



NATIONAL
ASSOCIATION OF
SCHOOL
PSYCHOLOGISTS

Parler Aux Enfants au Sujet de la Violence : Conseils Pour les Parents et les Enseignants

Les actes spectaculaires de violence, en particulier dans les écoles, peuvent confondre et effrayer les enfants qui peuvent se sentir en danger ou s'inquiéter que leurs amis ou proches soient à risque. Les enfants comptent sur les adultes pour des informations et des conseils sur la façon de réagir. Les parents et le personnel de l'école peuvent aider les enfants à se sentir en sécurité en établissant un semblant de normalité et de sécurité et en parlant avec eux de leurs craintes.

1. **Rassurez les enfants qu'ils sont en sécurité.** Soulignez que les écoles sont très sûres. Reconnaissez leurs émotions. Expliquez que toutes les émotions sont normales lorsqu'une tragédie survient. Laissez les enfants exprimer leurs émotions, aidez à les mettre en perspective et aidez à exprimer ces émotions convenablement.
2. **Prenez le temps de parler.** Laissez leurs questions vous guider par rapport à la quantité d'informations à fournir. Soyez patient. Les enfants et les jeunes n'expriment pas facilement leurs émotions. Faites attention aux indices qui montrent qu'ils voudront peut-être vous parler, comme tournant autour de vous pendant que vous faites la vaisselle ou des travaux de jardinage. Certains enfants préfèrent écrire, jouer de la musique ou faire un projet artistique comme un exutoire. Les jeunes enfants peuvent avoir besoin d'activités concrètes (par exemple, dessiner, regarder des livres d'images, ou faire du jeu imaginaire) pour les aider à identifier et à exprimer leurs émotions.
3. **Donnez des explications adaptées à leur développement.**
 - **Les enfants du début des écoles élémentaires** ont besoin d'informations brèves, simples qui doivent être équilibrées avec des assurances que leur école et leurs maisons sont sûres et que les adultes sont là pour les protéger. Donnez des exemples simples de sécurité à l'école, comme rappelant les enfants que les portes extérieures sont fermées, les efforts de contrôle des enfants dans la cour de récréation et des exercices d'intervention pratiqués au cours de la journée scolaire.
 - **Les enfants des classes supérieures des écoles élémentaires** et du collège seront beaucoup plus aptes à poser des questions par rapport à leur sécurité et ce qui se déroule dans leur école. Ils peuvent avoir besoin d'assistance pour distinguer la réalité de la fantaisie. Discutez des efforts des leaders scolaires et communautaires pour fournir des écoles sûres.
 - **Les élèves du collège et de lycée** auront des opinions fermes et diverses sur les causes de la violence dans les écoles et la société. Ils partageront des suggestions concrètes sur la façon de maintenir les écoles plus sûres et la manière de prévenir des tragédies dans la société. Mettez l'accent sur le rôle que les élèves jouent pour le maintien de la sécurité des écoles en suivant les directives de sécurité de l'école (par exemple; ne pas fournir l'accès aux bâtiments aux intrus signalez les intrus sur le campus, signalez les menaces pour la sécurité de l'école faite par des élèves ou des membres de la communauté, etc.), communiquez toute préoccupation de la sécurité personnelle aux administrateurs scolaires et accédez à des soutiens pour des besoins émotionnels.
4. **Examinez les procédures de sécurité.** Ceci devrait inclure des procédures et des mesures de sécurité à l'école et à la maison. Aidez les enfants à identifier au moins un adulte à l'école et dans la communauté auquel ils s'adressent s'ils se sentent menacés ou en danger.

