



DEVENIR FORT ENSEMBLE
**UN PROGRAMME DE
PARENTALITÉ POUR
SOUTENIR LA
RÉINTÉGRATION DES
ENFANTS ET PRÉVENIR
LEUR RECRUTEMENT**

Programme d'intervention



Remerciements

Auteurs

Chiara Massaroni, Maria Rosaria Centrone.

Consultance

Ce produit a été développé par un consultant indépendant dans le cadre du projet SPARC (Strengthening Prevention and Reintegration for Children) de l'International Rescue Committee (IRC). Il fait partie d'un ensemble de ressources visant à soutenir la mise en œuvre du programme parental EAFGA. La consultation a été initiée par l'IRC et réalisée par Articolo12 Società Cooperativa di Servizi.



Articolo12 tient à remercier le personnel de l'IRC pour son soutien, ses suggestions et sa disponibilité. Nous remercions également chaleureusement les parties prenantes au projet SPARC, notamment tous les membres du groupe de référence. Les remerciements particuliers sont adressés à notre collègue Francesca Viola qui nous a apporté son soutien par ses contributions et ses suggestions, et à Rustin Schutte de Speak pour la relecture.

Éditeurs

International Rescue Committee
122 East 42nd Street, 12th floor
New York, NY 10168
United States of America

The Alliance for Child Protection for Humanitarian Action (The Alliance)
3 UN Plaza
New York, NY 10017
United States of America

IRC, and The Alliance © 2021

Équipe du projet SPARC de l'IRC

Yvonne Agengo, Alexandra Blackwell, Annalisa Brusati, Kathryn Falb, Anna Aden.

Nous remercions tout particulièrement les équipes de l'IRC en République démocratique du Congo et de l'IRC en République centrafricaine qui ont joué un rôle déterminant dans la conception de la recherche, la collecte des données, le développement du programme d'enseignement, le pilotage et l'analyse.

L'Alliance pour la protection de l'enfance dans l'action humanitaire

L'Alliance pour la protection de l'enfance dans l'action humanitaire (l'Alliance) est un réseau mondial d'agences opérationnelles, d'institutions académiques, de décideurs politiques, de donateurs et de praticiens. Elle soutient les efforts des acteurs humanitaires pour réaliser des interventions de protection de l'enfance efficaces et de qualité dans tous les contextes humanitaires. L'Alliance atteint cet objectif principalement en facilitant la collaboration technique inter-agences, y compris la production de normes et d'outils techniques, sur la protection des enfants dans tous les contextes humanitaires.

Groupe de référence technique SPARC

Theresa Betancourt, Mark Canavera, Rinske Ellermeijer, Simon Kangeta, Brigid Kennedy Pfister, Suraj Koirala, Sharon Riggle

Groupe de travail du CAAFAG et examinateurs externes

Theresa Betancourt, Audrey Bollier, Martha S. Bragin, Mark Canavera, Rinske Ellermeijer, Elena Gianinni, Simon Kangeta, Suraj Koirala, Sandra Maignant, Marianna Narhi, Katie Robertson, Loyal Sarrouh, Nisrine Yassine

Contributeurs IRC

Bertin Kanani, Ange Mashagiro, Elisabeth Sikulu, Julia Wendt Ulrike, Patricia Zawadi, Alice Nigane, Paradis Goana, Fabienne Zoubassa, Jerusha Julius Bode, Kennedy Atiya, Neema Alice, Justin Kambale, Ishara Josue, Esperance Twizere, Nicodem Bizoza

Traduction revue par: Dilla Bawa, Doyame Felix Junior, Fabienne Zoubassa, Jerry A. Kulelemba, Jean de dieu Hategikamana, Paradis Goana, Rocky Kabeya et Salimatou Traore.

Nous remercions les femmes, les hommes, les filles, les garçons et les membres de la communauté qui ont participé à la recherche et ont rendu ce projet possible.

Financement

Ce programme d'intervention fait partie d'un ensemble de ressources développées pour renforcer la protection et la réintégration des enfants (SPARC). Cette initiative a été rendue possible grâce au soutien généreux du peuple américain par l'intermédiaire de l'Agence américaine pour le développement international (USAID). Le contenu est la responsabilité de l'International Rescue Committee et ne reflète pas nécessairement les opinions de l'USAID ou du gouvernement des États-Unis.

Citation suggérée

International Rescue Committee, and the Alliance for Child Protection in Humanitarian Action (2021). Growing strong together: A parenting intervention in armed conflict settings.

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|--|-----------|
| TABLE DES MATIÈRES | 3 |
| Introduction | 8 |
| 1. Le programme de formation des parents | 8 |
| 1.3 Les valeurs et principes fondamentaux du programme..... | 10 |
| 1.5 Terminologie utilisée dans le programme | 12 |
| 2. Le programme de formation | 13 |
| Qui doit prendre part à ce voyage ? | 13 |
| Que trouverez-vous dans ce programme ? | 16 |
| Session 1 | 22 |
| Partie 1 : Bienvenue et introduction au programme | 22 |
| Activité 1. Accueil des participants et introduction aux sessions (10 min)..... | 24 |
| Activité 2. Energizer - apprendre à se connaître (10 min)..... | 25 |
| Activité 3. Définir les règles (15 min) | 25 |
| Activité 4. Espoirs et craintes (10 min)..... | 26 |
| Session 1 Partie 2 | 28 |
| Mon enfant et moi | 28 |
| Activité 2. Que signifie le terme "genre" ? (20 min)..... | 33 |
| Activité 3. Les besoins des garçons, les besoins des filles (30 min) | 34 |
| Clôture de la journée et évaluation (10 min) | 36 |
| Session 2 | 38 |
| Notre rôle en tant que parents | 38 |
| Activité 1. Accueil des participants (10 min)..... | 40 |
| Activité 2. Reconnaître notre rôle de parents (40 min) | 40 |
| Activité 3. Les parents répondent aux besoins de leurs enfants vivant avec handicap (50 min) | 45 |
| Activité 4. Enfants, genre et rôles familiaux (40 min)..... | 51 |
| Activity 5. Le genre et les rôles familiaux des parents (30 min) | 54 |
| Clôture de la journée et évaluation (10 min) | 58 |
| Session 3 | 60 |
| Qui est un enfant "à risque" ? Pourquoi le rejoindre ? | 60 |
| Activité 1. Accueil des participants (10 min)..... | 62 |
| Activité 2. Pourquoi adhèrent-ils ? (60 min)..... | 63 |
| Activité 3 : Facteurs de risque spécifiques à l'âge et au genre (45 min)..... | 67 |

| | |
|--|------------|
| Clôture de la journée et évaluation (10 min) | 69 |
| Session 4 | 71 |
| Les expériences des enfants associés aux groupes armés..... | 71 |
| Activity 1. Welcoming participants (10 min)..... | 73 |
| Activité 2. Le rôle des enfants dans les groupes armés (20 min) | 75 |
| Activité 3. Relier les rôles et les expériences des enfants associés aux groupes armés (30 min et plus) | 76 |
| Clôture de la journée et évaluation (10 min) | 81 |
| Session 5 | 82 |
| Conséquences de l'association avec des groupes armés pour l'enfant | 82 |
| Activité 1. Accueil des participants (10 min)..... | 85 |
| Activité 2. Relier les rôles et les expériences des enfants associés aux groupes armés aux conséquences sur leur bien-être (40 min) | 85 |
| Activité 3. Retour à la maison (40 min) | 89 |
| Activité 4. Prendre soin des besoins de nos filles (50 min)..... | 92 |
| Clôture de la journée et évaluation (10 min) | 97 |
| Session 6 | 99 |
| Notre rôle difficile en tant que parents | 99 |
| Activité 1. Accueil des participants (10 min)..... | 101 |
| Activité 2. Reconnaître l'impact de l'environnement sur notre bien-être (20 min) | 101 |
| Activité 3. Nos enfants et nous : Comment nous sentons-nous ? Que signifie leur association avec des groupes armés pour nous et nos familles ? (40 min)..... | 102 |
| Clôture de la journée et évaluation (10 min) | 106 |
| Session 7 | 107 |
| En action : Rassembler des idées pour créer un environnement familial positif et solidaire | 107 |
| Activité 1. Accueil des participants (10 min)..... | 110 |
| Activité 2. Construire des relations familiales saines, solidaires et aimantes (30 min)..... | 110 |
| Activité 3. Comment des relations familiales saines, solidaires et aimantes peuvent réduire le risque d'engagement des enfants dans les groupes armés (40 min) | 114 |
| Activité 4. Les relations familiales peuvent-elles réduire le risque de recrutement forcé ou d'enlèvement ? (30 min) | 117 |
| Activité 5. Comment des relations familiales saines, solidaires et aimantes peuvent remédier à certaines des conséquences de l'expérience de nos enfants avec les groupes armés (40 min) | 118 |
| Session 8 | 122 |
| Besoins spécifiques au genre, réponses spécifiques au genre | 122 |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)..... | 124 |
| Activité 2. Répondre aux besoins et défis uniques de nos filles (40 min)..... | 125 |

| | |
|--|------------|
| Activité 3. Les filles qui rentrent chez elles après avoir été recrutées par des groupes armés : Répondre à leurs défis et à leurs besoins - PARTIE 1 (50 min) | 128 |
| Activité 4. Les filles qui rentrent chez elles après avoir été recrutées par des groupes armés : Répondre à leurs défis et à leurs besoins - PARTIE 2 (40 min) | 131 |
| Activité 5. Répondre aux besoins des filles qui rentrent à la maison avec un bébé et aux besoins du bébé/de l'enfant. (40 min) | 137 |
| Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min) | 139 |
| Document sur la pratique à domicile : L'égalité de genre à la maison | 140 |
| Session 9 | 141 |
| Partir de soi-même : Pratiques d'autosoins pour la réduction du stress | 141 |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min) | 143 |
| Activité 2. Qu'est ce que le stress et comment nous le reconnaissons (30 min) | 144 |
| Activité 3. Réflexion - L'impact du stress sur notre vie de famille (15 min) | 148 |
| Activité 4. Pratiquer un mécanisme d'adaptation au stress (20 à 40 min) | 149 |
| Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min) | 150 |
| Session 10 | 154 |
| La relation parents-enfants : Mieux communiquer, mieux écouter | 154 |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (5 min) | 156 |
| Activité 2. Pouvez-vous m'écouter ? Jeu de communication (15 min) | 156 |
| Activité 3. Réflexion et discussion : Qu'est-ce qu'une bonne communication ? (20 min) . | 158 |
| Activité 4. Jeu de rôle sur la bonne communication (70 min ou plus) | 159 |
| Document d'entraînement à domicile : Une bonne communication au sein de la famille . | 165 |
| Session 11 | 166 |
| Partir de soi-même : Pratiques d'auto-soins pour gérer nos émotions..... | 166 |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min) | 168 |
| Activité 2. Reconnaître nos émotions (30 min) | 169 |
| Activity 3. Jeu de rôle - comment communiquer des émotions à nos enfants (50 min ou plus) | 173 |
| Document d'entraînement à domicile : Communiquer nos émotions..... | 177 |
| Session 12 | 178 |
| La relation parent-enfant : Comprendre et gérer les émotions | 178 |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min) | 180 |
| Activité 2. Comprendre les émotions et les comportements de nos enfants (20 min)..... | 181 |
| Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min) | 189 |
| Session 13 | 192 |
| Commencer par soi-même : Pratiques d'autosoins - faire une pause..... | 192 |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min) | 194 |
| Activité 2. Se laisser distraire ! (15 min)..... | 194 |

| | |
|---|------------|
| Activité 3 : Faire une pause (20 min)..... | 196 |
| Terminez la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min) | 197 |
| Document d'entraînement à domicile : Faire une pause | 198 |
| Session 14 | 199 |
| La relation parents-enfants : Résoudre les problèmes ensemble pour favoriser la réintégration et prévenir le recrutement..... | 199 |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min) | 201 |
| Activité 2. Six étapes pour résoudre les problèmes (30 min) | 202 |
| Activité 3. Jeu de rôle pour résoudre des problèmes (65 minutes ou plus) | 204 |
| Activité 4. Résolution de problèmes pour faciliter la réintégration (20 min) | 209 |
| Activité 5. Résolution de problèmes pour réduire le risque d'enlèvement : Planification de la sécurité pour réduire les risques (40 min) | 210 |
| Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min) | 212 |
| Session 15 | 215 |
| Prendre soin de soi et prendre soin de ses enfants : Faire face à la stigmatisation...215 | |
| Activité 2. Reconnaître les catégorisations de groupe et les stéréotypes (20 min)..... | 218 |
| Activité 4. Les conséquences de la stigmatisation (30 min) | 222 |
| Activité 5. S'attaquer à la stigmatisation (20 min)..... | 224 |
| Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min) | 225 |
| Document d'entraînement à domicile : Reconnaître et traiter la stigmatisation..... | 226 |
| Session 16 | 228 |
| La relation parent-enfant : Pratiquer une discipline positive et éviter la violence.....228 | |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min) | 230 |
| Activité 2. L'histoire des géants (30 min) | 230 |
| Activité 3. Le recrutement des enfants et l'importance d'utiliser des méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant(50 min)..... | 234 |
| Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min) | 238 |
| Document d'entraînement à domicile : Méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant..... | 239 |
| Session 17 | 240 |
| Partir de soi - pratiques de soins personnels : Prendre soin de soi au quotidien.....240 | |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min) | 242 |
| Activité 2. Identifier notre façon de prendre soin de nous (40 min) | 242 |
| Activité 3. Se faire un compliment (20 min)..... | 244 |
| Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min) | 246 |
| Document d'entraînement à domicile : Se sentir bien dans sa peau. | 247 |
| Session 18 | 248 |
| La relation parent-enfant : Faire un budget familial et économiser de l'argent | 248 |

| | |
|---|------------|
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)..... | 250 |
| Activité 2. Brainstorming autour des besoins et des désirs (20 min)..... | 251 |
| Activité 3. Créer un budget familial (40 min et plus)..... | 253 |
| Activité 4. Épargner et dépenser (20 min) | 259 |
| Activité 5. S'entraîner à établir un budget et un plan d'épargne (50 min et plus) | 260 |
| Activité 6. Impliquer nos enfants dans l'élaboration d'un budget familial et d'un plan d'épargne (15 min)..... | 263 |
| Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min) | 265 |
| Session 19 | 267 |
| Les familles ne sont pas seules - qu'existe-t-il d'autre pour soutenir les enfants et les parents ? | 267 |
| Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)..... | 270 |
| Activité 2. Reconnaître nos limites (20 min) | 270 |
| Activité 3. Reconnaître les signes de santé mentale qui peuvent nécessiter un soutien (25 min) | 273 |
| Activité 4. Reconnaître les signes d'abus sexuels (25 min)..... | 274 |
| Activité 5. Chercher de l'aide (20 min)..... | 276 |
| Activité 6. Partage du document de référence (15 min) | 277 |
| Clôture de la journée : Clôture de la session et évaluation (15 min)..... | 278 |
| Session 20 | 280 |
| LA FAMILLE ENSEMBLE - Fixer des objectifs ensemble pour créer un environnement familial positif et favorable | 280 |
| Activité 1. Accueil des participants (10 min)..... | 282 |
| Activité 2. Se préparer à faire le planning familial à la maison (15 min) | 283 |
| Activité 3. Guider les parents dans la construction d'un plan familial : Exploration de la structure du plan et des moyens d'impliquer les enfants (20 min)..... | 284 |
| Activité 4. S'entraîner à utiliser le plan d'action familial (30 min) | 286 |
| Document sur le plan familial..... | 289 |
| Activité 5. Clôture du programme : Temps de partage (20 min) | 290 |
| Activité 6. Célébrer nos succès ! (60 min ou plus, selon la façon dont vous décidez de célébrer) | 290 |

Introduction

Ce Curriculum d'intervention a pour objectif de soutenir les parents afin de protéger les enfants, les adolescents et les jeunes (8-21 ans) du recrutement, et de promouvoir leur réintégration après une association avec des forces armées ou des groupes armés.

Ce programme est l'un des outils développés pour la mise en œuvre du programme « Devenir fort ensemble : Un programme de parentalité pour soutenir la réintégration des enfants et prévenir leur recrutement ». Il fait partie d'un ensemble de ressources complet qui s'appuie sur les résultats de la recherche formative lors de consultations avec des filles, des garçons et des parents, et sur une étude documentaire de plus de 100 ressources pertinentes.

L'ensemble de ressources comprend :

1. La revue de la littérature qui informe sur la structure et le contenu de l'ensemble du paquet .
2. Le programme « Devenir fort ensemble : Un programme de parentalité pour soutenir la réintégration des enfants et prévenir leur recrutement - Curriculum d'intervention »
3. Le compagnon constant : Guide pour les facilitateurs/facilitatrices
4. Le guide de la formation des facilitateurs (ToF)
5. Le guide des visites en famille

Le cadre et les outils de suivi, d'évaluation et d'apprentissage

Si vous êtes un animateur, ce programme d'intervention est fait pour vous, pour vous aider à mettre en œuvre les sessions du programme de parentalité pour les membres de la famille et de la communauté !

