◆ les intervenantes et les intervenants scolaires (ex.: la ou le psychologue, la technicienne ou le technicien en éducation spécialisée (TES), l'infirmière ou l'infirmier, la psychoéducatrice ou le psychoéducateur).

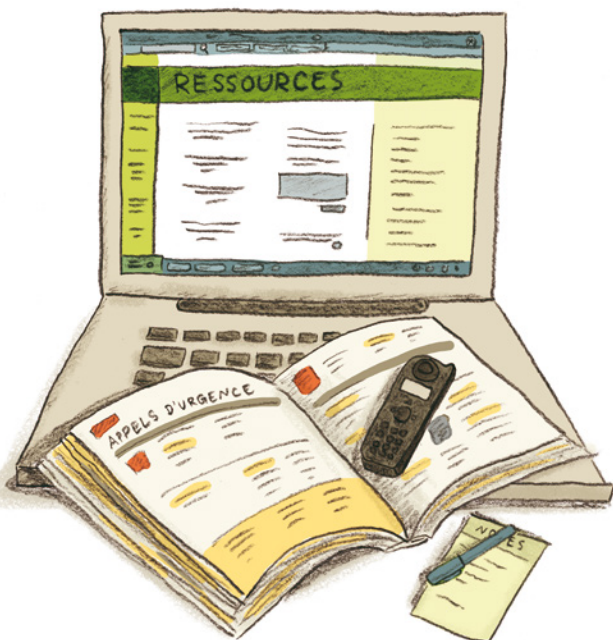
Les organismes communautaires et les groupes d'entraide.

Ils existent pour répondre à différents besoins. Comment les trouver ?

- ◆ Contactez l'organisme ESPACE de votre région : il pourra vous aider ou vous référer à d'autres ressources.

Les CLSC et les hôpitaux. Informez-vous des services offerts par votre CLSC. Pensez aussi au service de support et d'intervention qu'offrent les hôpitaux.

- ◆ Vous pouvez aussi joindre **Info-Santé ou Info-Social** en composant le 811 pour une consultation gratuite et confidentielle 24 heures par jour, 7 jours par semaine.



Il est rassurant de savoir que des ressources existent et que vous pouvez les consulter au besoin.

Si une situation doit être rapportée

Démarche auprès de la DPJ

- ◆ Lorsque vous soupçonnez qu'une enfant ou qu'un enfant, qu'une jeune ou qu'un jeune de votre entourage est victime de violence physique ou sexuelle, **vous devez** signaler sans tarder la situation à la direction de la protection de la jeunesse (DPJ) de votre région, même si vous jugez que les parents prennent des moyens pour mettre fin à la situation. C'est à la DPJ d'évaluer si ces moyens sont adéquats.

Si vous avez des motifs raisonnables de croire qu'un enfant ou qu'un enfant, qu'une jeune ou qu'un jeune de votre entourage vit une situation de négligence grave, d'abandon, de mauvais traitements psychologiques (dénigrement, menaces, rejet affectif, isolement, exploitation, exposition à la violence conjugale, etc.) ou qu'il a de sérieux problèmes de comportement (abus de drogues, tentative de suicide, fugue, délits, etc.), **vous pouvez** signaler la situation à la DPJ de votre région.

Cependant, si vous êtes une professionnelle ou un professionnel travaillant auprès des enfants, **vous devez**, dans l'exercice de vos fonctions, signaler à la DPJ toutes les situations visées par la Loi de la protection de la jeunesse (LPJ).

- ◆ Si vous avez des inquiétudes pour une enfant ou pour un enfant, des doutes sur la situation à dénoncer, contactez la DPJ qui pourra répondre à vos questions et vous guider dans les démarches à entreprendre.
- ◆ Lors d'un signalement, on vous demandera les coordonnées de l'enfant, les faits qui vous inquiètent, leur fréquence, etc.
- ◆ Votre nom ne sera pas dévoilé sans votre accord.
- ◆ La DPJ doit vous aviser si le signalement n'est pas retenu ou si l'évaluation de la situation a permis de conclure que la sécurité et le développement de l'enfant ne sont pas compromis. Si vous êtes une professionnelle ou un professionnel travaillant auprès des enfants et que la situation de l'enfant est prise en charge, la DPJ doit vous en informer.
- ◆ Il peut être utile de noter le nom de la personne du Centre jeunesse avec laquelle vous avez parlé.

Pour plus d'information, consulter en ligne

«Faire un signalement au DPJ, c'est déjà protéger un enfant – Quand et comment signaler».



*Oui, dénoncer demande du courage !
Pour vous aider, mettez-vous à la place de l'enfant
qui est ou a été victime de ces violences...*



Service de police

Lorsque vous souhaitez que l'agresseur soit arrêté, c'est la police qui doit être contactée. Cela permet de protéger d'autres enfants. Même lorsque vous ne souhaitez pas porter plainte, il est conseillé de contacter la police, qui peut être à la recherche d'indices.

