



Ensemble pour la vigilance

Directives générales aux parents
d'enfants âgés de **12-17 ans**



réseau
enfants-retour
Garder l'espoir en vie

Fondé en 1985, le Réseau Enfants-Retour offre des services de première ligne aux familles affligées par la disparition d'un enfant. Notre personnel accompagne, appuie et conseille ces familles éprouvées en collaborant étroitement avec les agences d'application de la loi, d'autres organisations de recherche d'enfants disparus ainsi que les médias.



De plus, le Réseau Enfants-Retour dispense des programmes complets d'éducation et de prévention spécifiquement conçus pour les enfants, les parents et les professionnels.



Visitez notre site Web au
www.reseauenfantsretour.org ou communiquez
avec nous au 514 843-4333



©2016 Réseau Enfants-Retour

Tous droits réservés. Il est strictement interdit de reproduire cette publication en tout ou en partie, de la transmettre sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit, de l'emmagasiner dans une base de données ou dans un système d'extraction, sans le consentement écrit préalablement obtenu auprès de **Réseau Enfants-Retour**.

AIDEZ VOTRE ADOLESCENT À DÉVELOPPER SA CONFIANCE EN LUI-MÊME

Accordez-vous du temps de qualité avec votre enfant à travers des activités qui conviennent à son âge et à ses intérêts – n’oubliez pas d’en profiter pour échanger avec lui et non pour le confronter. Les expériences partagées (repas autour de la table, magasinage ensemble, etc.) contribuent à développer la confiance et le respect, deux composantes essentielles d’une communication ouverte.

- Établissez un centre d’information et des messages à la maison. Votre enfant constatera que vous êtes disponible pour entendre ses confidences s’il a un problème ou si tout va bien;
- Donnez l’exemple quant au type de comportement que vous espérez chez votre enfant. Si vous souhaitez qu’il exprime ses sentiments en toute franchise, vous devez être prêt à faire de même;
- Utilisez l’écoute active avec votre adolescent. Portez une attention spéciale à l’émotion qui se trouve derrière le message; tentez de comprendre ce que vous dit votre jeune en lui répétant son message dans vos propres mots;
- Encouragez votre enfant vers la réussite et aidez-le à surmonter ses différences et ses désaccords;
- Créez des occasions qui favoriseront chez votre enfant la prise de décisions positives concernant sa vie;
- Protégez votre enfant contre la solitude et l’isolement;
- Défendez votre enfant en cas de harcèlement, de solitude ou d’abus verbal;
- Félicitez votre enfant pour ses réussites. Face aux échecs, suggérez-lui des façons positives de s’améliorer et assurez-vous de ne pas critiquer son comportement;
- Établissez des limites réalistes et soyez consistant en les appliquant.

L’ADOLESCENCE : UNE PÉRIODE DE TRANSITION DURANT LAQUELLE VOTRE ENFANT ENTRE DANS L’ÂGE ADULTE

Faites de votre demeure un lieu de confiance et d’appui où les besoins de votre enfant sont satisfaits. Encouragez votre enfant à partager tout secret qui le rendrait inconfortable ou effrayé. Chaque jour, réservez un moment pour discuter avec votre enfant et écoutez attentivement ce qu’il a à dire.

Les enfants ont un besoin criant de sentir que l’adulte qui compte le plus pour eux les accepte comme ils sont, se soucie d’eux et ne reculerait devant rien pour assurer leur sécurité et leur bien-être. Les enfants qui ont développé une saine estime d’eux-mêmes risquent moins d’être victimes d’enlèvement, d’agression ou d’exploitation.

RÈGLES DE BASE QUI CONTRIBUENT À ASSURER LA SÉCURITÉ PERSONNELLE DE VOTRE JEUNE

FAIRE CONFIANCE À SON INSTINCT

Incitez votre enfant à faire confiance à son système d'alarme interne qui le prévient lorsqu'il ressent un malaise ou un inconfort, un embarras ou une crainte. Rappelez-lui que si son alarme se déclenche, il a toujours le droit de dire « NON ! », même s'il s'agit d'un membre de la famille ou d'un ami proche.

L'ÉQUATION DE LA SÉCURITÉ

Apprenez à votre adolescent à toujours se poser les trois questions suivantes lorsque sa sécurité est en cause :

- AI-JE UNE IMPRESSION FAVORABLE ? ► ÉCOUTER SON INSTINCT**
- MES PARENTS SAURONT-ILS OÙ ME TROUVER ? ► DEMANDER LA PERMISSION**
- POURRAIS-JE TROUVER DE L'AIDE AU BESOIN ? ► SYSTÈME DE COPAINS**

Si la réponse est NON ! à l'une ou l'autre des questions, il doit éviter cette situation et en discuter avec vous. **Rappelez-vous : 1 seul non = N'y va pas !**

RESPECTER SON INTÉGRITÉ

Les enfants ont le droit de refuser toute attention non désirée ou inappropriée, qu'il s'agisse de chatouillements, de touchers ou d'intimidation. Signalez à votre enfant qu'il doit être ferme et dire « NON ! », puis en parler à un adulte en qui il a confiance. Rappelez-lui qu'il n'est pas responsable de ce qui vient de lui arriver.

SYSTÈME DE COPAINS

Apprenez à votre enfant qu'il est préférable d'être accompagné par au moins une autre personne lorsqu'il sort. La sécurité croît avec le nombre.