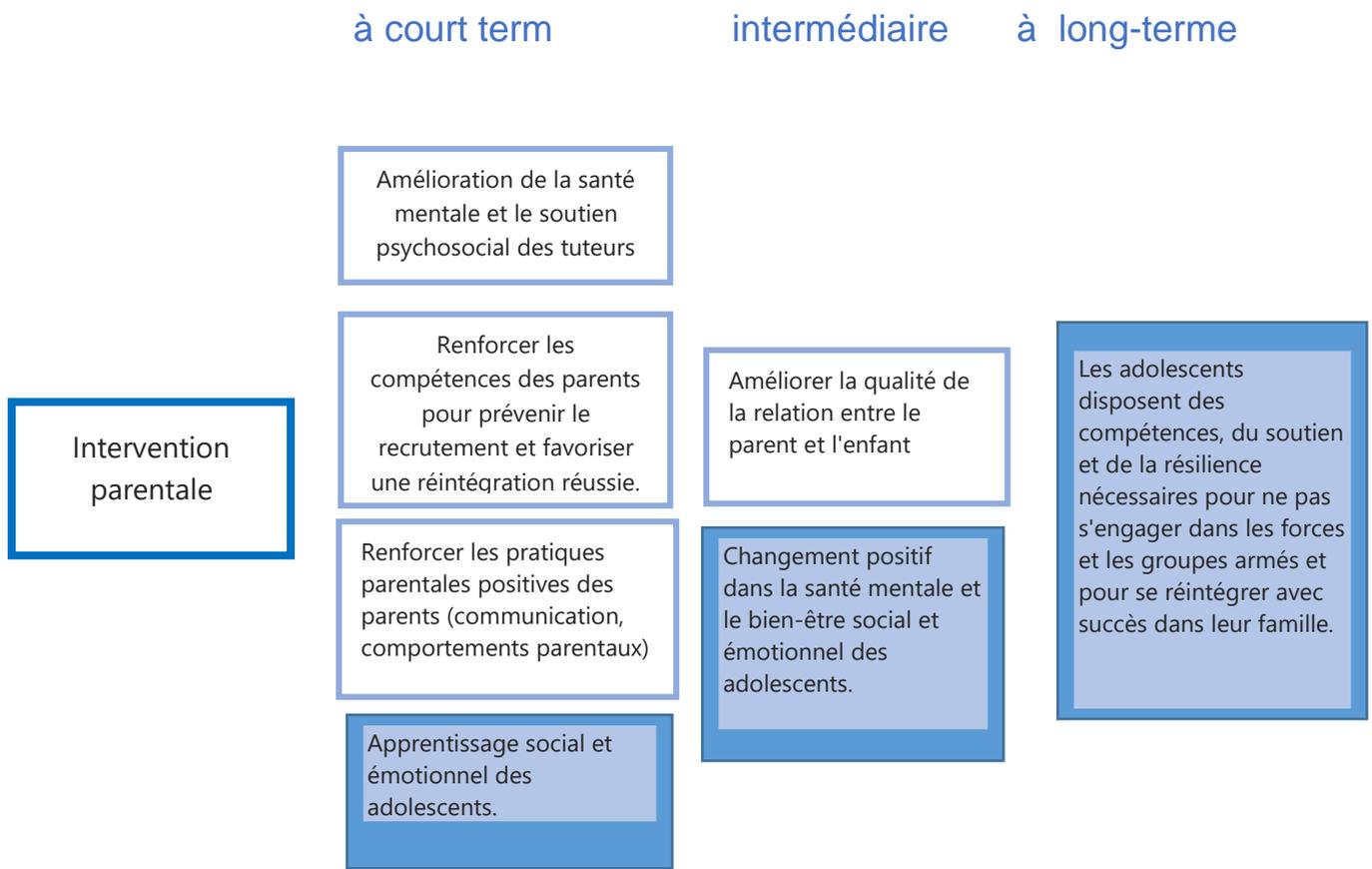
1. Le programme de formation des parents

« Devenir fort ensemble : Un programme de parentalité pour soutenir la réintégration des enfants et prévenir leur recrutement ».- ci-après le "Programme de parentalité - a été développé pour les contextes où les enfants ont été associés aux forces armées ou aux groupes armés (CAAFAG) ou sont à risque de l'être.

1.1 Objectif général du programme

Les enfants et les adolescents touchés par les conflits armés sont protégés contre le recrutement ; et les enfants et adolescents précédemment associés à des groupes armés reçoivent le soutien de leurs parents et tuteurs afin de réintégrer leurs familles et leur communauté et réaliser pleinement leur potentiel.

1.2 Théorie du changement



Objectifs spécifiques du programme

A la fin de la formation, les parents auront renforcé leurs capacités à :

- Identifier les facteurs qui peuvent pousser ou forcer leurs enfants à rejoindre des groupes armés, les risques qu'ils encourent et expliquer les conséquences de leur éventuelle implication dans des groupes armés.
- Reconnaître les besoins de leurs enfants et l'importance de comprendre, respecter et valoriser leurs enfants avec toutes leurs aspirations, leurs opinions et leurs difficultés.
- Éviter les pratiques parentales brutales et créer des relations positives entre eux en tant que parents et leurs enfants.
- Modéliser les notions susmentionnées dans leurs styles d'éducation et les exprimer à travers la communication, l'interaction et les relations avec leurs enfants et les autres membres de la famille.
- Pratiquer des stratégies d'auto prise en charge pour réduire le stress et gérer les émotions.

1.3 Les valeurs et principes fondamentaux du programme

Quatre principes sont au cœur de ce Programme de Parentalité : (i) l'intérêt supérieur de l'enfant ; (ii) la protection de l'enfant ; (iii) la non-discrimination et l'inclusion ; et (iv) l'égalité des sexes. En tant qu'animateur, vous devez incarner ces principes dans votre approche et votre animation.

L'intérêt supérieur de l'enfant

Lorsque nous parlons de "*l'intérêt supérieur de l'enfant*", nous devons nous préoccuper avant tout des besoins et des droits des enfants, en les aidant à grandir, à se développer et à réaliser pleinement leur potentiel. À chaque besoin et droit correspond une responsabilité. Les parents, entre autres, sont responsables du bien-être de leurs enfants et dans toutes leurs actions ils doivent garder à l'esprit l'intérêt supérieur de leurs enfants comme préoccupation principale.¹ Le programme parental que vous allez animer est axé sur les parents et vise en définitive à améliorer la vie et le bien-être des enfants grâce à la responsabilité parentale.

Dans le Programme, nous considérons les enfants comme des individus, avec leurs propres capacités, leurs propres aptitudes et leur propre agence, même dans les situations les plus contraignantes, mais nous reconnaissons également les enfants comme des êtres humains, qui grandissent et se développent, et qui ont droit à des droits particuliers et à une protection avec leur participation dans ce qui les concernent.

Les enfants et leurs familles font également partie d'une communauté plus large, et l'intérêt supérieur de l'enfant ne peut être atteint que lorsque tous les acteurs sociaux sont impliqués dans cet effort. Pour les parents, et la communauté dans son ensemble, la réalisation de l'intérêt supérieur de leurs enfants devrait se traduire à la fois par leur protection et leur autonomisation. Cet équilibre est important à tout moment, mais il peut être compromis en particulier pour les enfants et les adolescents vivant dans des zones de conflit, qui sont particulièrement exposés à la violence ou à des expériences traumatisantes, et qui assument également des rôles et des activités qui, dans d'autres communautés/conditions, sont exercés exclusivement par des adultes.

Sauvegarde des enfants

Ce programme parental, comme tous les programmes de protection de l'enfant, a été élaboré et devra être mis en œuvre en veillant à ce que (i) aucun membre du personnel ou autre personne travaillant au nom de l'IRC/de toute organisation, ne fasse du mal aux enfants et (ii) que les risques pour la sécurité et les cas de mauvaise conduite soient identifiés, signalés et traités de manière appropriée et en temps utile. Conformément à l'article 19 de la Convention relative aux droits de l'enfant (CDE), l'IRC reconnaît le droit de tous les enfants à être protégés contre toutes les formes de maltraitance et d'exploitation et applique une politique de tolérance zéro en matière de maltraitance et d'exploitation des enfants.

Tous les travailleurs impliqués dans la mise en œuvre de ce programme parental ont été recrutés en s'assurant qu'ils sont aptes à travailler avec des enfants. En tant qu'animateur, vous devez vous conduire de manière à assurer la sécurité des enfants et vous êtes tenu de signaler toute allégation d'abus ou d'exploitation. Avant de commencer votre travail, assurez-

¹ [Observation générale 14 sur l'intérêt supérieur de l'enfant et sa pertinence pour les acteurs étatiques et les prestataires de services](#)

vous d'avoir lu et compris la politique de sauvegarde de l'enfance de votre organisation et si vous avez le moindre doute, n'hésitez pas à la demander à l'équipe du projet. ²

Non-discrimination et inclusion

Le principe de non-discrimination est ancré dans l'ensemble du programme et dans le style de facilitation qui lui est associé, puisque tous les participants doivent être traités sur un pied d'égalité, sans aucune différence fondée sur *"la race, la couleur, le sexe, la langue, la religion, les opinions politiques ou autres, l'origine nationale ou sociale, la propriété, la naissance ou tout autre statut tel que le handicap, l'âge, le statut marital et familial, l'orientation sexuelle et l'identité de genre, l'état de santé, le lieu de résidence, la situation économique et sociale"*.³ Les participants eux-mêmes sont encouragés à traiter leurs enfants et tous les membres de leur famille et de leur communauté selon le même principe.

Le Programme de Parentalité vise à *ne laisser personne de côté*, en étant aussi inclusif que possible. Certains des participants peuvent être issus de milieux défavorisés ou appartenir à une minorité ethnique, ou faire face à des défis tels qu'un handicap, ou avoir des besoins spécifiques, et le programme offre suffisamment de flexibilité pour s'adapter à la variété des participants.

En tant qu'animateur, vous devez constamment réfléchir au caractère inclusif de vos activités. Chaque participant et chaque enfant dont vous êtes responsable est un individu. Même s'ils ont été confrontés à des défis similaires en raison d'un conflit armé, la manière dont ils sont affectés, dont ils se remettent, dont ils apprennent et dont ils soutiennent leurs enfants varie d'un individu à l'autre. Vous devez utiliser cette individualité pour renforcer le groupe et favoriser l'apprentissage mutuel.

Égalité des sexes

Les femmes et les filles du monde entier ne bénéficient pas pleinement de l'égalité des droits et leur potentiel reste souvent inexploité. Partant de cette considération, le programme a été développé avec l'égalité des sexes et l'inclusion comme valeurs fondamentales, en gardant toujours à l'esprit qu'être un enfant féminin ou masculin, un tuteur féminin ou masculin, un animateur féminin ou masculin, a une signification et des conséquences différentes. Cette approche nous aide à ne pas tomber dans le piège qui consisterait à considérer que les besoins des parents des EAFGA masculins ou féminins pourraient guider un programme *"universaliste"*, présumant que tous les enfants partagent essentiellement les mêmes caractéristiques et expériences (masculines ou féminines) et devraient par conséquent recevoir le même type d'assistance. La dynamique, les facteurs de risque et les conséquences uniques de l'implication des garçons et des filles dans les groupes armés sont mis en avant, afin d'aider les parents à répondre à leurs besoins spécifiques.

Le programme souligne également l'importance de reconnaître et d'éliminer les stéréotypes négatifs liés au genre dans le cadre familial et il s'adresse intentionnellement aux mères et aux pères. Les deux parents sont responsables de leurs enfants et doivent prendre des décisions ensemble pour le bien-être de leurs enfants. L'égalité de leurs rôles est l'épine dorsale de ce Programme de Parentalité et vous, en tant qu'animateur, devez toujours garder cela à l'esprit pendant toutes les sessions, en favorisant la collaboration.

Considérant que dans la majorité des contextes socio-économiques/géographiques, les femmes sont responsables de l'éducation des enfants, il a été largement prouvé que le rôle des tuteurs masculins est également fondamental, ce programme en particulier soutient

² La politique de protection des enfants de l'International Rescue Committee se trouve ici - [en anglais et en français](#).

³ Comité des droits économiques, sociaux et culturels, Observation générale n° 20, Non-discrimination en matière de droits économiques, sociaux et culturels (2009).

fortement la participation et l'implication des hommes/garçons et reconnaît leur valeur dans la construction d'un environnement familial nourricier et positif.

Pour vous, en tant qu'animateur, adhérer au principe de l'égalité des sexes et de l'inclusion signifie prendre en considération les dynamiques de genre qui existent au niveau local et qui pourraient compromettre l'efficacité des sessions mises en œuvre (par exemple, en prêtant attention à la façon dont certaines activités pourraient être reçues différemment par les hommes et les femmes, ou pourraient être discutées avec un accent différent sur la base du genre ou pourraient renforcer les stéréotypes de genre, la discrimination ou l'exclusion).



AUTRES RESSOURCES : Le **Costant Compagnon**, qui fait partie de ce dossier de ressources, vous aidera à adopter l'égalité de genre et l'inclusivité dans votre travail. Vous aborderez également ces sujets lors de la **formation des animateurs** à laquelle vous assisterez.

Vous devrez identifier l'approche la plus appropriée en matière d'égalité de genre et d'inclusion, en fonction du contexte local et de la communauté. Le **superviseur du programme** vous aidera à le faire - n'oubliez pas de toujours discuter avec lui de vos doutes.

1.5 Terminologie utilisée dans le programme

Les mots suivants sont récurrents dans les outils du programme. Ils sont utilisés avec un sens spécifique qui est généralement plus complexe et plus large que ce que l'on pourrait penser à première vue. Veuillez lire attentivement leurs définitions et réfléchir à la manière dont ils s'appliquent à votre propre contexte.

Enfants

Le mot "enfants", conformément à la CDE, désigne toute personne âgée de moins de 18 ans. Ce programme est destiné aux tuteurs d'enfants et d'adolescents, mais aussi aux jeunes jusqu'à 21 ans. Cette tranche d'âge ne doit pas être prise de manière prescriptive. Avant de commencer votre travail d'animateur, vous devez réfléchir à ce que signifie être un "enfant", un "adolescent" ou un "jeune" et ce que signifie avoir entre 8 et 21 ans dans votre contexte et votre communauté. Ces réflexions devraient impliquer les animateurs, le superviseur du programme, ainsi que les participants, qui pourraient discuter du terme qu'ils trouvent le plus approprié pour décrire les enfants qui pourraient entrer dans cette catégorie d'âge. Cela permettra de reconnaître les rôles et les responsabilités des garçons et des filles au sein de la famille, les relations avec leurs proches et la communauté, le degré de liberté, de vulnérabilité, d'action et de protection auquel ils ont droit à différents âges, et comment cela varie d'un contexte à l'autre.

Enfants associés aux forces et groupes armés

Cette expression fait référence à tous les enfants, adolescents et jeunes qui ont été associés à des forces armées et des groupes armés (EAFGA). Cette définition inclut ceux qui ont pris part à un rôle quelconque dans une force armée ou un groupe armé, à quelque titre que ce

soit, y compris, mais sans s'y limiter, les combattants, les cuisiniers, les porteurs, les messagers, ceux qui sont impliqués en tant qu'artistes, comme les enfants participant à des programmes culturels au sein du groupe, ainsi que ceux qui ont été en contact avec de tels groupes, les accompagnant ou s'engageant avec eux pour quelque raison que ce soit.

Parents

Le mot "parents" désigne toutes les personnes qui ont une relation étroite avec l'enfant, qui sont présentes dans sa vie et qui exercent une forme de responsabilité parentale. Cela comprend : (i) les pères et les mères ; (ii) les tantes, les oncles, les grands-parents ou d'autres membres de la famille ou de la parenté ; (iii) les personnes qui s'occupent de l'enfant mais qui n'ont pas de liens de sang avec lui. Ce programme vise à soutenir la réintégration des EAFGA dans leur famille et leur communauté et à prévenir leur recrutement. Par conséquent, tous les membres de la famille et de la communauté qui ont une relation étroite avec l'enfant et qui ont son meilleur intérêt à l'esprit sont invités à participer.

La parentalité positive

La parentalité positive consiste en une série de pratiques axées sur la création d'environnements domestiques sûrs et la mise en place d'une base de soutien et de soins pour les enfants, l'amélioration des connaissances des parents et l'aide à la reconnaissance des attitudes et des comportements qui améliorent et soutiennent le comportement et la santé mentale des enfants. Les différentes communautés/cultures ont des façons différentes d'offrir des soins positifs et nourrissants à leurs enfants, par exemple par de l'affection, du temps de qualité, des éloges et/ou des méthodes saines pour gérer les comportements difficiles afin d'encourager les comportements pro-sociaux. Les examens systématiques de l'efficacité des interventions parentales dans différents contextes géographiques montrent que, si elles sont fondées sur les principes de la théorie de l'apprentissage social, elles constituent une stratégie efficace pour améliorer les relations parents-enfants et réduire la violence contre les enfants et les comportements perturbateurs des enfants partout ⁴.

Réintégration

Dans ce programme, le terme "réintégration" désigne le processus par lequel les enfants, les adolescents et les jeunes associés aux forces armées et aux groupes armés sont intégrés dans la société civile et assument des rôles et des identités significatifs en tant que civils acceptés par leurs familles et leurs communautés dans un contexte de réconciliation (au niveau local ou national). La réintégration durable est réalisée lorsque les conditions politiques, juridiques, économiques et socio-culturelles nécessaires au maintien de la vie, des moyens de subsistance et de la dignité des enfants ont été assurées. Ce processus vise à garantir que les enfants peuvent accéder à leurs droits, notamment à l'éducation formelle et non formelle, à l'unité familiale, à des moyens de subsistance dignes et à la sécurité.

2. Le programme de formation

2.1 Avant de commencer : ce qu'il faut savoir

Qui doit prendre part à ce voyage ?

Les participants aux sessions sont des parents d'enfants qui risquent de rejoindre ou de s'associer à des groupes armés, ou des parents d'enfants qui ont rejoint des groupes armés et qui tentent actuellement de se réintégrer dans leur famille et leur communauté.

L'ensemble du programme de parentalité s'adresse à tous les responsables d'enfants. Par

⁴ Bureau de la recherche de l'UNICEF (OoR) - Innocenti. Dossier de recherche 2017-10. " Interventions en matière de parentalité : Dans quelle mesure se transportent-elles d'un pays à l'autre ? ". Disponible sur : https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/IRB_2017_10_R.pdf

conséquent, les parents n'ont pas nécessairement de liens de sang avec l'enfant, et le Programme peut également concerner les tantes, les oncles, les grands-parents et tout autre membre de la famille ou de la parenté.

Bien que le programme soit axé sur les familles et les tuteurs, cette **intervention doit nécessairement être intégrée à une approche plus large s'adressant à l'ensemble de la cellule familiale, aux frères et sœurs et aux membres de la famille élargie, ainsi qu'à l'ensemble de la communauté**, afin de sensibiliser et de faciliter la réintégration, de créer l'environnement acceptable et accueillant nécessaire pour prévenir le risque de recrutement et assurer la protection, le soutien, la sécurité et le bien-être de l'enfant. Tout en facilitant ce programme, gardez toujours à l'esprit le dicton commun selon lequel "il faut un village pour élever un enfant".

Qui doit animer les sessions ?

Ce programme doit être dispensé par **deux co-animateurs**, qui doivent se partager les différentes tâches nécessaires à la mise en œuvre des sessions : coordonner les conversations avec les parents, prendre des notes, préparer le matériel, etc. Idéalement, les **co-animateurs devraient être un homme et une femme**.

Quelle est la raison d'être de ces sessions ?

Le programme s'appuie sur les compétences et les connaissances existantes des parents et, par le biais de conversations, de discussions et de jeux de rôle suivis d'un retour d'information en groupe, il vise à renforcer les capacités des parents et à leur donner les moyens d'assumer leur rôle d'éducateurs.

L'accent est mis sur le soutien aux parents qui discutent et identifient des stratégies pour faciliter la réintégration de leurs enfants dans l'environnement familial, ou pour les aider à prévenir le risque de recrutement.

Parallèlement, le programme met l'accent sur la nécessité pour les parents de reconnaître leurs propres forces et besoins, et de mettre en pratique des stratégies d'autogestion. Dans les environnements conflictuels, il est essentiel de prendre soin de soi. C'est pourquoi le programme prévoit un espace suffisant pour permettre aux parents de discuter, d'expérimenter, de partager et d'apprendre les uns des autres sur la manière de réduire efficacement leur stress et de reconnaître et gérer les émotions intenses. S'il est essentiel de discuter et de présenter des **techniques d'autogestion de la santé adaptées au contexte local**, il est également essentiel de répéter, de reproduire et d'essayer ces techniques à plusieurs reprises au cours du programme, afin de s'assurer qu'elles deviennent partie intégrante de la vie quotidienne des parents, sans leur imposer une charge supplémentaire.

Vous trouverez des astuces et des conseils sur la **façon d'animer** les sessions et de coordonner les animateurs dans le **Compagnon de Constant et pendant la formation des animateurs**.

