

RECEVOIR LES CONFIDENCES ET ACCOMPAGNER L'ENFANT

Recevoir les confidences peut faire une différence significative pour l'enfant qui a vécu un événement traumatisant. Partager son vécu, donne un sens aux émotions ressenties et libère une partie de sa souffrance. Cela permettra à l'enfant d'entamer un processus de recherche de solution et de reprise de pouvoir. Il a pris tout son courage pour vous parler. Vous devez maintenant l'accompagner afin qu'il poursuive son cheminement l'amenant à faire respecter ses droits et retrouver sa sécurité.

Voici donc, les «façons d'être» incontournables pour recevoir les confidences d'un enfant et l'accompagner dans ses démarches.

Soyez présent

- ▶ Si vous êtes une référence pour l'enfant, il se tournera vers vous quand il en aura besoin autant dans ses joies que dans ses moments difficiles, dans les petits et les grands problèmes.
- ▶ Profiter de chaque occasion pour renforcer votre lien de confiance.
 - «J'aimerais savoir comment s'est passé ta journée à l'école ou ta fin de semaine ?»
 - «Je vois que tes notes ont diminuées, tu sais je suis là pour toi si tu as en besoin.»
 - «Ça me touche que tu me fasses confiance.»

Soyez à l'écoute

- ▶ Écouter à 100% ce que l'enfant souhaite nous dire, être attentive-attentif même à l'enfant qui ne parle pas.
- ▶ Trouver un moment propice où toute votre attention est consacrée à l'enfant.
- ▶ Mettez-vous à sa hauteur, regardez-le dans les yeux et considérez l'enfant comme votre égal.
- ▶ Reformuler en réutilisant son vocabulaire, l'enfant se sentira compris.
 - «Tu sais c'est vraiment important ce que tu me dis, j'aimerais qu'on en reparle durant l'heure du dîner. On sera tranquille juste toi et moi, ça te va?»

- «Tu sais, tu peux me faire confiance, je suis là pour t'écouter. J'ai tout mon temps.»

Croyez l'enfant

- ▶ L'enfant peut avoir de la difficulté à expliquer clairement ce qu'il vit. Même si l'histoire semble décousue, farfelue ou anodine, mieux vaut croire cette histoire, que de briser le lien de confiance.
- ▶ Il peut également vous dire que cela arrive à quelqu'un d'autre, à un jouet ou vous dévoiler les parties les moins embarrassantes pour observer votre réaction.
- ▶ Soyez patient, au fur et à mesure que sa confiance grandira, l'enfant vous donnera des détails.
- ▶ Pour un enfant qui a subi de la violence, être cru est le premier pas vers la guérison.
- ▶ Éviter les jugements : «Je ne comprends pas, ça ne se peut pas, c'est impossible ou ça n'a pas d'allure.»

Respecter son rythme

- ▶ Laisser l'enfant aller au bout de sa version des faits sans l'interrompre et sans l'influencer en utilisant des facilitateurs verbaux comme «hum, hum» ou «je comprends» pour l'aider à poursuivre.
- ▶ Accueillir les silences et ne pas bombarder l'enfant de questions.
- ▶ Éviter les mots comme «raconte-moi» car cela fait davantage référence à l'imaginaire, dire plutôt : «explique-moi ou dis-moi.»
- ▶ Poser des questions simples, ouvertes et non suggestives (Qui, quoi, où, comment).

Lors d'une expérience, un scientifique pose la question suivante à un enfant de trois ans qui s'est blessé à la joue avec un arbuste :

«Je vois que tu as une égratignure sur la joue. Est-ce que c'est un chat qui t'a fait ça?» L'enfant répond : «Non»

Peu après, un autre expérimentateur demande à cet enfant : «Qu'est-ce que tu as sur la joue?»

Et l'enfant répond : «J'ai été «grafigné» par un chat.»

Normaliser ses émotions

- ▶ Le cerveau des enfants, encore immature, a besoin d'entraînement et de temps pour apprendre à gérer ses émotions. L'enfant peut donc se demander si c'est correct de ressentir différentes émotions.
- ▶ Contrôler ses propres réactions car l'enfant peut se sentir responsable des émotions vécues par l'adulte et se refermer.

- «Je vois que tu es triste et c'est normal.»

- «Il semble avoir une grosse tempête à l'intérieur de toi...»

- «Ce que tu me dis me rend triste, mais ce n'est pas de ta faute, c'est ce que tu vis qui me fait ressentir ça.»

