

Renforcez votre famille

La protection des enfants est constamment à l'esprit des parents. Il s'agit d'un sujet de préoccupation qui est discuté dans la majorité des foyers. Il existe de nombreuses manières pour les parents d'accroître la sécurité des enfants en renforçant les liens au sein de la famille. D'ailleurs, bon nombre de parents prennent déjà des mesures de protection à cet égard. La plupart des enfants sont probablement bien protégés au sein de leur famille grâce à des moyens qui ne sont peut-être pas apparents à leurs parents. Veuillez examiner la liste ci-dessous afin de vous renseigner sur les moyens de protéger vos enfants tout en renforçant votre famille.

Voici des mesures de précaution pour protéger vos enfants :

Créez un milieu familial harmonieux

- Trouvez des occasions pour passer du temps de qualité avec votre enfant dans des activités de son choix (chaque jour, chaque semaine ou chaque mois). Cela stimulera son attachement affectif et renforcera votre relation. Les enfants sont souvent plus à l'aise de parler lorsqu'ils se livrent à une activité qu'ils aiment.

Créez un milieu structuré et des habitudes routinières à la maison

- La structure et la routine aident à accroître le sentiment de sécurité d'un enfant. Développez des habitudes routinières pour le coucher, les heures de repas, les périodes de devoirs, les activités extrascolaires, les temps libres, etc.

Instaurez des traditions familiales

- Les traditions familiales sont un élément rassembleur qui contribue à donner un sentiment de sécurité aux enfants et à établir des liens entre les membres de la famille. Même si les enfants résistent et ne participent pas avec beaucoup d'enthousiasme, ce qui est tout à fait normal à l'approche de l'adolescence, le temps passé ensemble est important. Songez à instaurer des traditions familiales (promenades après le souper, soirée cinéma, soirée pizza, repas familial le dimanche soir, etc.).



Renforcez votre famille (suite)

Établissez des limites claires au sein de votre famille

- Commencez à inculquer le concept des limites personnelles à votre enfant dès son plus jeune âge. Établissez des règles familiales sur le respect de l'intimité; chacun devrait pouvoir aller aux toilettes, se laver et se changer en toute intimité. Chacun devrait aussi disposer d'un espace personnel dans la maison pour ranger ses affaires (par ex. : une chambre, une armoire, des tiroirs, des tablettes, etc.).
- Situez clairement le rôle de votre enfant dans la famille. Ne le laissez pas écouter les conversations des adultes; s'il y a lieu, ramenez-le doucement à l'ordre. Un enfant ne devrait jamais être mêlé à un conflit entre adultes.
- Tenez votre enfant à l'écart des discussions et des problèmes d'adultes, cela pourrait l'insécuriser et embrouiller son rôle dans la famille.
- Surveillez les relations qu'entretient votre enfant avec d'autres adultes, surtout s'ils passent du temps seuls. Assurez-vous que des limites sont maintenues et que leurs rencontres ont un but. De plus, veillez à équilibrer le temps passé avec cet adulte avec le temps consacré à d'autres activités (ce temps ne doit pas être excessif).

Soyez présents dans la vie de votre enfant

- Découvrez quels sont les intérêts de votre enfant et, dans la mesure du possible, accompagnez-le dans les activités et les événements auxquels il ou elle participe.

Surveillez votre enfant sur Internet, dans votre voisinage ou durant ses activités parascolaires

- Plus votre enfant devient autonome, moins il ou elle aura besoin d'encadrement, mais continuez néanmoins de suivre ses activités.

Développez des liens affectifs avec votre enfant

- Les enfants communiquent beaucoup à travers leur comportement; soyez à l'affût des changements dans leur comportement habituel. Donnez de l'attention à votre enfant si vous le sentez inquiet ou s'il n'a pas l'air dans son assiette. Apprenez à être au diapason de ses émotions.

Offrez-vous des moments privilégiés avec vos enfants; amusez-vous avec eux!

- Choisissez avec votre enfant des activités que vous ferez avec lui ou elle. Accordez du temps de qualité à chacun de vos enfants (par ex. : sortie cinéma, sortie restaurant, séance de patinage, visionnement d'un film à la maison, ou jeux de son choix).



Renforcez votre famille (suite)

Surveillez l'exposition de vos enfants à l'information destinée aux adultes et aux messages négatifs véhiculés par les médias

- Établissez les limites de ce que votre enfant a la permission de regarder (émissions de télé, films, jeux vidéo, sites Internet, etc.) et des jeux auxquels il peut s'adonner.
- Discutez avec votre enfant des messages, cachés ou non, qui sont véhiculés à travers les médias, la musique, la mode et la publicité (c.-à-d. la glorification de la violence, les méfaits sexuels, la maltraitance, la puissance et la domination sexuelles, les stéréotypes masculins et féminins, etc.). Qu'est-ce que votre enfant pense de ces messages? Exprimez ouvertement vos opinions sur ces messages négatifs.
- Évitez d'exposer votre enfant aux stress et aux problèmes que vivent les adultes.

Sachez reconnaître et valoriser ce qui est important pour votre enfant

- Attardez-vous aux forces et aux intérêts de votre enfant. Familiarisez-vous avec ce qu'il aime (activités scolaires, jeux, sites internet, émissions télé, etc.)

Surveillez les relations de vos enfants avec leurs amis

- Encouragez votre enfant à inviter ses amis à la maison. Cela vous permettra de mieux connaître les amis qu'il fréquente en dehors du foyer.