Êtes-vous bien préparé à faciliter ce programme de formation ?

AVANT de commencer votre travail d'animateur, vous devez avoir :

1. Participé à la formation des animateurs incluse dans le dossier de ressources du programme parental.

2. Reçu une formation sur les fondements de la protection de l'enfance.
3. Reçu une formation sur les concepts fondamentaux de la violence fondée sur le sexe (VFS).
4. Reçu une formation sur la protection de l'enfance et s'y engager.

PENDANT toute la mise en œuvre du programme (et l'animation des sessions), vous devez :

5. Connaître et utiliser "The Constant Companion : Guide de l'animateur".
6. Bénéficier d'un encadrement et d'une supervision continus au-delà de la formation des animateurs.
7. Recevoir le soutien du superviseur du programme pour contextualiser le curriculum.

Qui est là pour vous aider ?

Le **superviseur du programme** est la principale personne à laquelle vous devez vous référer.

Tout d'abord, vous discuterez avec lui d'un plan d'orientation structuré et solide. Si vous n'identifiez pas les agences **existantes et opérationnelles** qui peuvent répondre aux problèmes spécifiques de chaque famille et de chaque enfant, vous ne pourrez pas soutenir efficacement la réintégration sûre de l'enfant. Avant la mise en œuvre du programme, vous, en tant que facilitateur, et le superviseur du programme devez discuter des acteurs de la protection de l'enfance qui sont opérationnels dans le contexte local et du type de soutien que chaque acteur peut fournir, ainsi que de la manière dont les participants peuvent facilement contacter chaque acteur spécifique.

A aucun moment, il ne vous est demandé de faire un screening des familles. Tout au long du programme, les animateurs sont encouragés à aider les parents à comprendre quels sont les problèmes qui peuvent survenir et pour lesquels les parents doivent chercher une aide et un soutien spécialisés, et où trouver cette aide.

En même temps, en tant qu'animateur, vous êtes encouragé et soutenu tout au long du programme pour être vigilant et attentif à reconnaître les cas dans lesquels les parents et les familles pourraient avoir du mal à demander de l'aide. Essayez de trouver des pistes pour résoudre ces problèmes en consultation avec le superviseur du programme.



MECANISME DE REFERENCEMENT ET FICHE DE REFERENCEMENT

Avant d'animer cette session, vous devez avoir préparé un **mecanisme de referencement avec un fiche de referencement** avec votre coanimateur et le **superviseur du programme**. Le **mecanisme de referencement** contient toutes les indications pour vous, en tant qu'animateur, au cas où certains problèmes particuliers se présenteraient, et vous donne des suggestions sur la façon d'intervenir. La **fiche de referencement** est un document lié au plan d'orientation mais destiné aux participants. Il comprend une liste d'agences opérationnelles dans votre contexte local et décrit le type de soutien que chaque agence peut fournir, ainsi que la manière dont les participants peuvent facilement contacter chaque agence spécifique.

Qu'est-ce qui est là pour vous aider ?

N'oubliez pas que vous avez le compagnon constant comme guide pour vous aider :

- Des conseils d'animation pour mettre en œuvre les activités - se concentrer sur la pose de questions et la modération des discussions ; animer des jeux de rôle ; modérer des activités avec des histoires ouvertes ; modéliser votre comportement ; préparer les sessions ; ouvrir et clôturer chaque journée de travail.
- Compétences et connaissances préexistantes que les animateurs doivent posséder pour mettre en œuvre ce programme.
- Des conseils pratiques sur la façon d'organiser les sessions.
- Rappels de contextualisation.
- Les problèmes ou défis potentiels que vous pourriez rencontrer lors de l'animation et la façon de les aborder.
- Où trouver un soutien supplémentaire.

2.2 Les composantes du programme de formation

Que trouverez-vous dans ce programme ?

Dans ce manuel, vous trouverez **20 sessions**, chaque session dure entre 1 heure et 3 heures afin de couvrir le contenu. La durée réelle variera d'un endroit à l'autre, car elle est influencée par la dynamique du groupe ou la taille du groupe de parents. N'hésitez pas à adapter le programme de formation à vos besoins (vous trouverez plus d'informations sur le programme de formation suggéré dans le **Constant Compagnon**).

Sessions

Ce programme est divisé en sessions. Voici un aperçu d'une session :

Session 1 Partie 1 : Bienvenue et introduction au programme

Aperçu de la session

Durée 45 min - REMARQUE : Cette durée n'est qu'une indication et dépend de la taille du groupe. Cette durée se réfère à un groupe de 15 participants.

Objectifs :

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Dresser la liste des objectifs et des méthodologies de la session.
- Co-construire les règles du groupe pour les sessions et l'engagement de tous les membres du groupe.
- Exprimer leurs anxiétés et leurs inquiétudes et définir leurs attentes pour les séances.

Aperçu des activités :

| Session 1 | Accueil et introduction au programme | TOTAL 45 min |
|-----------|---|--------------|
| Acte. 1 | Accueil des participants et introduction aux sessions | 10 min |
| Acte. 2 | Energizer - apprendre à se connaître | 10 min |
| Acte. 3 | Définir les règles | 15 min |
| Acte. 4 | Espoirs et craintes | 10 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.

Durée : La durée de la session est proposée à titre indicatif et correspond à une composition de groupe de 15/20 personnes. Avec un groupe plus important, vous aurez besoin de plus de temps.

En général, il est recommandé d'avoir 1 à 2 séances par semaine. De cette façon, les séances laissent aux parents un espace de réflexion et le temps d'intérioriser les séances précédentes avant de passer à la séance suivante. Vous devez donc décider du nombre de sessions par semaine avec les participants, ainsi que du moment et du lieu, sur la base de ce que vous avez convenu avec les participants lors de la **réunion de pré-session**. En moyenne, les sessions durent 2 heures, mais certaines durent jusqu'à 3 heures. Cela peut convenir ou gêner certains parents. Vous devrez en discuter avec les parents. Par exemple, si vous avez décidé de vous réunir une fois par semaine pendant 2 heures maximum, le programme durera environ 4,5 mois. Si les participants préfèrent se rencontrer deux fois par semaine pendant 1 à 3 heures (selon le plan de session), vous travaillerez probablement ensemble pendant 10 à 11 semaines (2,5 mois). Les informations relatives à la réunion de pré-session se trouvent dans le **Compagnon de Constant**.

Objectifs : L'objectif de la session vous indique ce que les participants apprendront et seront capables de faire à la fin de cette session.

Aperçu des activités : Vous avez ici une liste des activités de la session et le temps nécessaire pour chaque activité.

Ressources nécessaires : Vous trouverez ici ce dont vous avez besoin pour vous préparer à animer la session. Assurez-vous de réviser tous ces éléments avant la session et que tout le matériel est prêt à l'avance. Coordonnez-vous avec votre co-animateur pour qu'il s'occupe de cette tâche.

Résumé de la session : **Jetez un coup d'oeil** ici, pour voir sur quoi la session se concentrera et comment elle est organisée.

Clôture de la journée et évaluation (10 min)

Objectifs : Récapituler la journée et évaluer la session.

Matériel : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4](#).

Modalité :



1. **DEMANDEZ :**
 - a. Cette session a été très intense. Comment vous sentez-vous ?
2. **DITES :**
 - N'oubliez pas que vous pouvez nous joindre individuellement avant ou après les sessions. Nous avons également avec nous une liste d'agences que vous pouvez joindre pour des besoins spécifiques. Nous vous la donnerons au cours d'une des sessions suivantes mais, si vous préférez, vous pouvez la demander maintenant.
 - Vous avez fait un excellent travail en partageant vos idées et vos expériences, nous savons que ce n'est pas toujours facile, mais grâce à chacune de vos contributions, nous apprenons les uns des autres et renforçons notre communauté ensemble.
3. Avant de clôturer la journée, invitez les participants à prendre quelques minutes pour effectuer ensemble un exercice de relaxation : vous pouvez inviter certains participants à se porter volontaires et à partager une technique de relaxation qu'ils utilisent ou dont ils ont entendu parler. Si personne ne se porte volontaire, soyez prêt à proposer une courte activité qui peut aider les participants à libérer un peu de l'anxiété, de la tension ou d'autres sentiments négatifs qui ont émergé au cours de cette session.
4. Ensuite, demandez à un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui. N'oubliez pas non plus de respecter la volonté de ceux qui ne veulent peut-être pas participer.

Activités

Chaque session contient différentes activités. Voici un aperçu d'une activité :

Durée : La durée de l'activité est proposée à titre indicatif et correspond à une composition de groupe de 15/20 personnes. Avec un groupe plus important, vous aurez besoin de plus de temps. En outre, chaque activité peut prendre plus ou moins de temps en fonction de l'engagement des participants et de la quantité de discussions générées par chaque activité.

Objectifs : Vous trouverez ici ce que les participants vont explorer au cours de l'activité. C'est ce que vous devez viser, en tant qu'animateur, lorsque vous animez cette session. Gardez-le à l'esprit, notamment lorsque vous guidez les discussions des participants ou lorsqu'ils partagent leurs propres expériences et idées.

Matériel : Vous trouverez ici ce que vous devez préparer pour animer l'activité. Veillez à réviser tous ces éléments avant la session et à ce que tout le matériel soit prêt à l'avance. Coordonnez-vous avec votre co-animateur pour qu'il s'occupe de cette tâche.

Modalité : Dans certaines activités, les participants travaillent en groupe, par deux ou en plénière. Vous trouverez ces informations ici.

ASK : Pour vous aider à faciliter la discussion avec le groupe, vous trouverez l'indication "ASK" accompagnée d'une série de questions. N'oubliez pas de contextualiser et de modifier ces questions en fonction du contexte et de la composition du groupe.

DITES : Dans chaque activité, vous trouverez des conseils sur ce qu'il faut dire, notamment après les moments de partage des participants. Rappelez-vous que ce programme est basé sur l'apprentissage mutuel des participants et sur la reconnaissance du fait qu'ils possèdent déjà la plupart des compétences et des connaissances dont nous allons discuter. Votre rôle n'est pas de faire la leçon, mais de guider leurs échanges, en soulignant les points clés qui permettent d'atteindre les objectifs de chacune des activités. Par conséquent, utilisez les notes après "**SAY**" uniquement lorsque ces points n'ont pas été soulignés par les participants et/ou pour récapituler leurs conversations. Veillez à adapter ces points et à intégrer ce qui ressort de ce que les participants ont partagé.

Pictogramme pour les animateurs : Dans certaines sessions/activités, vous trouverez une page séparée intitulée "Pictogrammes pour les animateurs". Ces pictogrammes sont indiqués dans la liste des **matériels de chaque activité** et vous les trouverez dans l'activité à laquelle ils se rapportent. Ces pictogrammes sont des aides visuelles que vous pouvez soit reproduire sur un tableau de conférence, soit photocopier du manuel et montrer aux participants. Vous n'avez pas besoin de les distribuer aux participants : ils sont uniquement censés aider les participants à se rappeler des informations ou des instructions que vous avez fournies. Une fois encore, tenez compte de votre contexte et modifiez-les pour qu'ils soient facilement reconnaissables.

Notes pour les animateurs : Vous trouverez ici des informations supplémentaires pour vous aider à animer les discussions. N'oubliez pas de contextualiser le contenu de ces notes avant de commencer le programme. En outre, ces notes doivent être intégrées à ce qui ressort des moments de partage des participants.

Documents pour la pratique à domicile : Dans certaines sessions, vous fournirez aux participants un rappel de ce qui a été discuté et des conseils pour continuer à pratiquer les compétences et les comportements à la maison. Le document de pratique à domicile est un document d'une page qui doit être contextualisé et adapté avant la session ; vous devez en imprimer un exemplaire par participant à l'avance et le distribuer à la fin de la session, pendant l'activité "Clôture de la journée".

Rédaction et discussions de groupe : Pour faciliter la participation des parents peu alphabétisés, vous pouvez mener toutes les activités sans demander aux participants de lire ou d'écrire. Néanmoins, veillez à garder une trace de ce qui se dit : vous pouvez prendre des notes sur votre carnet de notes ou utiliser un tableau de conférence. N'oubliez pas de **vous coordonner avec votre co-facilitateur** pour couvrir cette tâche.

Vous trouverez plus d'informations sur la manière de prendre des notes pendant l'animation et de coordonner les travaux de groupe et les discussions dans le **Constant Companion et dans la formation de l'animateur**.

Icônes

Dans ce Curriculum, vous trouverez quelques icônes qui vous aideront à identifier quand une action particulière est requise.



En savoir plus :

Cette icône vous indique quand vous pourriez avoir besoin d'approfondir votre compréhension d'un sujet particulier, en vous donnant des ressources supplémentaires à lire.



Des conseils pour vous : Vous trouverez ici des suggestions sur la manière de communiquer quelque chose aux participants et sur la façon d'accomplir une tâche particulière, notamment lorsqu'il s'agit de questions sensibles.



Travail en groupe : Pour renforcer l'engagement des participants et promouvoir la réflexion critique, vous verrez que de nombreuses discussions sont organisées autour de travaux de groupe. Veillez à ce que les groupes se mélangent de temps en temps. Assurez-vous également que les groupes mixtes sont appropriés et, si le travail de groupe n'est pas approprié localement, vous pouvez opter pour le travail en famille ou remplacer le travail de groupe par des discussions plénières.



Plénière : Dans certains cas, le débat impliquera tous les participants ensemble ; n'oubliez jamais d'impliquer tout le monde dans la conversation (vous trouverez quelques conseils pour faciliter les débats en plénière dans le **Constant Compagnon**).



Travail en binôme : Invitez et encouragez les participants à travailler en binôme. En fonction de votre contexte et du profil des participants, vous pouvez opter pour un travail en famille (père et mère ensemble, ou mère et tante, etc.).



Contextualisation : Cette icône indique que vous devez réfléchir au contenu et aux activités d'une session (ou d'une partie de celle-ci) et identifier si elle doit être adaptée pour refléter la communauté locale et la situation actuelle que vivent les participants et leurs enfants. Une réflexion initiale sur la contextualisation générale de l'ensemble du programme doit avoir lieu avant la mise en œuvre des sessions, mais n'oubliez pas de prendre note de tout aspect qui pourrait émerger au cours de la pratique. Vous trouverez plus d'informations sur la manière d'adapter et de contextualiser les sessions à votre contexte local dans le **Compagnon de Constant et dans la formation que les animateurs suivent pour apprendre à travailler au mieux dans le cadre de ce Programme parental**. En outre, la **boîte à outils d'apprentissage et de développement**⁵ peut également être utilisée pour contextualiser la formation.



Émotions intenses : Ces sessions peuvent déclencher des émotions intenses. Soyez très prudent et préparé lorsque vous animez ces sessions. Cet aspect dépend aussi beaucoup du contexte et des normes locales. Discutez de tout doute concernant ces sessions ou d'autres avec votre **co-facilitateur et avec le superviseur du programme** lors de la **liaison préalable à la mise en œuvre**. Vous trouverez des conseils sur la façon de gérer les émotions intenses pendant l'animation dans le **Constant Compagnon**.

⁵ <https://alliancecpa.org/en/child-protection-online-library/learning-and-development-toolkit>

Session 1 : Aperçu

Durée : 2 h 55'

Note à l'animateur : Il s'agit d'une longue session, qui est divisée en deux parties : la partie 1 présente le programme, tandis que dans la partie 2, les participants commencent à discuter de leur compréhension du développement et des besoins de leur enfant.

Vous pouvez soit mener cette session en une seule rencontre, soit la diviser en deux et la couvrir sur deux rencontres. Si, en concertation avec les parents, vous optez pour une seule journée, veillez à prévoir au moins deux pauses. Sinon, veillez à commencer chaque rencontre par un moment d'accueil et à conclure par un moment de clôture et de synthèse.

Résumé de la session

| | | |
|---------------------------|---|----------------------|
| Partie 1 | Accueil et introduction au programme | TOTAL 45 min |
| Acte. 1 | Accueil des participants et introduction aux sessions | 10 min |
| Acte. 2 | Energizer - apprendre à se connaître | 10 min |
| Acte. 3 | Définir les règles | 15 min |
| Acte. 4 | Espoirs et craintes | 10 min |
| Session 1 Partie 2 | Mon enfant et moi | TOTAL 110 min |
| Acte. 1 | Devenir fort ensemble : le développement des enfants et le rôle de la famille et de la communauté | 50 minutes |
| Acte 2 | Que signifie le terme "genre" ? | 20 minutes |
| Acte 3 | Besoins des garçons, besoins des filles | 30 minutes |
| | Clôture de la journée et évaluation | 10 min |

Session 1

Partie 1 : Bienvenue et introduction au programme



Session 1 Partie 1 : Bienvenue et introduction au programme

Aperçu de la session

Durée 45  **min - REMARQUE :** Cette durée n'est qu'une indication et dépend de la taille du groupe. Cette durée se réfère à un groupe de 15 participants.

Objectifs :

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Dressez la liste des objectifs et des méthodologies de la session.
- Co-construire les règles du groupe pour les sessions et l'engagement de tous les membres du groupe.
- Exprimer leurs inquiétudes et leurs inquiétudes et définir leurs attentes pour les séances.

Aperçu des activités :

| | | |
|------------------|---|---------------------|
| Session 1 | Accueil et introduction au programme | TOTAL 45 min |
| Acte. 1 | Accueil des participants et introduction aux sessions | 10 min |
| Acte. 2 | Energizer - apprendre à se connaître | 10 min |
| Acte. 3 | Définir les règles | 15 min |
| Acte. 4 | Espoirs et craintes | 10 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.

Résumé de la session :

Les sessions sont basées sur l'apprentissage par les pairs des participants : en partageant leurs expériences et leurs connaissances, ils apprennent les uns des autres. Cela nécessite la création d'un espace sûr pour le partage et l'apprentissage. Au cours de cette première session, vous présenterez les objectifs et la méthodologie des sessions et vous soutiendrez la création d'une atmosphère sûre. Vous soulignerez la nature confidentielle des informations partagées tout au long du programme. Vous encouragerez les participants à faire connaissance et les inviterez à négocier collectivement les règles et normes de comportement au sein du groupe pour travailler efficacement ensemble pendant les sessions.

Activité 1. Accueil des participants et introduction aux sessions (10 min)

Objectifs : accueillir les participants et établir une atmosphère positive ; présenter les objectifs des sessions et la méthodologie utilisée.

