

LORSQUE VOTRE ENFANT A BESOIN DE PLUS DE SOUTIEN



pour les
femmes

Quand un enfant a dû traverser une période difficile et stressante, comme cela se produit dans les situations de violence familiale et de séparation des parents, la mère peut faire beaucoup pour l'aider à s'en tirer sain et sauf. Voici donc quelques suggestions à ce sujet :

- utilisez les « dix conseils essentiels » pour les parents (page 32 et page 36)
- aidez votre enfant ou votre ado à abandonner des stratégies pernicieuses pour favoriser des mécanismes d'adaptation plus salutaires (page 44)
- examinez les suggestions spécifiques pour des enfants de chaque groupe d'âge qui ont vécu avec la violence (pages 50 à 57)
- employez des techniques efficaces de discipline à la maison (page 60)
- efforcez-vous de guérir et de renforcer le lien avec votre enfant, s'il a été affecté par la violence (64)
- faites votre possible pour que les contacts avec votre ex-conjoint ne mettent pas votre enfant en danger (page 66)

Malgré tout, certains enfants ou adolescent(e)s auront des problèmes qui pourraient exiger une assistance professionnelle. N'hésitez pas à demander cette aide lorsque le comportement inquiétant de votre enfant :

- pose un risque pour la sécurité de votre enfant ou pour celle d'autres personnes
- pose un risque pour vous, parce qu'il ou elle vous attaque physiquement
- est assez intense pour affecter son adaptation quotidienne à la maison ou à l'école
- est assez intense pour affecter le bien-être de vos autres enfants ou des élèves de son école
- crée, pour vous, un stress qui compromet votre bien-être
- n'est pas modifié par un usage constant et cohérent des stratégies de base suggérées aux parents dans ces cas-là



Votre intervenante ou la dirigeante de votre groupe peut vous suggérer un organisme de votre région, si vous désirez faire évaluer la santé mentale de votre enfant. Il s'agit là de la première étape pour déterminer quelle serait l'intervention la plus appropriée.



Le site Internet identifié ci-dessous aide les parents à localiser en Ontario le centre de santé mentale pour enfants le plus près de chez eux : **www.parentsforchildrenmentalhealth.org**