

DISCUTER

sainement sur la pratique
de sport ou de loisir de
votre enfant



À l'action!
AGISSONS CONTRE L'INTIMIDATION
en contexte de sport, de loisir et de plein air

CRÉER UN CLIMAT favorable aux confidences

Avoir une posture positive et d'écoute avec votre enfant renforcera le lien de confiance qui vous unit. Démontrez-lui votre intérêt pour son expérience dans son sport ou ses loisirs. Cela le ou la motivera à se confier à vous. Avoir ces discussions au quotidien vous aidera aussi à détecter l'apparition de situations problématiques dans son expérience.

Des questions positives axées sur l'expérience de votre enfant :

As-tu eu du plaisir ? Pour quelles raisons ?

Qu'est-ce qui a bien fonctionné ?

Qu'est-ce que tu aimerais améliorer ?

Qu'est-ce qui t'a rendu fier·ère ?

Est-ce qu'il y a quelque chose qu'on pourrait changer pour que ce soit plus agréable pour toi ?

VIGILANCE

Les victimes d'intimidation peuvent avoir de la difficulté à se confier. Il est donc nécessaire de rester à l'affût de certains signes.

Si votre enfant ...

Change brusquement de comportements ou d'humeurs;

Est souvent seul·e; a de la difficulté à se faire des ami·e·s;

Prend mal sa place dans le groupe; est peu habile socialement;

Perd l'intérêt pour son sport, pour ses loisirs ou pour l'école;
performe de moins en moins bien à l'école ou en sport;

Évite certains lieux, comme son centre sportif, son lieu de pratique, les vestiaires, l'autobus, l'école, etc.;

Vit de la nervosité quand il ou elle reçoit un texto;

**... il ou elle pourrait être victime
d'intimidation.**

CONSEILS

pour faciliter la discussion sur l'intimidation

La discussion doit rester centrée sur votre enfant : ses besoins, ses sentiments, ses solutions, etc. Votre enfant se sentira ainsi mieux soutenu.

Choisir un endroit informel pour parler (p. ex. en voiture, durant une promenade).

Débuter la discussion seulement s'il vous est possible de la terminer.

Laisser votre enfant s'exprimer à son rythme. Ne lui tirez pas les vers du nez.

Demander à votre enfant ce qu'il ou elle veut et ne veut pas faire.

L'aider à décrire plus précisément ce qu'il ou elle a vécu tout en faisant preuve de délicatesse. Son problème peut être gênant. Il ou elle peut avoir peur de votre réaction.

L'encourager à dénoncer (p. ex. entraîneur·e, club, enseignant·e, animateur·trice).

PIÈGES À ÉVITER

Agir à sa place de manière impulsive

Banaliser la situation ou lui dire d'ignorer la situation

Penser qu'il ou elle est assez grand·e pour gérer seul·e sa situation

Suggérer de répondre par la violence

Le ou la culpabiliser sur sa manière de se comporter

Lui retirer ses appareils électroniques en cas de cyberintimidation. C'est l'une des principales craintes qui freinent les jeunes à parler à leurs parents.

Nous joindre

Ligne d'écoute

Français: 1-833-211-AIDE (2433)

English: 1-833-245-HELP (4357)

Textos

1-833-211-AIDE (2433)

Clavardage

sportaide.ca - boîte de clavardage au bas de l'écran

Courriel

aide@sportaide.ca

Réseaux sociaux (Facebook et Instagram)