UN ADULTE DOIT TOUJOURS SAVOIR OÙ LE JEUNE SE REND

- Votre jeune doit toujours vous aviser avant de se rendre quelque part, de suivre quelqu'un, d'accepter une balade en automobile ou un cadeau, même de la part d'un membre de la famille ou d'un ami proche. Expliquez-lui que vous jugez important de savoir où et avec qui il se trouve, ainsi que ce qu'il fait afin de pouvoir l'aider en cas d'urgence. Si jamais votre enfant se trouve face à une situation dangereuse ou menaçante, sa famille et ses amis sauront où entreprendre les recherches;
- Installez un centre d'information et de messages à la maison. Votre enfant et vous pourrez y noter les renseignements sur les déplacements et l'heure de retour de chacun;
- Assurez-vous que votre enfant peut vous joindre à tout moment;
- Si ses plans changent, veillez à ce que votre enfant vous en avise immédiatement.

LES APPARENCES PEUVENT ÊTRE TROMPEUSES

Si cela semble trop beau pour être vrai... ça l'est probablement !
Avant d'accepter toute proposition, qu'il s'agisse, par exemple, d'un emploi ou d'une opportunité exceptionnelle, assurez-vous que votre enfant en discutera en détail avec vous ou avec un adulte en qui il peut avoir confiance.

LA SÉCURITÉ EN LIGNE

L'Internet s'insère très rapidement dans la vie des enfants et des jeunes. Au bout de leurs doigts, le monde s'ouvre à eux.

Malgré la valeur sans pareil de l'Internet, il expose les enfants au risque d'être exploités et, à l'occasion, d'être sérieusement affectés. En vieillissant, vos jeunes ont besoin de messages de sécurité qui les aideront à naviguer dans le monde sans supervision adulte. Les consignes qui suivent vous aideront à remplir votre objectif, celui de protéger vos ados :



- Créez une liste de règlements Internet pour la famille, avec l'aide de vos enfants;
- Placez les ordinateurs branchés sur Internet dans un espace ouvert, où vous pourrez facilement les surveiller;
- Encouragez vos enfants à vous consulter si jamais ils se sentaient mal à l'aise ou menacés;
- Réalisez que les filtres Internet complètent, mais ne remplacent pas la supervision parentale;
- Parlez à vos enfants de leurs amis et activités en ligne, tout comme vous le feriez à propos de leurs autres activités;
- Depuis un certain temps, les sites de réseautage sont devenus très populaires auprès des jeunes, qui y échangent et y communiquent avec un grand nombre d'amis. Afin d'assurer leur sécurité et de protéger la vie privée de votre famille, vous devez inciter vos enfants à la plus grande prudence. Bien que les jeunes semblent être prêts à bien gérer certaines situations à mesure qu'ils vieillissent, ils ont encore besoin d'être guidés et recherchent inconsciemment la supervision et même l'approbation d'un adulte;
- Créez avec votre enfant un profil qu'il pourra mettre en toute sécurité sur le Net. Vérifiez QUOTIDIENNEMENT la page du profil de votre enfant. Vous pouvez ajouter à votre page d'accueil une alerte qui vous préviendra si de nouvelles applications ou de nouveaux amis ont été ajoutés;
- Expliquez clairement à votre enfant qu'Internet constitue un lieu public dans lequel les images transmises restent en permanence, que la distribution d'images de nudité est illégale et peut lui causer des ennuis personnels;

- Sachez que l'information offerte par votre enfant sur les blogues peut augmenter son risque d'être une victime. Les internautes mal intentionnés peuvent utiliser ces renseignements pour gagner sa confiance. Ils peuvent le leurrer en prétendant le connaître;
- Apprenez à vos enfants à se conduire de manière responsable en ligne. Le partage de documents, et la copie de textes, images ou œuvres d'art depuis l'Internet peut enfreindre des lois sur les droits d'auteur;
- Parlez-leur de comportement éthique. Ils ne devraient pas se servir de l'Internet pour faire du commérage, pour intimider ou menacer autrui;
- Rappelez-leur que l'Internet est du domaine public et qu'ils devraient faire très attention lorsqu'ils échangent des renseignements, photos ou vidéos personnels n'importe où sur les réseaux sociaux;
- Discutez de la question de l'anonymat sur Internet et du fait que chacun peut y prétendre être quelqu'un d'autre. Avant que votre enfant accepte de rencontrer un cyberami, assurez-vous qu'il comprenne l'importance de toujours dire à un adulte en qui il a confiance où il se rendra et qui il s'apprête à rencontrer;
- Insistez pour que votre enfant rapporte sans délai sur le site www.cyberaide.ca tout matériel sexuellement explicite qu'il rencontrera sur Internet;
- Gardez les lignes de communication ouvertes entre vous et votre enfant et assurez-vous qu'il se sente toujours à l'aise d'en parler avec vous lorsqu'il a un souci;
- Facebook exige que les personnes aient 13 ans ou plus pour ouvrir un compte.

EN LIGNE OU HORS LIGNE, L'UN DES CONSEILS DE SÉCURITÉ LES PLUS IMPORTANTS POUR VOTRE ENFANT EST DE TOUJOURS EN PARLER À UN ADULTE DE CONFIANCE. LES ENFANTS DEVRAIENT SAVOIR QU'ILS PEUVENT SE CONFIER À VOUS, QUOI QU'IL LEUR ARRIVE.

AYEZ TOUJOURS À PORTÉE DE MAIN UNE PIÈCE D'IDENTITÉ DE VOTRE ADOLESCENT

Ayez toujours à portée de main une pièce d'identité de votre adolescent comprenant une photo couleur récente, une description physique complète (couleur des cheveux et des yeux, grandeur, poids, date de naissance et tout autre signe distinctif). Conservez une liste des amis de votre enfant ainsi que leurs numéros de téléphone.



**réseau
enfants-retour**
Garder l'espoir en vie

6830, avenue du Parc, bureau 420, Montréal (QC) H3N 1W7
Téléphone : 514 843-4333 Téléc. : 514 843-8211
reseauenfantsretour.org