Déculpabiliser et rassurer

- ▶ Que l'enfant soit témoin, auteur ou la cible d'actes de violence, il vit de la honte, de la peur ainsi qu'une profonde culpabilité.
- ▶ L'enfant peut penser qu'il ne fait pas bien d'en parler, particulièrement si l'auteur lui a fait promettre de garder le secret par des menaces et de la manipulation.
- ▶ Même si votre désir est de rassurer l'enfant, ne faites pas de promesses que vous ne pouvez tenir, cela pourrait nuire à sa confiance.

- «Ce n'est jamais la faute des enfants, des situations comme celles-là...»

- «C'est courageux de dénoncer. Tu as bien fait de m'en parler.»

- «C'est la personne qui commet les gestes qui est responsable de ce qu'elle fait.»

- «Personne n'a le droit de te faire du mal car tu as le droit de te sentir en sécurité.»

Chercher ensemble des solutions

- ▶ À la suite d'une situation de violence, l'estime et la confiance en soi de l'enfant est probablement diminuée.
- ▶ Demandez à l'enfant ce qu'il veut ou ce qu'il s'attend de vous, cela vous permet de clarifier votre rôle et vos limites.
- ▶ Faites-le participer à la recherche de ses solutions en valorisant ses démarches car de cette façon, il reprend le contrôle de la situation ainsi que son pouvoir personnel.
- ▶ Si l'enfant a la capacité de régler lui-même son problème, faites-lui confiance et encouragez le dans ses démarches.

- «As-tu déjà essayé de faire quelque chose avant de venir m'en parler?»

- Si l'enfant dit non, dire : «Tu es venu m'en parler et c'est très courageux, maintenant, on va voir ensemble ce qu'on peut faire.»

- «As-tu une idée de ce que tu peux faire pour que ça arrête?»

- «Qu'est-ce que je pourrais faire pour t'aider?»

- «Quand penses-tu mettre en pratique tes solutions? Parfait, on se revoit lundi et on va voir ensemble comment ça s'est passé et ce qu'on peut faire d'autre pour t'aider.»

Assurer un suivi

- ▶ Demander à l'enfant s'il a réussi à mettre en pratique ses solutions. Le féliciter et s'assurer qu'il a repris le pouvoir sur sa situation.
- ▶ Lui mentionner que vous serez toujours là s'il a besoin de parler.
- ▶ Au besoin, l'accompagner dans une nouvelle recherche de solutions.
- ▶ Si vous n'êtes pas la meilleure personne pour soutenir l'enfant, faites le lien entre l'enfant et la personne ressource.

- «Je suis très fierE de toi, si je comprends bien tu as réussi à résoudre ton problème, te sens tu mieux maintenant?»

- «Je pense que tous les deux on va avoir besoin de l'aide d'une autre personne pour que tu puisses te sentir bien.»

Si la sécurité de l'enfant est compromise...

Établir un scénario de protection avec l'enfant (personne ressource à proximité, téléphone d'urgence...). Cela apportera une sécurité à l'enfant durant la période d'attente des mesures de protection.

- «Tu sais, tu peux téléphoner à la police si cela arrive pendant la nuit.»
- «Est-ce qu'il y a un voisin, chez qui tu pourrais aller te réfugier en cas d'urgence?»

- ▶ Il est important de noter vos observations, les gestes et paroles de l'enfant tout au long du processus, mais pas en sa présence. La fréquence des événements est importante, n'oubliez pas d'y inscrire la date et l'heure.
- ▶ Si vous avez des motifs raisonnables de croire (observations ou confidences) que la sécurité et le développement d'un enfant pourraient être compromis, vous avez le devoir de signaler à la Protection de la Jeunesse.
- ▶ Si vous avez un doute sur la pertinence de faire un signalement, informez-vous auprès des intervenants de la DPJ, ils sauront vous éclairer.
- ▶ Consulter le document Faire un signalement au DPJ, c'est déjà protéger un enfant : <http://www.cdpmj.qc.ca/Documents/08-838-01f.pdf>

Recevoir les confidences d'un enfant peut être source de stress et de questionnements, n'hésitez pas à aller chercher de l'aide auprès de vos collègues, votre famille, vos amis et au besoin contactez **Escouade pour l'enfance**.

Souvent les enfants doivent se confier plusieurs fois avant de recevoir de l'aide. Si l'enfant s'ouvre à vous aujourd'hui c'est qu'il vous considère comme une personne de confiance. Miser sur ce lien et faites-en sorte qu'il ait le droit de grandir en sécurité, de s'épanouir et de développer son plein potentiel.