Modalité :



1. Pendant que les gens s'installent, saluez les participants un par un et prenez le temps de faire connaissance avec chacun d'eux.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Présentez-vous : dites votre nom et quelque chose sur votre parcours.
4. Donnez la parole à votre co-facilitateur pour qu'il se présente.
5. Les participants sont susceptibles d'être nerveux quant à la nature et au contenu des sessions et ils auront de nombreuses questions.
6. **DITES** :
 - Merci d'être venus ! En tant que parents, vous avez un rôle central à jouer pour assurer le bien-être de vos enfants et les aider à faire les bons choix dans la vie. Être parent est aussi un grand défi : nous sommes ici pour partager nos expériences et nos difficultés, pour nous soutenir et nous renforcer mutuellement, et pour chercher une aide supplémentaire si nécessaire.
 - Certains d'entre nous ici ont peut-être des enfants, d'autres s'occupent peut-être d'enfants, et d'autres encore font partie d'un foyer avec des enfants. Et cela fait de nous tous des personnes importantes dans la vie de ces enfants.
 - Ces sessions sont basées sur notre participation et notre implication actives : par le biais de conversations et de discussions, nous apprendrons les uns des autres afin de trouver les approches les plus adaptées pour soutenir nos enfants. Veuillez ranger tout ce qui pourrait se trouver devant vous. Vous devez simplement vous concentrer sur ce que nous allons faire ici ensemble. Je vais utiliser des questions et des activités, car nous avons tous besoin de partager, d'écouter et d'apprendre ensemble. Ce programme ne fonctionne que si nous travaillons tous ensemble et participons, en partageant les choses que nous savons et ressentons.
 - Ce programme vise à vous aider, en tant que parents, à accueillir vos enfants à la maison et/ou à prévenir leur recrutement par des groupes armés ou des forces armées, en gérant leurs besoins permanents en matière de soins et de protection.
 - Ensemble, nous discuterons des raisons qui pourraient conduire nos enfants à rejoindre des groupes armés, des risques qu'ils courent et des conséquences d'une éventuelle implication dans des groupes armés.
 - Nous reconnaitrons les besoins de nos enfants et l'importance de les comprendre, de les respecter et de les valoriser avec toutes leurs aspirations, leurs opinions et leurs luttes, en empêchant leur inclusion potentielle dans des groupes armés ou en facilitant leur réintégration s'ils ont été recrutés par des groupes armés.
 - Nous reconnaitrons également comment nos interactions et relations quotidiennes avec nos enfants peuvent canaliser ces attitudes respectueuses, attentionnées et nourrissantes à leur égard.
 - Enfin, nous discuterons des stratégies que nous utilisons pour prendre soin de nous-mêmes en tant que parents et soignants.

7. N'oubliez pas qu'il s'agit d'un espace de partage sûr : toutes les informations partagées ici resteront ici. Si vous avez besoin d'un soutien spécifique, vous pouvez toujours nous joindre (animateurs), à tout moment avant ou après les sessions.

Activité 2. Energizer - apprendre à se connaître (10 min)

Objectifs : faciliter les présentations, établir une atmosphère positive et détendue.

Modalité :



Plénière

1. Demandez aux participants s'ils connaissent un jeu d'apprentissage des noms et s'ils sont prêts à en faire la démonstration.
2. Si personne ne souhaite ou ne peut apporter sa contribution, utilisez le jeu de stimulation suivant pour aider les participants à apprendre les noms des autres et pour créer une atmosphère positive et détendue.
3. Demandez aux participants de former un cercle (éventuellement debout). Choisissez quelqu'un pour commencer le jeu.
4. Demandez à la première personne de dire : "Je m'appelle (nom ici) et j'aime (objet qui commence par la même lettre que son prénom)", par exemple, je m'appelle Maria et j'aime les mangues.
5. Ensuite, la personne suivante dit la même chose avec son nom, tout en répétant la phrase de la personne précédente. Par exemple, "elle s'appelle Maria et elle aime les mangues. Je m'appelle Ali et j'aime les animaux". Chaque personne du cercle répète le même processus, jusqu'à la dernière personne du cercle, qui répète les noms et les objets de tout le monde.

Activité 3. Définir les règles (15 min)

Objectifs : Faire participer tout le monde à la définition des règles des sessions.

Matériel : (Facultatif) Tableau de conférence ;
Marqueur.

Modalité :



Plénière

1. DITES :

- Nous venons tous de foyers différents, mais nous formons une seule communauté.
- Nous nous sommes réunis dans ces sessions pour atteindre les mêmes objectifs. Nous passerons du temps ensemble dans les mois à venir. Il est important que nous soyons tous d'accord sur la manière de nous comporter lors de nos rencontres.

2. DEMANDEZ :

- i. Pourquoi pensez-vous qu'il est nécessaire d'avoir de tels conseils ?

3. DITES :



Conseils pour vous - Exemples de règles

- Respectez toujours les opinions des autres participants
- Évitez d'utiliser le téléphone
- Soyez à l'heure

Essayez de formuler la règle en termes positifs plutôt que négatifs (au lieu de "ne soyez pas en retard", utilisez "soyez à l'heure").

- Certaines règles sont nécessaires à la réussite des sessions. Quelles règles pensez-vous que nous devrions avoir dans ce groupe pour travailler ensemble pendant nos sessions ?
4. Donnez à chacun une minute pour réfléchir et invitez quelqu'un à commencer à partager ses idées. Notez les suggestions sur un tableau de papier ou utilisez des symboles qui représentent l'idée.
 5. Après chaque suggestion, demandez si tout le monde est d'accord.
 6. **DEMANDEZ :**
 - a. Quelles règles pensez-vous que nous devrions suivre en tant que facilitateurs ?

De cette façon, vous encouragez les participants à sentir que les sessions sont un dialogue entre égaux.
 7. Une fois que tout le monde a partagé,
- DEMANDEZ :**
- a. Êtes-vous tous d'accord avec les règles que nous avons définies ici ?
8. Modifiez le tableau de papier jusqu'à ce qu'un accord soit trouvé avec l'ensemble du groupe.
 9. Enfin, expliquez que l'un des principes fondamentaux du programme est la *confidentialité et le respect mutuel*.
 10. **DEMANDEZ :**
 - a. Qu'implique le respect mutuel ? Qu'en est-il de la confidentialité ?
 11. **DITES :**
 - Le respect mutuel implique que nous devons écouter l'opinion de chacun, sans jugement ; nous devons également laisser chacun s'exprimer, sans exclure personne.
 - La confidentialité signifie que nous gardons les informations et les expériences partagées pendant les sessions privées, nous ne les partageons pas en dehors du programme.
 12. Si possible, laissez le tableau de papier dans un endroit où il pourra être conservé comme aide-mémoire pour le reste du programme.

Activité 4. Espoirs et craintes (10 min)

Objectifs : permettre aux participants d'exprimer leurs inquiétudes et de partager leurs attentes concernant ces sessions. Pour que l'animateur puisse mesurer les attentes et les éventuelles réserves.

Matériel : (Facultatif) Un tableau de papier divisé en deux colonnes intitulées "Espoirs" et "Craintes" ; un marqueur.

Modalité :



Plénière

1. **DITES :**
 - Il est normal de se sentir excité ou anxieux au début d'un programme. J'aimerais commencer par découvrir les espoirs et les craintes que vous avez apportés avec vous aujourd'hui.
2. **DEMANDEZ :**
 - a. Maintenant, pensez à un espoir et à une crainte que vous pourriez avoir à propos de ce programme.
3. Invitez un volontaire à commencer à partager ses espoirs.

4. Une fois cela fait, invitez le reste des participants à se lever s'ils pensent partager le même espoir.
5. Répétez l'opération jusqu'à ce que chacun ait eu l'occasion de partager ses espoirs. Si possible, prenez des notes sur le tableau de conférence, en essayant de les relier entre eux, en voyant ceux qui sont similaires.
6. Maintenant, répétez le processus avec les peurs.
7. Une fois que c'est fait, faites une brève récapitulation. Invitez les participants à partager s'il y a quelque chose d'autre à ajouter.
8. **DITES :**
 - Merci de nous faire part de vos réflexions ! Au cours des prochaines semaines, nous essaierons d'aborder ensemble toutes ces attentes et ces craintes.
9. S'il y a un espoir ou une crainte qui ne sera pas au centre du programme, dites aux participants que ces aspects ne seront pas abordés dans les prochaines sessions.
10. Si une crainte ou un espoir émerge, qui touche aux besoins individuels ou aux problèmes des participants, ayez le **plan d'orientation** à portée de main et faites une brève référence aux services disponibles, qui peuvent fournir un soutien individuel. N'oubliez pas de ne pas mettre les personnes sous les feux de la rampe, mais de parler de manière générale de ces systèmes de soutien. Le plan d'orientation doit avoir été élaboré avant la mise en œuvre de ces sessions avec le **superviseur du programme**.
11. Si vous avez eu l'occasion de noter les réponses sur un tableau de papier, gardez-le à portée de main lors des prochaines sessions afin de pouvoir vérifier si l'un des espoirs s'est réalisé ou si l'une des craintes a été abordée.

Note : Si vous avez décidé de mener cette session en une seule rencontre avec les participants, assurez-vous de faire une pause de 10 minutes ici, puis continuez avec l'activité suivante de la session 1 partie 2.

Si vous avez décidé de répartir cette session sur 2 rencontres, clôturez la réunion en cours avec l'**activité "Clôture de la journée et évaluation"** que vous trouverez à la fin de la Session 1 Partie 2. N'oubliez pas de commencer la prochaine fois par un moment de bienvenue : vous pouvez utiliser les instructions de la Session 2 Activité 1.

Session 1 Partie 2

Mon enfant et moi



Session 1 Partie 2 : Mon enfant et moi

Durée 1h 40 min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître les rôles, les besoins et les responsabilités des enfants.
- Décrire les principes de base du développement de l'enfant.
- Réfléchir aux implications du genre sur la croissance et l'identité des enfants.

| | | |
|-------------------------------|---|----------------------|
| Session 1 Partie 2 | Mon enfant et moi | TOTAL 110 min |
| Acte. 1 | Devenir fort ensemble : le développement des enfants et le rôle de la famille et de la communauté | 50 minutes |
| Acte 2 | Que signifie le terme "genre" ? | 20 minutes |
| Acte 3 | Besoins des garçons, besoins des filles | 30 minutes |
| | Clôture de la journée et évaluation | 10 min |

Ressources nécessaires :

- **Plan d'orientation et document d'orientation connexe.**
- **Tableaux de conférence et marqueurs.**
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité 4.](#)

Résumé de la session :

Les participants réfléchissent au développement de leurs enfants, en le reliant à la façon dont ils se sentent, communiquent et agissent à différentes étapes de leur croissance. Au cours de cette session, nous jetterons également les bases de l'un des concepts centraux de l'ensemble du module : le genre.

Activité 1. Devenir fort ensemble : le développement des enfants et le rôle de la famille et de la communauté (50 minutes)

Objectifs : discuter des éléments qui contribuent au développement sain d'un enfant ; reconnaître le rôle que les relations familiales aimantes et attentionnées ont sur le développement de l'enfant, à différentes étapes de sa croissance.

Modalité :

1. **DITES** : (scénario fictif)
Je veux vous présenter Sandra. Sandra vit dans votre village/ville. C'est une femme âgée de 35 ans, elle a un mari et trois enfants. Elle a rencontré des situations difficiles au fil des ans, mais elle se considère comme une personne satisfaite, qui est devenue la meilleure qu'elle puisse être.
2. **DEMANDEZ** :
 - a. Selon vous, quelles sont les choses qui font d'elle une femme satisfaite ? Pensez à sa personnalité, à sa vie familiale, à ses relations avec ses enfants et son mari, à sa situation économique, à son travail, à sa santé.
3. Rassemblez quelques idées, puis **DITES** :
 - Certains de ces éléments qui font de Sandra une personne contente sont externes, et elle peut avoir eu peu d'influence sur eux. Par exemple, elle peut vivre dans une zone sans conflit (*modifiez et utilisez un exemple fourni par les participants*).
 - D'un autre côté, elle a eu la chance d'influencer de nombreux éléments qui ont contribué à faire d'elle une adulte heureuse.
4. **DEMANDEZ** :
 - a. A votre avis, qu'est-ce qui l'a aidée à devenir une personne heureuse et satisfaite ?
 - b. Qu'est-ce qui a contribué à son développement sain en tant qu'adulte ?
 - c. Comment pensez-vous que son environnement familial lorsqu'elle était enfant a pu contribuer à son développement ?
5. Rassemblez quelques idées et, si nécessaire, intégrez la conversation aux points ci-dessous, **DITES** :
 - Tout le monde, garçons et filles, naît avec la capacité cérébrale d'être fort, d'être intelligent, d'être un adulte heureux.
 - Lorsque nous vivons dans une famille aimante et que nous sommes entourés d'une communauté bienveillante, notre développement est soutenu et encouragé. Un environnement aimant et exempt de stress a un impact énorme sur la façon dont notre cerveau se développe : il contribue à le rendre plus fort, plus apte à penser de façon critique, à résoudre des problèmes et à apprendre à affronter des situations difficiles et à y faire face.
6. **DEMANDER** : Maintenant, imaginons ce que pourraient être certaines des choses qui pourraient avoir des conséquences négatives sur le développement et le bien-être de Sandra.
7. Invitez quelques participants à partager leurs idées. Voici quelques exemples de réponses : elle vit dans une zone de guerre, elle a perdu son emploi, sa famille n'avait pas assez de ressources pour la laisser étudier, etc.
8. Suivant **DITES** :
 - De nombreux problèmes peuvent avoir des répercussions négatives sur le développement d'un enfant et l'empêcher de devenir un adulte heureux et en bonne santé.
 - Sandra a peut-être dû faire face à de grands défis dans sa vie, mais le fait d'avoir eu un environnement familial aimant lorsqu'elle était enfant l'a sûrement aidée à faire face à ces problèmes et à grandir pour devenir une personne saine, forte et heureuse.
 - Si l'enfant bénéficie, dès le début de sa vie, de relations familiales aimantes et attentionnées, qui le soutiennent, le stimulent et le comprennent, nous lui offrons un

filet de sécurité, un parachute qui l'accompagnera toute sa vie et l'aidera à faire face aux difficultés, tant lorsqu'il est enfant que lorsqu'il est adulte.

9. **DEMANDEZ :**

- a. Que considérez-vous comme des relations familiales aimantes et attentionnées ? Voici quelques exemples de réponses : les membres de la famille se montrent affectueux, ils s'écoutent, ils évitent de se crier dessus, etc. Soyez ouvert et laissez les participants partager la façon dont ils voient des relations familiales aimantes. (Note : notez les réponses et utilisez-les dans la section 10).
- b. Comment peuvent-ils aider l'enfant à faire face à des situations difficiles et à devenir un adulte heureux ?

DES RELATIONS FAMILIALES AIMANTES ET ATTENTIONNÉES

Veillez encourager les participants à partager ce qu'ils considèrent comme des relations familiales aimantes et attentionnées (voir Étape 8-10 Activité 1).

Utilisez leurs points pour faciliter les discussions et faites référence à ces aspects tout au long du programme : c'est ce vers quoi vous tendez ensemble.

En même temps, les parents peuvent suggérer certains comportements qui ne peuvent être acceptés comme des expressions de relations aimantes, et qui doivent être abordés immédiatement ici, ainsi qu'au cours de l'ensemble du programme : toute forme de violence ou de punition sévère doit être abordée et évitée. Par exemple, si les parents suggèrent que l'obéissance et le respect sont des aspects des relations familiales aimantes, demandez ce que cela signifie en pratique, et comment les enfants peuvent faire preuve d'obéissance et de respect. Demandez également si les parents sont également prêts à respecter leurs enfants, et comment. Vous devez vous assurer qu'il est clair dès le début que la violence et les punitions sévères ne sont pas acceptables et que le respect mutuel est un élément clé d'un environnement aimant.

10. Transmettez les points suivants, en veillant à intégrer les suggestions fournies par les participants sur ce que sont des relations familiales aimantes et bienveillantes. **DITES :**
- Le stress répété, l'exposition à des événements traumatiques et la violence peuvent provoquer un "stress toxique".
 - Le stress toxique peut signifier que le cerveau est constamment en état de "danger" et ne parvient pas à fonctionner normalement. Le stress toxique peut rendre plus difficile pour les enfants de prendre des décisions sûres et saines.
 - Par exemple, les enfants qui ont été recrutés par des groupes armés peuvent être exposés à une violence et un stress durables, ce qui peut avoir un impact profond sur leur cerveau.
 - Cela ne signifie pas qu'il n'y a aucun espoir : les enfants ont la capacité de se remettre de ces expériences et de redevenir des êtres humains heureux et en bonne santé, mais ils ont besoin d'aide.
 - En offrant un environnement aimant, favorable, stimulant, prévisible et sans stress, les parents peuvent aider le cerveau de l'enfant à se remettre d'expériences stressantes et aider les enfants à grandir heureux et en bonne santé.
 - En étant à l'écoute des besoins de votre enfant, vous favorisez et assurez sa sécurité.

- *(Intégrez les points que vous avez notés, que les parents considèrent comme des relations familiales aimantes et bienveillantes) En nous respectant mutuellement, en nous écoutant les uns les autres, en évitant la violence à la maison, en trouvant du temps à passer ensemble, nous construisons et fournissons un environnement aimant, encourageant, stimulant et solidaire. Cela aide les enfants à devenir des êtres humains forts et sains, capables de résoudre des problèmes, de construire eux-mêmes des relations positives, de faire face à des situations critiques et de trouver des stratégies pour y faire face.*

11. DEMANDEZ :

- Si tous les enfants ont besoin de soins, d'amour, de respect et de protection de la part de leur famille et de la communauté, ils ont aussi des besoins qui évoluent, à différentes étapes de leur vie.
- Réfléchissons à la vie de Sandra lorsqu'elle était enfant. Que pensez-vous qu'elle était capable de faire quand elle avait 8 ans ?
- Qu'est-ce qu'elle a aimé ?
- Quels étaient ses besoins ?
- Quels sont les éléments qui ont contribué à son bon développement lorsqu'elle avait 8 ans ? Voici quelques réponses possibles : une alimentation saine, le sentiment d'être aimé par sa famille, de bonnes relations dans le voisinage, la fréquentation de l'école, etc.

Demandez aux parents de réfléchir à son environnement familial, à ses relations avec ses parents, ses frères et sœurs, les autres membres de la famille, sa communauté ; à sa santé ; à ce qu'elle fait pendant son temps libre ; à sa vie scolaire ; à ses amis.

12. DITES :

- Maintenant, imaginez Sandra à l'âge de 14 ans.

13. DEMANDEZ :

- Que pensez-vous qu'elle était capable de faire quand elle avait 14 ans ?
- Qu'est-ce qu'elle a aimé à 14 ans, qu'elle n'aimait pas avant ? Qu'aimait-elle lorsqu'elle était plus petite, qu'elle n'aimait pas à 14 ans ?
- Quels étaient ses besoins quand elle avait 14 ans ?
- Quels sont les éléments qui ont contribué à son bon développement lorsqu'elle avait 14 ans ? Les réponses peuvent être : une alimentation saine, avoir de nombreux amis, aider sa famille à la maison, aller à l'école, etc.

Encore une fois, pensez à son environnement familial, à ses relations avec ses parents, ses frères et sœurs, les autres membres de la famille, sa communauté ; sa santé ; ce qu'elle fait pendant son temps libre ; sa vie scolaire ; ses amis.