Entente multisectorielle

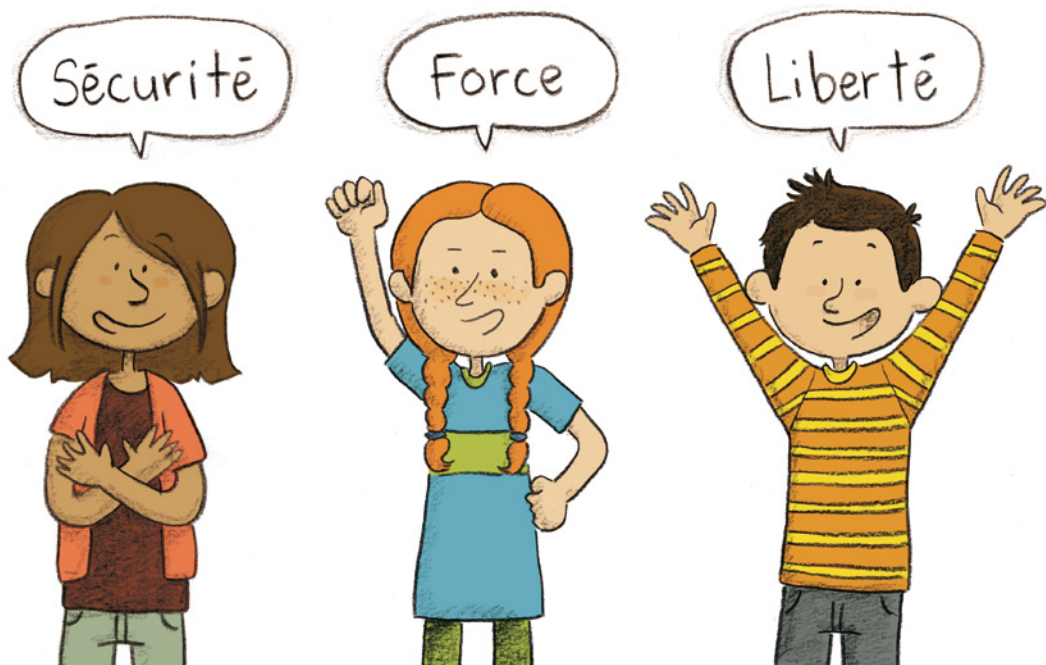
Lorsqu'il y a un signalement à la DPJ ou à la police, il existe une entente multisectorielle. Celle-ci exige une concertation entre la DPJ et tous les acteurs concernés (police, milieu judiciaire ou encore d'autres partenaires comme le milieu scolaire, le milieu de garde). C'est le cas lorsqu'il existe un motif raisonnable de croire que la sécurité ou le développement d'un enfant est compromis. Ces situations concernent les enfants victimes d'agressions sexuelles, de mauvais traitements physiques ou d'une absence de soins menaçant leur santé.

Conclusion

Nous espérons, avec cette brochure, avoir réussi à vous donner des outils concrets pour aborder la question de la prévention avec vos enfants, ou encore pour leur venir en aide si cela est nécessaire. Rappelez-vous que nous sommes là pour vous et vos enfants, si vous avez besoin de soutien.

Pensez aux gestes simples que vous pouvez poser pour que cesse enfin la violence envers les enfants. Faites preuve de vigilance. N'hésitez pas à signaler à certaines personnes leur attitude non respectueuse envers les enfants et prenez le temps de vérifier des faits et gestes qui vous semblent suspects ou bizarres.

Passez à l'action, parce que chaque action constructive contribue à bâtir un monde où adultes et enfants se sentiront enfin en **sécurité, fortes, forts et libres!**



Regroupement des organismes ESPACE du Québec

Le ROEQ est responsable de l'implantation et du développement du programme ESPACE. Il est fier des prix qu'il a reçus :

- ◆ Prix des droits et libertés



- ◆ Prix de la Fondation Marie-Vincent



- ◆ Prix d'excellence Persillier Lachapelle

- ◆ Prix du meilleur jeu à impact social, festival MÉGAMIGS 2020

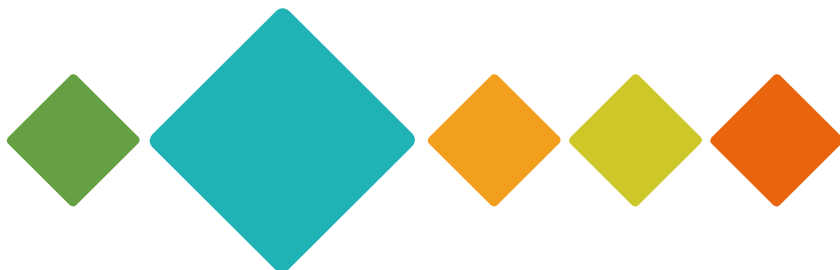


- ◆ Prix annuel Desjardins de l'éducation

- ◆ Prix Ensemble contre l'intimidation 2022 du Ministère de la famille



- ◆ Mention d'honneur aux prix excellence 2024 du Ministère de la Santé et des Services sociaux



Comment rejoindre votre organisme ESPACE ?

ESPACE Centre-du-Québec	819 752-9711
ESPACE Chaudière-Appalaches	418 603-8383
ESPACE Côte-Nord	418 296-2403 Sans frais : 1 866 589-2405
ESPACE Gaspésie-les-îles	418 368-2015 Sans frais : 1 866 368-2445
ESPACE Mauricie	819 375-3024
ESPACE Outaouais	819 771-1546
ESPACE région de Québec	418 649-5140
ESPACE Suroît	450 371-8096
Regroupement des organismes ESPACE du Québec	418 667-7070

www.espacesansviolence.org

espacesansviolence.org



Ce Guide à l'intention des parents est un document sur la prévention de la violence faite aux enfants. Simple et efficace, il propose divers outils qui vous aideront à faire en sorte que toujours plus d'enfants puissent vivre une enfance en sécurité et sans violence.