5. **Observez l'état émotionnel des enfants.** Certains enfants ne peuvent pas exprimer leurs préoccupations verbalement. Les changements dans le comportement, l'appétit et le sommeil peuvent indiquer le niveau d'anxiété ou d'inconfort d'un enfant. Pour la plupart des enfants, ces symptômes se dissiperont avec la réassurance et le temps. Néanmoins, certains enfants peuvent être à risque de réactions intenses. Des enfants qui ont eu une expérience post-traumatique, ou une perte personnelle, souffrent de dépression ou d'autre maladie mentale ou ayant des besoins spéciaux peuvent être plus à risque de graves réactions que d'autres. Demandez l'aide des spécialistes en santé mentale si vous êtes inquiet.
6. **Limitez le temps d'écoute de ces événements à la télévision.** Limitez le temps d'écoute de la télévision et sachez si la télévision est sur des chaînes communes. Les informations inappropriées à son développement peuvent causer l'anxiété ou la confusion, particulièrement chez les jeunes enfants. Les adultes doivent également tenir compte de la teneur des conversations qu'ils ont entre eux devant les enfants, même devant les adolescents et de limiter leur exposition à des commentaires de vengeance, haine et fureur qui pourraient être mal compris.
7. **Maintenez une vie normale.** Le maintien d'un emploi du temps régulier peut être rassurant et peut promouvoir la santé physique. Assurez-vous que les enfants dorment assez, aient des repas réguliers et de l'exercice. Encouragez-les à faire leurs devoirs et à maintenir leurs activités extrascolaires, mais ne les poussez pas s'ils semblent submerger.

Points Importants à Souligner Lorsque que Vous Parlez Aux Enfants

- **Les écoles sont des lieux sûrs.** Le personnel scolaire collabore avec les parents et le personnel responsable de la sécurité publique (police locale et pompiers, intervenants en cas d'urgence, hôpitaux, etc.) afin de préserver votre sécurité.
- **Le bâtiment de l'école est en sécurité parce que...** (citez les procédures spécifiques de l'école).
- **Nous jouons tous un rôle dans la sécurité à l'école.** Soyez attentif et informez un adulte si vous voyez ou entendez quelque chose qui vous met mal à l'aise, rend nerveux ou vous effraie.
- **Il y a une différence entre rapporter, faire des commérages ou bavarder.** Vous pouvez fournir des informations importantes qui peuvent prévenir un danger directement ou de façon anonyme en disant ce que vous savez ou ce que vous avez entendu à un adulte à qui vous faites confiance.
- **Ne pas s'attarder sur les pires possibilités.** Bien qu'il n'y ait aucune garantie absolue que quelque chose de grave n'arrivera jamais, il est important de comprendre la différence entre la **possibilité** que quelque chose survienne et la **probabilité** que cela affectera notre école.
- **La violence absurde est difficile à comprendre pour tout le monde.** Faire des choses que vous aimez, se tenir à votre routine normale et être avec des amis et votre famille aident à nous sentir mieux et à nous empêcher de nous inquiéter au sujet de l'événement.
- **Parfois les gens font de mauvaises choses qui blessent les autres.** Ils peuvent être incapables de maîtriser leur colère, sous l'influence de drogues ou d'alcool ou souffrant de maladie mentale. Les adultes (parents, enseignants, policiers, médecins, chefs religieux) travaillent très dur pour obtenir de l'aide à ces personnes et de les empêcher de faire du mal aux autres. Il est important pour chacun d'entre nous de savoir comment obtenir de l'aide si nous nous sentons vraiment bouleversés ou en colère et de rester loin des drogues et d'alcool.
- **Se tenir loin des armes à feu et d'autres armes.** Signalez à un adulte si vous connaissez quelqu'un qui a une arme à feu. L'accès aux armes à feu est l'un des principaux facteurs de risque de violence mortelle.
- **La violence n'est jamais une solution à des problèmes personnels.** Les élèves peuvent faire partie d'une solution positive en participant à des programmes de lutte contre la violence à l'école, en apprenant des techniques de médiation des conflits, et en demandant de l'aide d'un adulte s'ils sont en colère, souffrent de la dépression ou d'autres émotions, qu'ils ne peuvent pas contrôler ou un de leurs pairs qui est en colère, souffre de la dépression, ou d'autres émotions, qu'il ne peut pas contrôler.

NASP a des informations supplémentaires pour les parents et les éducateurs sur la sécurité à l'école, la prévention de la violence, les réactions de traumatisme des enfants et des réponses aux crises à www.nasponline.org.

©2006, National Association of School Psychologists, 4340 East West Highway #402, Bethesda, MD 20814