2. Intégrez les points suivants à ce qui est ressorti des conversations avec les parents.

DITES :

- Les changements biologiques dans leur corps et leur esprit, ainsi que les expériences auxquelles ils sont exposés, déterminent les changements dans le comportement, les sentiments, les capacités, les intérêts et les besoins des enfants.
- Pendant l'adolescence, la partie du cerveau qui gère les comportements complexes tels que la planification ou la prise de décision change, et ce changement se poursuit au début de l'âge adulte.
- Par conséquent, l'enfant commence à apprendre à contrôler ses impulsions, à faire preuve de jugement, à planifier et à réfléchir aux conséquences de ses actions.

- Les enfants plus âgés peuvent être aidés par leurs parents à apprendre à prendre de bonnes décisions et à faire preuve de discernement, par exemple en discutant ensemble des décisions qui affectent leur vie.
- Les enfants plus âgés font également l'expérience de la puberté. Pendant la puberté, le corps de l'enfant change pour devenir adulte, ce qui a également un impact important sur les émotions et les sentiments de l'enfant : Il peut se sentir confus, dépassé ou éprouver des émotions intenses.
- En entrant dans l'âge adulte, les enfants plus âgés commencent également à avoir besoin de plus d'indépendance : le groupe de pairs, et la reconnaissance qu'ils en reçoivent, deviennent de plus en plus importants. Bien que la biologie joue un rôle central dans la croissance des enfants, les différences entre les enfants plus jeunes et plus âgés sont davantage fondées sur la vie et les expériences individuelles des enfants, et sur ce que notre communauté pense et attend de nos enfants, à différentes étapes de leur vie, plutôt que sur la biologie.
- Réfléchir au développement et à l'évolution des besoins de nos enfants peut nous aider à réfléchir à la manière dont nous les soutenons, à différentes étapes de leur vie.
- De même, le fait de vivre dans une zone de conflit armé a un impact important sur le développement de l'enfant et sur ses besoins. Nous devons réfléchir à nos expériences et à notre comportement en tant que parents afin de répondre de manière appropriée à ces besoins changeants. De même qu'il est difficile de vivre dans l'incertitude pour les adultes, il en va de même pour les enfants, qui cherchent à être rassurés par leurs parents ou d'autres personnes qui les soutiennent dans leur vie.
- Cela signifie que tous les enfants, quel que soit leur âge, ont besoin de votre soutien en tant que parents : ils ont besoin que vous restiez à l'écoute de leurs signaux, que vous essayiez de comprendre leurs besoins et que, par une communication et une interaction significatives, vous stimuliez une relation de confiance et de soutien.
- Ne vous inquiétez pas, cela fait beaucoup d'informations ! Nous allons passer les prochaines sessions à parler de la façon d'aider nos enfants à acquérir les compétences nécessaires pour vivre une vie sûre, saine et heureuse. Nous parlerons de la façon de soutenir le développement continu de leur cerveau grâce à des pratiques parentales prévisibles, stimulantes et enrichissantes.

5 minutes de pause (facultatif) : Trouvez un moyen local approprié pour faire une pause et vous détendre. Vous pouvez inviter quelques participants à se porter volontaires et à partager une technique de relaxation appropriée localement, comme une chanson ou un jeu rapide. Si personne ne se porte volontaire, soyez prêt à proposer une activité courte et énergisante .

Activité 2. Que signifie le terme "genre" ? (20 min)

Objectif : reconnaître la signification du mot "genre".

Modalité :



1. Demandez aux participants de réfléchir à leur propre enfance et à celle de leurs enfants.
2. **DEMANDEZ :**
 - a. Selon vous, qu'est-ce qui a changé en termes de traitement des garçons et des filles ?
 - b. Quelles sont les choses qui ont changé en raison du contexte de conflit armé ? Comment cela a-t-il changé la façon dont les garçons sont traités ? Et les filles ?
 - c. Comment ces rôles ou perceptions créent-ils un environnement sûr pour les garçons et les filles ?
 - d. Comment ces rôles ou perceptions causent-ils du tort aux garçons et aux filles ?
 - e. Selon votre compréhension, qu'est-ce que le genre et le sexe et quelle est la différence ??

REMARQUE : Cette discussion pourrait être animée, en fonction du contexte local. Ne vous inquiétez pas ! Il ne s'agit que de la première d'une série d'activités visant à réfléchir au rôle du genre et des normes de genre sur le développement, les besoins et les attentes de l'enfant et sur la relation entre les parents.

3. Transmettez ces points ci-dessous, uniquement s'ils ne sont pas apparus au cours de la conversation précédente !

DITES :

- Les filles et les garçons se ressemblent beaucoup : alors que nous pouvons penser que les filles et les garçons se développent différemment, les recherches indiquent qu'il existe peu de différences réelles. À part quelques exceptions biologiques, telles que l'accouchement ou l'allaitement d'un bébé, les garçons et les filles peuvent faire les mêmes choses.
- Ce que les filles n'étaient pas autorisées à faire dans le passé est différent d'aujourd'hui, et cela continuera à changer, car cela n'est pas dû à la biologie de nos corps, mais à ce que notre société et les pratiques culturelles néfastes attendent des garçons et des filles.
- Pour comprendre cela, nous avons dû distinguer deux éléments :
- Sexe : fait référence aux différences biologiques entre les hommes et les femmes, telles que les organes génitaux, la génétique et les hormones.
- Genre : désigne les autres différences entre les garçons et les filles, telles que le style vestimentaire, les manières, les comportements, les goûts, les rôles familiaux et l'éducation, qui sont définis par des normes, des rôles et des relations. Ces aspects varient d'une société à l'autre et peuvent être modifiés.

Activité 3. Les besoins des garçons, les besoins des filles (30 min)

Objectifs : reconnaître les mythes et les vérités sur le genre ; réfléchir aux besoins uniques et similaires de l'enfant en fonction de son genre et de son âge.

Modalité :  Plénière

1. Expliquez que vous allez faire quelques déclarations et qu'après chaque déclaration, les participants doivent rester assis s'ils pensent que la déclaration est vraie ou se

lever s'ils pensent que c'est un mythe/faux (si possible, sinon invitez-les à lever la main). Lisez les affirmations suivantes et invitez quelques volontaires à expliquer la raison de leur choix après chaque affirmation. Veillez à mettre en évidence celles qui sont des mythes et celles qui sont des vérités après chaque discussion (vous trouverez ces informations entre parenthèses).



- a. Les garçons ne doivent pas être encouragés à partager leurs émotions. (Mythe)
- b. Les filles et les garçons peuvent être aussi sensibles et attentionnés les uns que les autres. (Vérité)
- c. Les garçons ont besoin de plus d'indépendance que les filles. (Mythe)
- d. Les filles ont besoin de plus d'encadrement dans leur vie. (Mythe)
- e. Les filles comme les garçons peuvent être affectés négativement par la violence. (vérité)
- f. Les garçons sont plus enclins à la violence. (Mythe)
- g. Les garçons comme les filles peuvent être victimes de recrutement par des groupes armés. (Vérité)

2. DITES :

- Nos idées sur les besoins et les expériences des garçons et des filles sont souvent influencées par des mythes. Les recherches montrent que s'il existe des différences biologiques entre les garçons et les filles, il y a aussi beaucoup de similitudes.
- La façon dont un enfant se comporte ou ce qu'il aime est largement influencé par son éducation, sa santé, ses relations et son milieu économique. Les différences que nous percevons sont principalement dues à la façon dont notre culture et notre société pensent que les garçons et les filles doivent se comporter, ce qu'ils doivent aimer ou ne pas aimer et les rôles qu'ils doivent jouer : par exemple, on peut attendre des garçons qu'ils soient plus durs et peu émotifs, tandis que les filles doivent être attentionnées et sensibles. Ces idées n'ont aucun fondement biologique.
- En raison des rôles et responsabilités différents que la société attribue aux filles et aux garçons, ceux-ci ont des **besoins** différents et sont exposés à des **risques** potentiels différents.
- En tant que parents, nous devons être particulièrement attentifs à répondre aux besoins de nos filles, ainsi qu'à ceux de nos garçons, et à promouvoir l'égalité au sein du foyer, car cela a un impact important sur le bien-être de nos enfants.

3. DEMANDEZ :

- a. Quelles sont les différences entre les garçons et les filles en termes de **besoins** ?
- b. Quelles sont les différences en termes de **risques** auxquels ils peuvent être exposés ?



LES BESOINS DES FILLES ET DES RISQUES.

Les besoins et les risques spécifiques auxquels les filles peuvent être confrontées dépendent largement du contexte local, de la culture, des normes et des rôles. La manière dont ces besoins et ces risques évoluent avec l'âge est également influencée par ces mêmes facteurs.

Considérez qu'en général, les filles sont plus exposées que les garçons, qu'on ne leur demande souvent pas leur avis, ou qu'elles ne prennent pas de décisions, et qu'elles ont donc moins de pouvoir. Elles peuvent être davantage soumises à la violence, y compris au viol, et peuvent être forcées à se marier.

- c. Quelles sont les différences entre les garçons et les filles qui ont été recrutés par des groupes armés en termes de **risques** ?
- d. Quelles sont les différences de **besoins** ?
- e. Comment pouvons-nous, en tant que parents, promouvoir l'égalité entre garçons et filles à la maison, tout en veillant à répondre à leurs différents besoins ?

4. Réfléchissez à ce qui a émergé de la discussion. Transmettez les points suivants uniquement s'ils n'ont pas émergé au cours de la conversation. DITES :

- Merci de partager vos exemples.
- Les garçons et les filles qui sont recrutés par des groupes armés sont tous deux exposés à des risques, mais les filles sont plus susceptibles d'être exposées à la discrimination ou à des préjudices parce qu'elles sont des femmes/femmes, et elles sont souvent plus exposées à la stigmatisation lorsqu'elles retournent dans leur communauté.
- (*Intégrer le point suivant avec certains des exemples qui ont émergé de la conversation avec les participants*) Promouvoir l'égalité de genre dans la maison peut signifier :
 - i. Attendre des choses similaires de nos garçons et de nos filles, par exemple, attendre des garçons et des filles qu'ils soient à la fois polis, attentionnés, sensibles et forts, courageux et audacieux.
 - ii. Demander à nos garçons et à nos filles d'un âge similaire de jouer des rôles similaires dans la maison, par exemple en leur demandant à tous les deux d'aider à nettoyer la maison, de s'occuper des frères et sœurs plus jeunes ou d'aller chercher de l'eau.
 - iii. Les respecter de la même manière et éviter de recourir à toute forme de violence, tant à l'égard des garçons que des filles.
 - iv. Les considérer tous deux comme capables de choses similaires dans le présent et dans l'avenir, par exemple en supposant que tous deux peuvent être aussi bons à l'école, et que tous deux ont des chances similaires de devenir médecins ou mécaniciens.
- Traiter nos garçons et nos filles de la même manière et protéger nos filles de la **violence sexiste** a un impact important sur la prévention du recrutement et sur l'aide à la réintégration des enfants dans leur famille.
- Ne vous inquiétez pas - dans les prochaines sessions, nous approfondirons ces aspects.

LA VIOLENCE FONDÉE SUR LE GENRE : La violence sexiste trouve ses racines dans les inégalités entre les sexes. Elle désigne la violence exercée contre une personne en raison de son sexe. Les femmes comme les hommes sont victimes de violence sexiste, mais la majorité des victimes sont des femmes et des filles.

Clôture de la journée et évaluation (10 min)

Objectifs : Récapituler la journée et évaluer la session.

Matériel : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4](#).

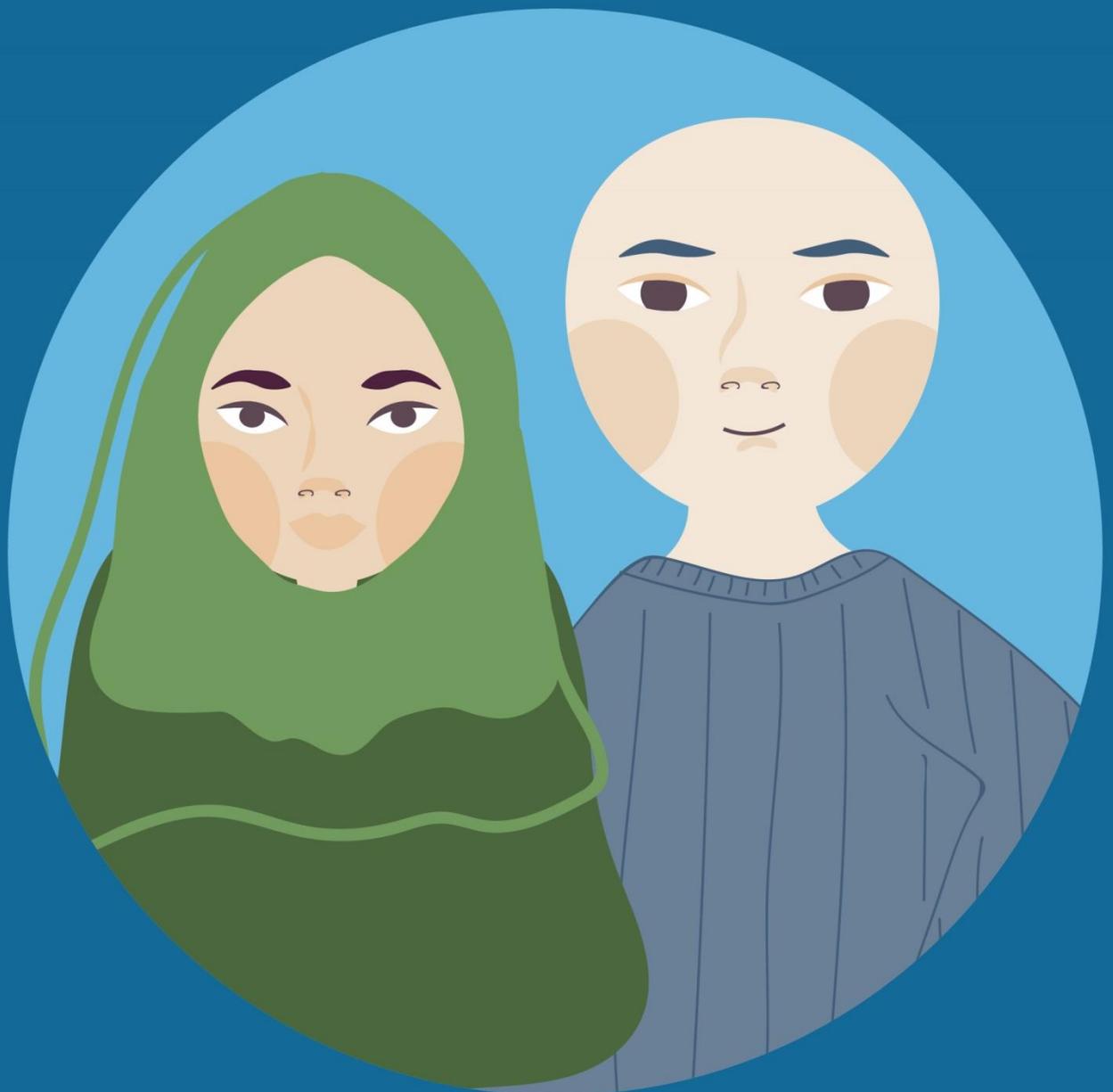
Modalité :



1. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
2. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une étoile sur les espoirs qui se réalisent.
3. Ensuite, prenez un marqueur et retirez les peurs qui commencent à être surmontées.
4. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
5. **Enfin, posez** les questions suivantes au groupe.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette première session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ou que vous voudriez ajouter ?**
6. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Session 2

Notre rôle en tant que parents



Session 2 : Notre rôle en tant que parents

Durée 3h ⌵

Note à l'attention de l'animateur : Il s'agit d'une session très riche et longue, qui pourrait être prolongée si vous pensez que la discussion sur la famille, la culture et les rôles des hommes et des femmes nécessite plus de temps. Par conséquent, nous vous recommandons d'envisager de diviser cette session en deux parties et de la mener sur deux rencontres. Par exemple, vous pourriez réaliser les activités 1 à 3 au cours d'une rencontre, et les activités 4 et 5 au cours d'une autre. Dans ce cas, n'oubliez pas de toujours commencer la session par un moment de bienvenue (activité 1) et de la terminer par une récapitulation et une évaluation.

Objectifs : A la fin de cette session, les participants seront capables de :

- a. Partager leurs expériences sur leurs rôles et responsabilités en tant que parents.
- b. Déballez ensemble l'impact du genre sur leurs rôles et leur dynamique familiale.
- c. Identifier les pratiques parentales spécifiques aux enfants vivant avec handicap.
- d. Reconnaître les coutumes positives et négatives liées aux pratiques parentales et d'éducation des enfants.

Aperçu des activités :

| Session 2 | | TOTAL 180 min |
|------------------|---|----------------------|
| Acte 1 | Accueillir les participants | 10 min |
| Acte 2 | Reconnaître notre rôle de parents | 40 min |
| Acte 3 | Répondre aux besoins des enfants vivant avec handicap | 50 minutes |
| Acte 4 | Le genre et les rôles familiaux des enfants | 40 min |
| Acte 5 | Le genre des parents et les rôles familiaux | 30 minutes |
| | Clôture de la journée et évaluation | 10 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1](#). [Activité4](#).

Résumé de la session :

Les participants réfléchiront à leurs propres croyances et normes culturelles concernant les rôles parentaux et les pratiques d'éducation des enfants, ainsi qu'à leur rôle de parents et à leur façon de s'occuper d'un enfant. Ils discuteront des coutumes liées à l'éducation des enfants qui peuvent avoir un impact positif sur l'enfant et sur les relations familiales, et de celles qui peuvent avoir un impact négatif. Les participants réfléchiront également à l'impact du genre et du handicap sur leurs pratiques parentales. Ils exploreront leurs comportements envers leurs filles, et se demanderont s'ils ont des rôles différents en tant que soignants masculins et féminins. Ils réfléchiront aux conséquences de la dynamique des genres sur chaque membre de la famille et sur leurs relations.

Activité 1. Accueil des participants (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et rappeler ce dont nous avons discuté lors des sessions précédentes.

Modalité :



1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive !
Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez d'autres suggestions dans le Constant Compagnon . Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer.
4. **Demandez à** quelques volontaires de se rappeler ce qui a été discuté lors de la session précédente.



Conseils : Vous commencerez chaque session en souhaitant la bienvenue aux participants, en rappelant ce qui a été fait au cours des sessions précédentes et, à partir de la session 8, en discutant du déroulement de la pratique à domicile. Essayez de couvrir ces aspects d'une manière confortable pour vous, soyez créatif et utilisez différentes stratégies. Vous trouverez quelques suggestions dans le **Constant Companion**.

Activité 2. Reconnaître notre rôle de parents (40 min)

Objectif : Partager les moyens par lesquels les parents soutiennent les besoins et le développement de leurs enfants à différentes étapes de leur croissance.

Modalité :



1. **DEMANDEZ** :

- a. Selon vous, quel est votre rôle en tant que parent dans le développement de votre enfant ? Comment soutenez-vous votre enfant ?
2. **Réfléchissez à ce qui ressort de la discussion et, si nécessaire, ajoutez les points suivants. DITES :**
- Nous avons vu dans la session précédente que votre rôle en tant que parents est crucial pour aider votre enfant à devenir le meilleur qu'il puisse être en tant qu'enfant et en tant que futur adulte.
 - Dès le début de la vie de vos enfants, vous les aidez à s'épanouir pleinement en **répondant à leurs besoins : vous leur** offrez ainsi un environnement favorable, stimulant et aimant.
 - Voyons maintenant ce que nous entendons par "répondre aux besoins des enfants".
2. **DEMANDEZ :**
- a. Quelles sont les choses que vous faites pour répondre aux besoins de votre enfant à chaque étape de son développement ?
 - b. Quelles sont les choses que vous faites, ou avez faites, lorsque votre enfant était plus jeune, par exemple en dessous de 12 ans.
 - c. Que faites-vous pour soutenir les enfants plus âgés, par exemple ceux de plus de 12 ans ?
 - d. Quels obstacles rencontrez-vous pour répondre aux besoins de vos enfants ?
3. Prenez note des réponses dans votre cahier. **Gardez-les à portée de main, car vous en aurez besoin lors de la prochaine session !** Encouragez toujours tout le monde à participer. Si nécessaire, utilisez certaines des informations contenues dans le tableau ci-dessous - voir [Tableau1de l'animateur:Répondre auxbesoins de nos enfants](#). **N'oubliez pas que nous étudierons chacune de ces pratiques en détail au cours des prochaines sessions !**
4. **Demande suivante :**
- a. Qu'est-ce que notre communauté attend de nous en tant que parents ? Par exemple, comment les parents doivent-ils se comporter avec leurs enfants ? Les uns envers les autres ? Quel genre de rôle la mère doit-elle jouer ? Et le père ?
 - b. Quelles sont les croyances et les coutumes qui peuvent avoir une influence positive sur le bien-être de nos enfants et les relations de notre famille ?
 - c. Quelles croyances et coutumes pourraient être dangereuses ou négatives pour les garçons ? Et pour les filles ?
5. Rappelez aux participants que s'il est vrai qu'ils ont un rôle clé à jouer pour assurer le bien-être et le développement complet de leur enfant, d'autres éléments peuvent l'affecter.
6. **DEMANDEZ :**
- a. Selon vous, quelles sont les autres choses qui peuvent contribuer au développement et au bien-être de votre enfant ?
 - b. Quels sont les facteurs qui font que les enfants risquent de ne pas vivre une vie saine, épanouie et heureuse ?



Contextualisez : Parmi les exemples, on peut citer la pauvreté, la malnutrition, l'exposition à la violence, le mariage précoce et la séparation d'avec les parents. Notez que l'implication dans un groupe armé peut avoir des conséquences énormes sur le développement d'un enfant. Nous nous pencherons sur cet aspect dans les [sessions 3 à 5](#).

7. **(Facultatif et selon le contexte)** Dans certains contextes, le gouvernement ou les associations locales encouragent également les stratégies de parentalité positive. Si c'est le cas dans votre contexte, **DEMANDER** :
- a. Avez-vous déjà entendu parler d'un programme mis en place par votre gouvernement ou votre association locale pour inciter les parents à planifier financièrement l'avenir de leurs enfants et de leur famille ? De quoi s'agit-il ? Comment fonctionne-t-il ?
 - b. Quelles pratiques parentales positives essaient-ils d'encourager ?
8. Laissez les participants discuter et, si nécessaire, intégrer des informations sur les types de soutien fournis par le gouvernement local ou national aux enfants et à leurs familles.
9. **DITES** :
- S'il est important de protéger les enfants et de les mettre à l'abri des facteurs de risque qui pourraient nuire à leur plein développement, il est crucial de reconnaître la **force des enfants et des familles. Même dans les circonstances les plus difficiles, les enfants peuvent réussir à surmonter les problèmes pour devenir des adultes épanouis. Chaque famille, même dans des circonstances difficiles, possède des compétences et des ressources uniques pour relever ces défis ensemble.**
 - De plus, ces événements dramatiques qui peuvent avoir un impact négatif sur le bien-être de votre enfant peuvent également avoir des conséquences sur votre propre bien-être, en tant que parents et en tant qu'adultes. Dans les prochaines sessions, nous discuterons et identifierons ensemble des stratégies pour nous aider à aborder ou à faire face à ces défis.



SOUVENEZ-VOUS QUE

Tous les enfants, partout dans le monde et à n'importe quel stade de leur développement, ont besoin d'amour, de soins, de protection et de respect.

Les enfants qui se considèrent comme bons, attentionnés et capables sont plus susceptibles de prendre de bonnes décisions.

Les enfants qui se sentent soutenus et acceptés par leurs parents sont plus susceptibles de se tourner vers eux pour obtenir des conseils et de l'aide.

Les enfants qui ont vu leurs parents gérer les conflits, la colère et le stress sans agressivité ni violence sont plus susceptibles de bien résoudre leurs propres conflits.

Les enfants qui apprennent de leurs parents à écouter, à communiquer et à traiter les autres avec respect sont plus susceptibles de faire de même avec leurs pairs et leurs enseignants.

TABLE RÉPONDANT AUX BESOINS ET AUX DROITS DE NOS ENFANTS

Les principaux aspects sont pertinents pour tous les enfants.

Ce dont les enfants de tout âge (filles et garçons) ont besoin et ont droit de la part de leurs parents :

- Réassurance et soutien pour s'adapter à de nouvelles situations (par exemple, changement de la composition de la famille, de la vie scolaire).
- Être écouté et recevoir de l'attention lorsqu'ils communiquent.
- L'indépendance pour essayer de faire les choses par eux-mêmes.
- Protection.
- Respect.
- La confiance.
- Soutien, affection et compréhension.
- Aide pour faire face à de nouvelles tâches.
- *Être pris au sérieux.*
- *Être écouté.*
- Le sentiment qu'ils peuvent faire confiance à leurs parents.
- Pouvoir les atteindre sans craindre le jugement ou les reproches.
- Un logement adéquat, une alimentation saine et des soins de santé.

Ce que vous devez faire en tant que parents :

- Reconnaissez et respectez la façon unique qu'ont vos enfants de s'exprimer, leurs propres forces et leurs difficultés, et aidez-les à les surmonter.
- Faites attention aux difficultés à l'école - colère ou apathie.
- Parlez à vos enfants, intéressez-vous à leur vie à l'école et en dehors et aidez-les à gérer leur vie sociale et les tâches scolaires.
- Montrez votre appréciation : par exemple, reconnaissez leurs bons efforts de manière appropriée et ne les comparez pas aux autres.
- Définissez ensemble les règles du foyer.
- Aidez-les à gérer les conflits de manière non violente.
- Modélisez leur comportement en étant la personne que vous voulez que votre enfant soit.
- Prenez-les au sérieux.
- Respectez leurs émotions.
- Faites participer votre enfant aux décisions qui concernent sa vie, en fonction de l'évolution de ses capacités.
- Soyez honnête.
- Surveillez leurs activités mais...
- Faites confiance à vos enfants et cultivez leur indépendance.
- Soyez chaleureux, calme et aimant.
- Soyez stable et rassurant.
- Gérer les conflits de manière non violente.
- Résolvez les problèmes ensemble.
- Soyez patient.
- Fournir un abri, une alimentation et des soins de santé adéquats.

PRINCIPAUX ASPECTS PERTINENTS POUR LES ENFANTS PLUS ÂGÉS

Qu'est-ce que les enfants plus âgés (adolescents ; hommes et femmes) ont besoin et ont le droit de recevoir de leurs parents :

- Respect et compréhension : leur corps et leur esprit traversent une série de changements intenses, ce qui peut être difficile à gérer pour un enfant.
- Être pris au sérieux : l'enfant se dirige vers l'âge adulte, et il veut être entendu et écouté.
- Pour être entendu : pour les prendre au sérieux, il faut les écouter.
- Indépendance : comme ils se dirigent vers l'âge adulte, ils veulent de plus en plus d'indépendance, ils veulent prendre leurs propres décisions, ce qui peut parfois provoquer des conflits dans la famille.
- Aide pour trouver "qui ils sont" : les enfants plus âgés commencent à réfléchir plus profondément à qui ils sont, ce qui se manifeste dans la manière dont ils commencent à accomplir de nouvelles tâches. Ils aiment différentes choses, ils ont des liens très forts avec leur groupe de pairs et ils ont besoin de trouver des moyens d'"appartenir" à un groupe.

Ce que vous devez faire en tant que parents :

- Faites preuve de respect et de compréhension, prenez tous leurs défis et leurs émotions au sérieux, même si parfois vous ne comprenez pas tout à fait ce qui se passe, ou pourquoi votre enfant réagit d'une certaine manière.
- Prenez votre enfant au sérieux et ne supposez pas toujours que vous savez ce qu'il veut.
- Posez à vos enfants des questions sur leur vie, leurs intérêts, leurs amis MAIS ;
- Respectez leurs silences s'ils ne veulent pas parler. Ne leur mettez pas la pression et soyez ouvert lorsqu'ils veulent communiquer avec vous.
- Montrez à votre enfant que vous lui faites confiance en lui donnant de l'autonomie et des responsabilités, par exemple en élaborant ensemble les règles de la maison, et en le laissant résoudre les problèmes de manière indépendante lorsque cela est possible, MAIS ;
- Montrez à votre enfant que vous reconnaissez que ses capacités ont évolué et que vous l'écoutez et l'incluez dans les décisions qui affectent sa vie. Surveillez son comportement, soyez attentif à tout signe de malaise ou à des problèmes plus profonds pour lesquels votre enfant pourrait avoir besoin de votre soutien. *Assurez la sécurité de votre enfant tout en respectant son besoin croissant d'indépendance.*

5 minutes de pause (facultatif) : Trouvez un moyen local approprié pour faire une pause et vous détendre. Vous pouvez inviter quelques participants à se porter volontaires et à partager une technique de relaxation appropriée localement, comme une chanson ou un jeu rapide. Si personne ne se porte volontaire, soyez prêt à proposer une activité courte et énergisante.

Activité 3. Les parents répondent aux besoins de leurs enfants vivant avec handicap (50 min) ⁶

Objectifs : reconnaître les besoins que peuvent avoir les enfants vivant avec handicap ; réfléchir aux stratégies que les parents d'enfants vivant avec handicap utilisent pour répondre à ces besoins.

Modalité :



Plénière

1. DITES :

- Jusqu'à présent, nous avons parlé du développement et des besoins des enfants et des adolescents. Mais qu'en est-il des enfants vivant avec handicap ?

2. DEMANDEZ :

- a. Qui sont les enfants vivant avec handicap ?
- b. À quels types de risques, de violations ou de discriminations les enfants handicapés sont-ils exposés ?

3. DITES :



- Les personnes vivant avec handicap sont souvent confrontées à des obstacles, physiques mais aussi sociaux, qui rendent difficile l'accomplissement des gestes quotidiens et la participation à la vie de la communauté. Par exemple, des marches ou des escaliers peuvent empêcher une personne en fauteuil roulant d'accéder à un bâtiment. Ou encore, les préjugés à l'encontre des personnes atteintes du « *Down syndrome* » peuvent rendre la recherche d'un emploi plus difficile pour cette personne.
- Il existe différents types de handicaps. Pouvez-vous donner quelques exemples ?

Écoutez les commentaires des parents et intégrez ce qui ressort de la conversation avec les participants à certains des points suivants :

- Certains handicaps sont observables, comme le fait de ne pas pouvoir marcher et donc d'utiliser un fauteuil roulant, et d'autres sont invisibles, comme un handicap mental ou la surdité.
- Les handicaps comprennent :
 - a. Troubles de l'apprentissage
 - b. Les troubles du développement qui affectent la communication et le comportement (autisme du spectre)
 - c. Conditions de santé mentale

⁶ Adapté de ChildFund International (2016) Violence sexuelle contre les enfants et les jeunes. With Disabilities. A Toolkit For Child Protection Actors Commission Refugee Women's Capacity Development Tools On Disability Inclusion In GBV Programming. <http://www.socialserviceworkforce.org/system/files/resource/files/GBV-Disability-Youth-Toolkit-2-Capacity-Development-Tools.pdf?lang=es>.

- d. Troubles de la parole ou du langage
- e. Déficience visuelle
- f. Surdité
- g. Déficience auditive
- h. C civit  sourde
- i. Déficience orthopédique
- j. Déficience intellectuelle
- k. Lésion cérébrale traumatique
- l. Handicaps multiples.

Faites une pause après chaque type de handicap et demandez si tout le monde comprend ce que cela signifie, ou donnez un exemple de ce type de handicap. En cas de doute, utilisez les exemples fournis dans les [Notes pour l'animateur 2 : Exemples de handicaps](#).

- Certaines personnes ont plus d'un type de handicap.
- Il existe de nombreux types de handicaps et chaque enfant a des besoins uniques.
- Dans différents contextes, les filles et les garçons handicapés sont exposés à différents types de risques : ils peuvent être vulnérables à la violence, aux abus, à l'exploitation et à la négligence, ils peuvent être privés de leurs droits, par exemple le droit de jouer avec d'autres enfants, leur liberté ou le droit d'aller à l' cole. Ils peuvent être victimes de discrimination de la part d'autres personnes en raison de leur handicap.

4. DEMANDER :

- DEMANDER : Si vous regardez autour de vous dans la salle ou dans notre communauté, quels types d'obstacles avez-vous observés et comment ces obstacles limitent-ils une personne handicapée ? Exemples/réponses possibles :
 - Barrières physiques : une route inondée que l'on ne peut pas traverser, une pièce dont le toit est mal construit et où la pluie pénètre, etc.
 - Obstacles à l'information : l'information est fournie dans une langue que nous ne connaissons pas, l'information est fournie dans des couleurs que nous ne pouvons pas voir facilement, l'information est fournie à d'autres personnes et non à celles qui en ont réellement besoin (comme les parents au lieu de leurs enfants).
 - Barrières institutionnelles : politiques qui interdisent l'accès à un lieu à une certaine heure, règles qui désignent certains lieux pour un groupe ou un autre.
 - Les barrières comportementales : un agent de santé qui reproche à une femme d'avoir un enfant qui a du mal à marcher et lui prodigue des soins peu sympathiques, un enseignant qui dit à sa classe que seuls ceux qui sont rapides à finir leurs devoirs réussiront dans la vie, d couraant ainsi les élèves lents, etc.

5. DEMANDER :

- a. Pouvez-vous identifier quel type de handicap est le plus sujet   l'exclusion et au rejet dans notre communauté ?
5. Invitez maintenant deux participants à se porter volontaires pour l'activité suivante.
 6. Donnez à chaque volontaire un personnage :

- a. Abeba, une fille vivant avec handicap.
 - b. Aster, une fille vivant sans handicap.
7. Expliquez que vous allez lire une série de scénarios vécus par les deux filles au cours de leur vie.
 8. Expliquez qu'après chaque déclaration, le groupe entier doit se mettre d'accord sur le fait que ce scénario augmente ou diminue le **risque de violence, de négligence, d'abus ou de violation des droits de** l'enfant concerné.
 9. Expliquez que les volontaires avanceront lorsque le scénario augmente le risque de violence, de négligence, d'abus ou de violation des droits ou reculeront s'il diminue ces risques.
 10. Expliquez que chaque fille peut avoir des éléments positifs et négatifs dans un même scénario, et qu'ils peuvent donc décider de laisser les volontaires faire plusieurs pas en avant ou en arrière en conséquence.
 11. Lisez les affirmations suivantes (points a. à i. dans le scénario ci-dessous) une par une et accordez quelques minutes après chaque affirmation pour que le groupe discute et se mette d'accord sur le fait que chaque volontaire doit avancer ou reculer. Pour faciliter la discussion, **après chaque affirmation**
- DEMANDEZ :**
- a. Le personnage de cette scène risque-t-il de subir des violences ? De la part de qui ? Pourquoi ?
 - b. Le personnage est-il privé d'un droit, comme l'éducation ou la liberté ?
 - c. L'enfant est-il négligé ? Est-il victime de discrimination ?

1. ABEBA

a. Abeba est née avec un handicap - elle a des difficultés à se déplacer et a été lente à développer son langage. Les médecins ont dit qu'Abeba n'irait jamais à l'école, et elle a donc passé la majeure partie de son enfance à la maison.

b. La mère d'Abeba l'aide dans les soins quotidiens, comme se laver et aller aux toilettes. Son père a récemment quitté la famille, et la mère d'Abeba doit maintenant trouver un moyen d'assurer un revenu à la famille. La jeune sœur d'Abeba doit rester à la maison pour l'aider lorsque leur mère sort pour des réunions ou pour trouver du travail.

c. La mère d'Abeba a maintenant un emploi. Abeba est seule à la maison la plupart du temps, mais différents membres de la famille viennent tout au long de la journée pour l'aider à aller aux toilettes ou à déjeuner. Parfois, son cousin est en retard, et quand Abeba se plaint, son cousin se met en colère contre elle et refuse de l'emmener dehors. Abeba aime être dehors dans son fauteuil roulant et parle à tous ceux qui s'arrêtent pour lui dire "bonjour".

d. La sœur d'Abeba et une autre voisine ont commencé à participer à un groupe au centre local pour femmes. Elles ont fait venir un travailleur social à la maison pour parler à Abeba. Abeba fait connaissance avec le personnel, puis décide qu'elle aimerait aller au centre. Le personnel organise un transport pour que les trois filles puissent se rendre ensemble au centre. Abeba se réjouit de passer ces journées en compagnie des autres filles et espère en apprendre davantage sur les ordinateurs.

e. Un jour, les filles se réunissent pour identifier les activités qu'elles aimeraient faire au centre. Abeba ne parle pas lors de cette réunion et toutes les autres filles veulent faire de la coiffure. Elles disent toutes que cela plaira à Abeba, car elles peuvent toutes la coiffer pour elle - elle peut être la cliente, car elle n'a pas besoin de se lever pour le faire.

1. ASTER

f. Quand Aster était bébé, le médecin et les infirmières ont donné à sa mère des informations sur le développement, et elle a eu l'occasion de jouer avec d'autres enfants quand sa mère rendait visite à des voisins et des amis. Elle a terminé ses études primaires, mais elle manque maintenant des cours, car elle doit effectuer différentes tâches à la maison.

g. À l'adolescence, Aster est toujours en contact avec ses amis qu'elle a rencontrés à l'école. Elles se rencontrent parfois dans les magasins et se parlent beaucoup au téléphone. Certaines de ses amies vont maintenant dans un centre communautaire pour apprendre la comptabilité, et Aster aimerait se joindre à elles. Ses amis lui donnent beaucoup d'informations qu'elle partage avec ses parents. Ils lui disent qu'elle peut y aller, à condition qu'elle puisse continuer à faire ses autres tâches ménagères.

H. Aster a beaucoup appris dans son cours de comptabilité et s'est fait beaucoup de nouveaux amis. Ses frères lui confisquent parfois son téléphone pour l'empêcher de parler à ses amis, surtout s'il s'agit de garçons. Les autres filles du centre vivent parfois la même chose, et elles discutent de différentes idées sur la manière d'en parler à leurs familles.

i. Aster a réussi son cours de comptabilité et veut trouver du travail. Les enseignants du centre lui donnent quelques idées sur les endroits où chercher du travail et sur le fonctionnement du processus de recrutement. Aster en parle à sa tante - elle aussi a un emploi et a beaucoup d'expériences. La tante d'Aster soutient Aster lorsqu'elle discute de cette idée avec sa famille.

12. Pour résumer l'activité,

DEMANDEZ :

- a. En quoi les facteurs de risque sont-ils différents pour Abeba et Aster ? Comment changent-ils à différentes étapes de leur vie, lorsqu'ils sont plus jeunes et plus âgés ?
- b. Comment ces scénarios seraient-ils différents si les personnages étaient des garçons ? Quels types de risques supplémentaires les filles vivant avec handicap peuvent-elles encourir, par rapport aux garçons ?
- c. Pensez-vous que lorsque les enfants vivent au sein de groupes armés, ils risquent d'être blessés ou handicapés ? Pourquoi ?
- d. Quel type de risques encourent les enfants qui ont été recrutés par des groupes armés lorsqu'ils rentrent chez eux avec un handicap ?
- e. Comment pouvons-nous, en tant que parents, répondre à ces besoins ? Comment pouvons-nous nous assurer de leur donner un rôle actif au sein de la famille et les aider à se faire entendre et à participer à la communauté ?

4. DITES :

- Les enfants et les jeunes vivant avec handicap peuvent être confrontés à diverses formes de violence, d'abus, de négligence et de violation de leurs droits.
- Les filles vivant avec handicap peuvent également être exposées à la violence, aux abus, à la stigmatisation et à la violence sexiste.
- De même, les enfants vivant avec handicap qui ont été recrutés par des groupes armés ou qui rentrent chez eux avec un handicap sont également fortement exposés à l'exclusion, au rejet, à la stigmatisation, à la violence et aux abus.
- En tant que parents, nous devons être conscients de ces risques et des obstacles à la participation, afin de pouvoir répondre à leurs besoins.

- S'occuper d'un enfant vivant avec handicap peut parfois sembler accablant. La stigmatisation de la communauté ajoute un fardeau supplémentaire à nos tâches.
- Une chose importante est de se concentrer sur ce que les enfants peuvent faire, sur leurs capacités, plutôt que sur leur handicap.
- N'oubliez pas que chaque enfant vivant avec handicap a des points forts. Il peut s'agir de sa capacité à faire des travaux artistiques, de sa personnalité ou de ses capacités motrices. Nous pouvons utiliser les capacités des enfants pour les aider dans les domaines où ils ont le plus de difficultés.⁷
- De même, nous pouvons découvrir ensemble comment ils peuvent participer activement à la vie familiale et communautaire, quels rôles et responsabilités ils peuvent assumer.
- Dans les prochaines sessions, nous étudierons comment différentes pratiques parentales peuvent répondre aux besoins des enfants souffrant de différents handicaps et les aider à s'épanouir.

⁷ Adapté de Unicef.org, Maureen Samms-Vaughan, S'occuper des enfants vivant avec handicap

Notes pour l'animateur 2 : Exemples de handicaps

Voici quelques exemples qui peuvent vous aider à expliquer les différents types de handicap. N'oubliez pas que chaque handicap peut affecter l'individu différemment, en fonction également du milieu socio-économique de la personne et des stéréotypes associés à chaque type de handicap. De plus, chaque handicap ou déficience peut aller de léger à profond, avec des impacts différents sur l'individual.

| Types de handicaps | Exemples |
|-------------------------------------|---|
| Troubles de l'apprentissage | Une personne ayant un trouble de l'apprentissage peut avoir des difficultés à comprendre des informations nouvelles ou complexes ou à acquérir de nouvelles compétences. |
| Trouble du spectre autistique | Les troubles du spectre autistique impliquent des difficultés en matière d'interaction sociale, de communication verbale et non verbale, et de comportements répétitifs. Les effets et la gravité des symptômes sont différents chez chaque personne. |
| Conditions de santé mentale | Une personne affectée par un trouble anxieux, une schizophrénie, un trouble bipolaire, une dépression, etc.) |
| Troubles de la parole ou du langage | Une personne qui a des difficultés à articuler les mots, par exemple le bégaiement. |
| Déficience visuelle | Une personne qui est aveugle ou qui a une vision partielle. |
| Surdité et déficience auditive | Une personne qui n'entend pas ou qui n'entend que partiellement. |
| Surdicécité | Personne qui n'entend pas, ou qui n'entend que partiellement, et qui ne voit pas. |
| Déficience orthopédique | Une personne à qui il manque un bras ou une jambe. |
| Déficience intellectuelle | Une personne atteinte du syndrome de Down. |
| Lésion cérébrale traumatique | Une personne qui souffre d'une lésion cérébrale à la suite d'un accident de voiture ou d'une attaque. |
| Handicaps multiples | Une personne souffrant de plus d'un handicap. |

Activité 4. Enfants, genre et rôles familiaux (40 min)

Objectifs : relier comment le genre des enfants ainsi que les expériences des parents influencent les pratiques parentales.

Modalité :



CONTEXTUALISER : HISTOIRES ET NOMS OUVERTS

Vous trouverez divers scénarios ou histoires ouvertes tout au long du programme. Ils sont tous marqués en **vert dans le texte**. Pensez à les contextualiser si nécessaire. Il doit s'agir de scénarios imaginaires qui reflètent la réalité locale.

Changez également les noms par des noms appropriés au niveau local.

1. DITES : (Histoire ouverte)

Je veux te présenter Ahmed. Ahmed a 10 ans, il vit avec sa mère, son père, deux sœurs et un petit frère. Il y a aussi ses grands-parents, ses tantes et ses oncles.

2. Ensuite, DEMANDEZ :

- a. Que pensez-vous qu'Ahmed fasse dans la maison ?
 - b. Quelle est sa relation avec sa mère ? Son père ? Ses frères et sœurs ?
 - c. Que pensez-vous qu'il deviendra quand il sera grand ?
3. Prenez du temps pour chaque question et invitez tout le monde à participer. Veillez toujours encourager la participation de chacun sans discriminer ou exclure qui que ce soit.



CONTEXTUALISER : GENRE ET RÔLES DANS LES FAMILLES

Dans chaque contexte, les rôles des parents masculins et féminins sont différents. La façon dont ils sont censés interagir avec leurs filles et leurs fils, et la façon dont leurs rôles de père et de mère sont perçus par la communauté et par eux-mêmes sont différents. De même, les attentes et les stéréotypes concernant les filles et les garçons sont différents dans chaque contexte. Réfléchissez à la manière dont ces aspects sont définis localement et animez la discussion en conséquence.

4. Maintenant, répétez le même exercice, mais cette fois-ci en utilisant l'histoire suivante. **DITES** : (Histoire ouverte)

Maintenant, je veux te présenter Zahra. Zahra a aussi 10 ans, elle vit près d'Ahmed, elle vit aussi avec son père et sa mère, et elle a deux sœurs et un petit frère. Dans l'enceinte, il y a aussi les parents et les frères et sœurs de son père.

2. **Posez** les mêmes questions que précédemment.

- a. Que pensez-vous que Zahra fasse dans la maison ?
 - b. Quelle est sa relation avec sa mère ? Son père ? Ses frères et sœurs ?
 - c. Que pensez-vous qu'elle deviendra quand elle sera grande ?
5. Il est très probable que les réponses aux questions seront très différentes de celles fournies auparavant : cela se produit parce que les normes sociales et les rôles que notre société attribue aux enfants sont différents pour les garçons et les filles. Par exemple, notre société attend des garçons qu'ils se comportent différemment des filles, qu'ils s'habillent différemment et qu'ils jouent à des jeux différents.
6. **DEMANDEZ :**
- a. Pourquoi les réponses que nous avons données à propos d'Ahmed sont-elles différentes de celles que nous pensons à propos de Zahra ? Pourquoi sa relation avec les parents est-elle différente ?
7. Réfléchissez à **ce que l'on attend** des garçons et des filles dans votre contexte : ce que les gens pensent qu'ils peuvent faire, dire, comment ils peuvent se comporter, quels rôles ils peuvent jouer. Regardez les réponses données sur ce que les enfants deviendront quand ils seront grands.
8. **DEMANDEZ :**
- a. Pourquoi pensez-vous que nous attendons des choses différentes de nos enfants ? Par exemple, pourquoi attendons-nous des garçons qu'ils deviennent médecins, mais pas des filles ?
 - b. Comment cela influence-t-il leur croissance ?
 - c. Comment votre communauté/culture vous suggère-t-elle de traiter votre fille ?
 - d. Comment les fils ou les filles doivent-ils être traités dans la famille ?
9. **DITES :**
- Dès les premiers mois de la vie, les parents et les adultes de toutes les sociétés traitent les garçons et les filles différemment et ont des attentes différentes à leur égard.
 - Traiter les garçons et les filles différemment signifie leur apporter un soutien différent et leur donner des chances différentes de réussir dans la vie.
 - La plupart du temps, ces perceptions et attentes différentes désavantagent les filles.



MÈRES ET PÈRES

Dans cette session, nous parlons du rôle des mères et des pères dans la famille. La personne qui joue le rôle de père ou de mère ne doit pas nécessairement être le parent biologique de l'enfant. Tout homme ou femme au sein de la famille peut développer un fort attachement à l'enfant et remplir ce rôle (ou aider les parents biologiques à remplir le leur).

10. DEMANDER :

- a. Que pensez-vous de la manière dont notre culture et notre société attendent que nous traitions nos filles et nos garçons ? Quelles pratiques peuvent aider l'enfant à bien se développer ? Quelles pratiques peuvent créer des obstacles à leur développement ?
- b. Existe-t-il une pratique qui pourrait exposer davantage les filles au risque de recrutement par des groupes armés ? Qu'en est-il des garçons ?

10. Maintenant, répétez le même exercice, mais cette fois-ci en utilisant l'histoire suivante. **DITES :** (Histoire ouverte)

Maintenant, je veux te présenter Devine (fille) et Patrique (garçon). Ils ont tous les deux 10 ans et sont des amis de quartier. Devine a deux petits frères et une grande sœur, et vit avec sa mère, son beau-père et les parents du nouveau mari de sa mère. Patrique a trois frères plus jeunes et vit avec ses parents. Ils vivent dans une communauté où il y a un risque de recrutement.

11. DEMANDEZ :

- a. Pensez-vous que Devine et Patrique sont confrontés au même risque de recrutement ? Pourquoi ?
- b. En quoi leurs expériences seraient-elles différentes, s'ils sont tous deux recrutés par le groupe armé et qu'ils retournent chez eux auprès de leur famille ?
- c. Comment leurs relations avec leur famille, leurs amis et leur communauté peuvent-elles changer lorsqu'ils rentrent chez eux ?

12. DITES :

- Les garçons comme les filles peuvent être exposés au risque de recrutement par des groupes armés.⁸
- En même temps, certains éléments spécifiques peuvent pousser les filles à rejoindre un groupe armé : par exemple, le fait d'être traitée différemment de ses frères et sœurs masculins, la discrimination au sein du foyer ou la violence sexiste peuvent pousser une fille à rejoindre un groupe armé.
- Lorsqu'elles rentrent chez elles après avoir été recrutées par un groupe armé, les filles risquent également d'être stigmatisées et rejetées par leur famille et leur communauté. Nous verrons ce qu'est la stigmatisation et comment y faire face dans la session 15.
- De plus, dans les prochaines sessions, nous explorerons les risques et les conséquences du recrutement qui sont spécifiques au genre et comment les parents peuvent aider à faire face à ces risques.

⁸ Nations Unies et Banque mondiale (2018). Les chemins de la paix : Approches inclusives pour la prévention des conflits violents. Washington, DC : Banque mondiale.



LA PARENTALITÉ ET LA CULTURE LOCALE

La culture/communauté locale crée des attentes quant à ce qu'une mère et un père doivent faire, comment ils doivent se comporter avec leurs enfants, comment ils doivent partager les tâches au sein de la famille et quelles pratiques d'éducation sont considérées comme appropriées. Certains de ces éléments peuvent avoir des conséquences positives ou négatives sur les enfants. Ces aspects dépendent fortement du contexte local, il est donc conseillé d'y réfléchir à l'avance et de prévoir des idées potentielles pour guider les discussions des activités 4 et 5. Voici quelques exemples d'idées possibles que vous pouvez proposer :

Pratiques culturelles liées à la parentalité avec des résultats positifs :

- a. La communauté doit être impliquée dans l'éducation de l'enfant.

Pratiques culturelles liées à la parentalité avec des résultats négatifs :

- a. S'occuper des enfants relève exclusivement de la responsabilité de la mère.
- b. Les filles devraient avoir moins de liberté que les garçons.

Pour vous aider à réfléchir à une pratique qui pourrait avoir des conséquences positives ou négatives, pensez à la façon dont cette pratique pourrait affecter chaque membre de la famille.

Activity 5. Le genre et les rôles familiaux des parents (30 min)

Objectifs : reconnaître l'influence de la culture sur les rôles familiaux ; comprendre l'influence que les rôles basé sur le genre peuvent avoir sur le développement de l'enfant.

Matériel : (Facultatif) Des feuilles de papier et des stylos (un par participant).

Modalité :



Plénière

1. **DITES** :

Vous êtes à l'hôpital. Vous entrez dans la salle du médecin et êtes accueilli par un homme et une femme, tous deux portant une blouse blanche et sans badge. L'un d'eux est le médecin et l'autre l'infirmière.

2. **DEMANDEZ** :

- a. Lequel des deux pensez-vous est le docteur ? Laquelle est l'infirmière ? Pourquoi ?

3. Alors **DITES** :

- Bien que les deux personnages puissent être des médecins ou des infirmiers, nous considérons souvent les infirmiers comme des femmes et les médecins comme des hommes. Malheureusement, cela peut être vrai dans la pratique. Dans plusieurs pays, les hommes sont plus nombreux que les femmes à devenir médecins, et les femmes plus nombreuses que les hommes à devenir infirmières.

Toutefois, cela ne s'explique pas par des capacités différentes, mais par des raisons culturelles.

- Cela s'explique par le fait que les filles sont généralement traitées très différemment des garçons dès leur naissance. Nous avons des attentes et des stéréotypes différents à l'égard des filles, ce qui fait qu'il est difficile, même pour elles, d'envisager leur avenir comme "médecin" plutôt que comme "infirmière".
- Par exemple, on s'attend souvent à ce que les femmes soient plus attentives et plus attentionnées, et donc plus aptes à être infirmières que les hommes. Cette idée ne repose sur aucun fait, mais plutôt sur la façon dont notre culture pense aux hommes et aux femmes, sur les stéréotypes ancrés dans notre culture concernant les hommes et les femmes.
- Les stéréotypes sont des idées ou des croyances simplifiées, partielles ou erronées que beaucoup de gens ont sur un groupe de personnes qui, selon eux, partagent des caractéristiques similaires (*donnez un exemple de stéréotype dans votre communauté*). Ces idées sur les hommes et les femmes sont ancrées dans notre vie quotidienne et elles influencent également la façon dont nous pensons aux rôles des femmes et des hommes dans la famille.

4. DEMANDEZ :

- Quels rôles dans notre communauté attribuons-nous habituellement aux hommes ? Et aux femmes ?
 - Comment pensez-vous que ces rôles affectent la femme ? Et sur l'homme ?
 - Comment affectent-ils la relation entre le mari et la femme ?
 - Que pourrions-nous faire pour garantir une relation égale entre les maris et les femmes au sein du foyer ?
5. Demandez aux participants de discuter. Si nécessaire, utilisez les notes des encadrés "**Rôles des pères et des mères**" et "**Changements culturels**" ci-dessous, pour vous aider à faciliter la conversation. Sachez que ces questions peuvent donner lieu à une discussion animée, et que beaucoup ne sont peut-être pas prêts à reconnaître la signification et l'importance de l'égalité de genre au sein du foyer à ce stade. Ne vous inquiétez pas : ce n'est que le début d'un long voyage, et vous explorerez ces questions de manière plus approfondie au cours des prochaines sessions.

6. DEMANDEZ :

- a. Quels rôles les pères ont-ils à l'égard de leurs fils ? Et envers leurs filles ?
- b. Quels sont les rôles des mères envers leurs fils ? Et envers leurs filles ?
- c. Ces rôles ont-ils évolué au fil du temps ?
- d. Pensez-vous que ces rôles sont les mêmes dans toutes les communautés ? Et dans toutes les familles de votre communauté ? Pourquoi ? Pourquoi pas ?

Demandez aux participants de discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer. **DITES :**

- Les rôles et les relations des pères et des mères avec leurs fils et leurs filles ont toujours changé au cours de l'histoire et dans les différents pays.
- Cela signifie que ces rôles sont définis par la culture et non par les différences biologiques entre les mères et les pères.
- Il n'existe aucune différence biologique entre les hommes et les femmes qui détermine leur capacité et leur manière de s'occuper des enfants, leur capacité à être affectueux ou à répondre aux besoins de leurs enfants.

- Bien que dans certaines communautés, l'éducation des enfants se concentre sur le rôle de la mère, le rôle du père est tout aussi important et mérite une plus grande attention.
- Le rôle des pères est crucial à tous les stades du développement et ceci est vrai pour tous les pères et les enfants du monde...

7. **DEMANDEZ :**

- a. Êtes-vous d'accord avec cette affirmation ? Pourquoi le rôle du père est-il si crucial dans le développement de l'enfant ?

8. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer. **DITES :**

- La capacité du père à exprimer ses émotions et à faire preuve d'attention et d'intimité avec ses enfants a un effet bénéfique profond et durable sur le développement sain des enfants.⁹

⁹ Senefeld, S., Krisowaty, L., (2014). Le soutien à la parentalité en Afrique : Un manuel de l'animateur. Catholic Relief Services, Baltimore, MD.

- Par exemple, les chercheurs ont montré que l'implication des pères peut contribuer à réduire les comportements agressifs chez les garçons, à augmenter l'estime de soi chez les filles et à améliorer les performances scolaires des enfants.



LES RÔLES DES PÈRES ET DES MÈRES

Dans chaque communauté, le rôle du père et de la mère est différent, mais voici un exemple qui peut guider votre réflexion :

*Qui est censé avoir le plus de pouvoir dans la famille ? Qui peut prendre des décisions ? Dans de nombreux contextes, les pères ont plus d'autorité et de pouvoir dans la famille, et ils peuvent décider pour eux-mêmes, définir les relations au sein de la famille et aussi comment les membres de la famille interagissent avec le monde.

Qui est censé/autorisé à gagner de l'argent ? Historiquement, les hommes ont été les principaux pourvoyeurs de la famille. Si les hommes ont des difficultés à remplir ce rôle et que les femmes augmentent leur capacité à soutenir financièrement la famille, le rôle d'autorité des hommes est mis à mal.

*Comment le rôle des femmes est-il perçu ? Peuvent-elles gagner de l'argent ? Quel est leur statut ? Pour de nombreuses femmes, leur statut au sein de la communauté est défini par leur rôle de parent. Elles sont respectées en raison de leurs capacités à s'occuper de leurs enfants et d'autres personnes dans le besoin, comme les personnes âgées.

Dans de nombreux contextes, on attribue aux femmes un statut inférieur au sein des relations familiales : les femmes n'ont pas le pouvoir de prendre des décisions concernant leur propre vie, ce qui les conduit également à accéder à des ressources économiques limitées, ce qui les expose à des risques de désavantage, de discrimination, d'exclusion, d'abus et de violence.

Si nous voulons créer des relations familiales positives, nous devons nous assurer que tous les membres de notre famille jouissent des mêmes libertés et des mêmes droits, quel que soit leur genre. Voici quelques idées sur la manière dont nous pourrions contribuer à l'égalité de genre parmi les adultes de la famille : assurez-vous de réfléchir à ce que les participants partagent avant d'intégrer ces points.

- La mère et le père/le mari et la femme se considèrent comme égaux : ils se traitent mutuellement avec respect, tiennent compte des besoins de l'autre et se soutiennent mutuellement.
- Tout le monde participe de manière égale à la prise de décision familiale et tous les membres de la famille travaillent en équipe pour atteindre des objectifs communs.
- Les mères et les pères partagent les soins et les tâches ménagères et peuvent tous deux contribuer au budget familial.



LES CHANGEMENTS CULTURELS

Lors de la discussion sur le genre, plusieurs personnes affirment que le traitement différent réservé aux hommes et aux femmes au sein de leur communauté fait partie de leur "culture". La suppression de ces idées, pratiques et stéréotypes sur le genre serait considérée par eux comme la suppression d'une partie de leur culture, une imposition de cultures "différentes" sur la leur.

À cet égard, il est important de réfléchir au fait que la "culture" n'est pas un concept figé dans le marbre ; il est difficile de fixer des limites à la "culture". Les cultures changent selon les lieux, mais aussi dans le temps et en leur sein. Chaque communauté a des façons différentes de penser et de faire les choses, des stéréotypes différents, mais ceux-ci changent avec le temps, grâce à la communauté des personnes qui y réfléchissent et modifient leurs pratiques pour améliorer leur bien-être et celui des autres membres de la communauté.

Pensez à votre communauté il y a 50 ans et à votre communauté aujourd'hui : les choses ont sûrement changé, les façons de faire ont sûrement changé, parce que la "culture" change. La "culture pure et éternelle" n'existe pas.

C'est pourquoi, dans cette session, nous allons réfléchir aux stéréotypes de genre. Car, même si nous reconnaissons qu'ils font partie des pratiques courantes dans notre communauté, ils peuvent être modifiés si les membres de la communauté pensent qu'ils ne favorisent pas leur bien-être et celui de leurs enfants.

Il est important que les membres de la communauté réfléchissent aux différentes façons dont ils traitent les garçons et les filles et dont ils se traitent eux-mêmes en tant que femmes et hommes car, si ces pratiques sont nuisibles et ne favorisent pas leur bien-être, il est de leur devoir, en tant que membres de la communauté, de les changer. Cela ne signifierait pas "trahir" leur propre "culture", mais plutôt la transformer dans le sens qu'ils préfèrent et qu'ils trouvent plus approprié pour leur bonheur et celui des générations futures qui constitueront leur future communauté.

Clôture de la journée et évaluation (10 min)

Objectifs : Récapituler la journée et évaluer la session.

Matériel : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4](#).

Modalité :



Plénière

1. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
2. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
3. Ensuite, prenez un marqueur et retirez les craintes qui commencent à être surmontées.

4. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
- 5.
6. **Enfin, posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
7. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Session 3

Qui est un enfant "à risque" ?
Pourquoi le rejoindre ?



Session 3 : Qui est un enfant "à risque" ? Pourquoi le rejoindre ?



Durée ⌚ 2h 5min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconstituez les raisons, les facteurs de risque ou les moteurs qui pourraient conduire un enfant à rejoindre un groupe armé.
- Distinguer les facteurs de risque qui peuvent être spécifiques au genre.

Aperçu des activités :

| | | |
|------------------|--|----------------------|
| Session 3 | | TOTAL 125 min |
| Acte 1 | Accueillir les participants | 10 min |
| Acte 2 | Pourquoi adhèrent-ils ? | 60 minutes |
| Acte 3 | Facteurs de risque spécifiques à l'âge et au genre | 45 minutes |
| | Clôture de la journée et évaluation | 10 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité 4.](#)
- Reproduisez les pictogrammes pour l'animateur 6 : La vie de l'enfant sur des tableaux de papier, afin que tout le monde puisse les voir. Vous pouvez également faire des copies et les distribuer.

Résumé de la session :

Avec cette session, nous voulons aider les parents à partager ce qu'ils savent sur les motivations de leurs enfants à rejoindre ou à être forcés à rejoindre un groupe armé. Le fait de partager et d'apprendre des idées et des expériences de chacun permettra d'établir un soutien de groupe et un accord sur les besoins et les défis auxquels les enfants impliqués

dans des groupes armés peuvent être confrontés, ainsi que sur les réponses possibles des familles.

Par conséquent, les parents discuteront de certaines des raisons ou des moteurs de l'adhésion et souligneront l'importance de trouver un équilibre entre l'image de l'enfant en tant que victime, mais aussi en tant que personne qui peut aussi être consciente de ses choix et qui peut souhaiter être tenue responsable de ces choix. Nous concluons par une réflexion sur les raisons ou les facteurs spécifiques qui peuvent amener les filles à s'engager, et sur les vulnérabilités auxquelles elles sont confrontées.

Activité 1. Accueil des participants (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et rappeler ce dont nous avons discuté lors des sessions précédentes.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez ci-dessous un exemple. Vous trouverez d'autres suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer.
4. Demandez aux gens de se lever. Expliquez-leur qu'ils doivent suivre ce que vous leur demandez de faire.
5. Dites : "Marche".
6. Laissez les participants se promener dans la pièce pendant quelques secondes.
7. Dites : "Stop". Ils doivent s'arrêter là où ils sont.
8. Annoncez "Marche" puis "Stop". Et répétez plusieurs fois.
9. Ensuite, dites à tout le monde que vous allez échanger ces deux ordres. Maintenant, quand vous dites "Stop", ils doivent commencer à marcher et quand vous dites "Marche", ils doivent s'arrêter de marcher.
10. Dites : "Stop". Puis "Marche". Et répétez.
11. Ensuite, expliquez que vous ajoutez deux autres ordres. Lorsque vous dites "Nom", ils disent leur nom à haute voix, lorsque vous dites "Clap", ils tapent dans leurs mains une fois. Les deux autres ordres restent les mêmes, donc "Marche" signifie s'arrêter, "Stop" signifie marcher, "Nom" signifie dire son nom, et "Clap" signifie taper dans les mains.
12. Annoncez une combinaison de "Marche", "Stop", "Nom" et "Clap". Répétez plusieurs fois.
13. Enfin, expliquez que vous intervertissez les deux derniers ordres. Expliquez que maintenant "Marche" signifie s'arrêter, "Stop" signifie marcher, "Nom" signifie frapper, et "Frappe" signifie dire ton nom. Répétez plusieurs fois.
14. Après l'énergisant, demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés discutés lors de la session précédente.

Activité 2. Pourquoi adhèrent-ils ? (60 min)

Objectifs : partager les facteurs de risque qui pourraient amener un enfant à rejoindre un groupe armé ; identifier les facteurs de risque spécifiques à l'âge.

Matériel : Reproduisez les [pictogrammes pour l'animateur6:La vie de l'enfant\(voir ci-dessous\)](#) sur quelques tableaux de papier, de manière à ce que tout le monde puisse les voir. Vous pouvez également faire des copies et les distribuer.

Modalité :



Travail en groupe

Pictogrammes pour l'animateur 6 : La vie de l'enfant

Reproduisez ces symboles sur un tableau à feuilles et assurez-vous que tout le monde en comprend la signification.



Situation économique de la famille



Famille



Amis



Sentiments et émotions

Demandez aux participants de former 4 groupes.

1. Attribuez l'un des profils suivants à chaque groupe (utilisez les noms appropriés localement).
 - a. Groupe A. Amos est un garçon de 8 ans.
 - b. Groupe B. Bahati est un garçon de 17 ans.
 - c. Groupe C. Carine est une fille de 8 ans.
 - d. Groupe D. Dera est une jeune fille de 17 ans

2. DITES :



Dans votre village, il y a un conflit avec un groupe armé depuis deux ans. Certains des enfants ont été recrutés par le groupe pour le rejoindre, y compris les enfants qui vous ont été assignés.

Pouvez-vous penser à certaines des raisons qui pourraient les pousser ou les forcer à rejoindre le groupe armé ?

Pensez à ce qui suit (montrez les images ou les copies des [pictogrammes pour l'animateur6: La vie de l'enfant](#)) : rappelez aux participants qu'ils doivent penser à ce qui s'applique à l'enfant et au groupe d'âge qu'ils ont.

- a. Sa situation à la maison, et ses relations avec ses parents, ses frères et sœurs et les autres membres de sa famille.
 - b. Sa communauté et ses amitiés.
 - c. Ses sentiments, ses émotions et ses défis.
 - d. Sa situation économique.
3. Expliquez qu'ils disposent de 15 à 20 minutes pour discuter ensemble et énumérer les raisons possibles pour lesquelles l'enfant qui leur a été attribué a pu rejoindre un groupe armé. Expliquez qu'ils doivent faire leur présentation en 5 minutes maximum. Faites le tour de la salle et aidez les groupes, si nécessaire.
4. Après 20 minutes, invitez chaque groupe à faire sa présentation. En coordination avec votre co-animateur, assurez-vous de **noter les points principaux sur votre cahier** et de les garder à portée de main pour les prochaines sessions.
5. Après toutes les présentations, assurez-vous que les points contextualisés du tableau ci-dessous - [Notes pour les animateurs3 : "Facteurs qui mettent les enfants en danger"](#) - ont tous été couverts (coordonnez avec votre co-animateur !).
6. N'oubliez pas que les facteurs d'incitation et d'attraction sont souvent liés : par exemple, l'absence d'opportunités d'emploi peut être un facteur d'incitation, et elle peut être renforcée par l'idée que rejoindre un groupe armé peut représenter une opportunité économique (facteur d'attraction).
7. À ce stade, ne mettez pas en évidence les éléments qui sont pertinents pour les enfants plus âgés ou les filles, comme indiqué dans la liste.

8. Après toutes les présentations

DEMANDEZ :

- a. Sur lesquels de ces facteurs de risque les relations familiales peuvent-elles avoir un impact ?

9. Laissez les participants discuter et, si nécessaire, souligner certains des éléments indiqués dans les [Notes de l'animateur3 : "Facteurs qui mettent les enfants en danger"](#). Rassurez les participants en leur disant que ce sera le sujet de tout le programme.

10. **DITES :**

- Dans de nombreux cas, l'enfant peut vouloir rejoindre volontairement un groupe armé. D'autres fois, il ou elle peut être enlevé(e).

11. **DEMANDEZ :**

- a. Quelles circonstances pourraient mettre l'enfant en danger d'enlèvement ? Quand et où cela pourrait-il se produire ?
- b. Pensez-vous qu'en tant que parents, vous pourriez réduire ce risque de recrutement forcé ?

15. **DITES :**

- Dans le cas d'un enlèvement, il n'y a pas de facteur d'incitation ou d'attraction qui expose l'enfant au risque d'être recruté : l'enfant est simplement forcé de s'engager contre sa volonté.
- Même s'il n'est pas possible d'influencer le recrutement forcé ou l'enlèvement par le biais de relations attentionnées et affectueuses, nous pouvons penser à des stratégies qui peuvent contribuer à réduire le risque d'enlèvement. Ne vous inquiétez pas, nous explorerons cet aspect dans l'une des sessions suivantes ! (Voir session 14)

Notes pour l'animateur 3 : Facteurs qui mettent les enfants en danger.



Voici quelques facteurs d'incitation et d'attraction qui pourraient amener un enfant à rejoindre un groupe armé. Avant cette session, réfléchissez aux raisons et aux facteurs qui sont plus pertinents ou spécifiques à votre contexte et contextualisez cette liste en conséquence. N'oubliez pas non plus que ce programme vise à exploiter les connaissances et les expériences existantes des participants : laissez les participants partager et discuter, et ne transmettez ces points que lorsqu'ils ne sont pas couverts par les conversations des participants.

Faites particulièrement attention aux facteurs qui pourraient être plus spécifiques aux enfants plus âgés, ou aux filles, car cela peut varier en fonction du contexte.

Poussez : Facteurs pouvant inciter un enfant à rejoindre un groupe armé

- Manque de possibilités d'éducation et d'emploi.
- Violence familiale/domestique/abus sexuel (peut être influencé par les relations familiales).
- Abus et humiliations à l'école ou dans la communauté (peuvent être influencés par les relations familiales).
- Pauvreté.
- Marginalisation, stigmatisation et discrimination (peuvent être influencées par les relations familiales).

- Destruction de la famille, dispersion ou séparation des membres de la famille en raison de la guerre.
- Manque de protection et de systèmes de soutien social ou familial - par exemple, s'il est séparé de la famille (surtout les plus jeunes enfants) (peut être influencé par les relations familiales).
- La famille peut être contrainte de s'associer à un groupe armé - par exemple, si elle n'envoie pas ses enfants, sa vie et celle de ses enfants seront en danger.
- La famille peut forcer ses enfants - par exemple, parce qu'elle croit en la cause, parce qu'elle a besoin d'un soutien économique, les groupes extrémistes violents sont perçus comme une défense de la communauté contre une menace ou pour venger la perte d'êtres chers.
- Perte du sentiment d'appartenance (surtout chez les enfants plus âgés) (peut être influencé par les relations familiales).
- Solitude (surtout chez les enfants plus âgés) (peut être influencée par les relations familiales).
- Manque de sentiment de liberté (surtout chez les enfants plus âgés) (peut être influencé par les relations familiales).
- Le groupe semble donner un sens à la vie (surtout aux enfants plus âgés) (peut être influencé par les relations familiales).
- Frustration face à l'injustice, la corruption, les abus des institutions (peut être influencée par les relations familiales).
- Sentiment d'impuissance (surtout chez les enfants plus âgés) (peut être influencé par les relations familiales).
- Besoin d'échapper aux attaques des forces armées ou des groupes.
- Pression des pairs (surtout chez les enfants plus âgés) (peut être influencée par les relations familiales).

Facteurs d'attraction : Facteurs qui attirent un enfant vers un groupe armé.

- Croire en la cause (peut être influencé par les relations familiales).
- Meilleur avenir (peut être influencé par les relations familiales).
- De l'argent.
- Possibilités d'éducation.
- Mentorat par les pairs (surtout les enfants plus âgés) (peut être influencé par les relations familiales).
- Désir de faire partie d'un groupe, de partager un objectif (surtout les enfants plus âgés) (peut être influencé par les relations familiales).
- Réduire la solitude et obtenir du soutien en rejoignant un groupe - par exemple, si l'on est séparé des membres de sa famille (en particulier des jeunes enfants).
- (En ligne) Propagande/séduction (peut être influencée par les relations familiales).
- Acquisition d'un nouveau pouvoir, d'un nouveau statut, d'une nouvelle gloire (surtout les enfants plus âgés) (peut être influencé par les relations familiales).
- Vengeance des victimes/membres de la famille ou de la communauté - identification indirecte avec les victimes (peut être influencée par les relations familiales).
- Revendication de la justice du groupe (peut être influencée par les relations familiales).
- Échapper à la violence structurelle ou à la pression familiale à la maison (peut être influencé par les relations familiales).
- Acquérir un sentiment de soi, un but dans la vie, un sentiment d'appartenance, un champ d'action (surtout pour les enfants plus âgés) (peut être influencé par les relations familiales).
- Un sentiment d'obligation d'agir pour défendre son groupe d'appartenance (peut être influencé par les relations familiales).

- Rareté des emplois ou difficultés à en trouver un (surtout pour les enfants plus âgés).
- Affirmer leur pouvoir et obtenir l'égalité (surtout pour les filles et les enfants plus âgés) (peut être influencé par les relations familiales).
- Attirance pour certaines activités proposées par le groupe armé, comme un programme culturel, un exercice physique, etc.

Facteur de pression qui affecte les FILLES

- Violence familiale/domestique/abus sexuel (peut être influencé par les relations familiales).
- Un manque de protection par les systèmes de soutien social ou familial (peut être influencé par les relations familiales).
- La famille peut forcer l'enfant à épouser un soldat (peut être influencé par les relations familiales).
- Manque de liberté (surtout chez les enfants plus âgés) (surtout chez les filles) (peut être influencé par les relations familiales).
- Sentiment d'impuissance (peut être influencé par les relations familiales).
- Manque de possibilités d'éducation et d'emploi.
- Inégalité de genre à la maison et dans la communauté (peut être influencée par les relations familiales).

Facteurs d'attraction qui affectent les FILLES

- Possibilités d'éducation.
- Échapper à la violence ou à la pression familiale à la maison (peut être influencé par les relations familiales).
- Besoin d'autonomisation et d'égalité (peut être influencé par les relations familiales).
- Protection et système de soutien au sein du groupe armé (peut être influencé par les relations familiales).

Outre les facteurs d'attraction et de répulsion :

- L'enfant peut être enlevé ou forcé à rejoindre un groupe armé.

5 minutes de pause (facultatif) : Trouvez un moyen local approprié pour faire une pause et vous détendre. Vous pouvez inviter quelques participants à se porter volontaires et à partager une technique de relaxation appropriée localement, comme une chanson ou un jeu rapide. Si personne ne se porte volontaire, soyez prêt à proposer une activité courte et énergisante.

Activité 3 : Facteurs de risque spécifiques à l'âge et au genre (45 min)

Objectifs : identifier les vulnérabilités et les risques qui sont spécifiques à l'âge et au genre.

Modalité :



Plénière

1. Lisez l'histoire ouverte suivante :

"Gabriel est un garçon de 17 ans. En raison du conflit, ses parents ont perdu leur emploi et sa famille a du mal à subvenir aux besoins de ses cinq enfants. Les parents ont décidé de vendre leur chèvre et de déménager en ville dans l'espoir de trouver du travail. Gabriel a essayé de trouver un emploi, mais sans succès. Il a également commencé une nouvelle école dans le quartier où ils vivent maintenant, mais il a eu

des difficultés à se faire de nouveaux amis. Il s'est isolé davantage et s'est senti seul".

2. **DEMANDEZ :**

- a. Cette histoire reflète-t-elle ce que vous savez de votre communauté ?
- b. Quelles sont certaines des raisons qui pourraient pousser Gabriel à rejoindre un groupe armé ?
- c. Lesquelles de ces raisons sont, selon vous, plus spécifiques aux enfants plus âgés comme Gabriel ?

Repensez à ce qui suit (montrez les pictogrammes élaborés à l'aide du [pictogramme pour les animateurs6:La vie de l'enfant](#)) :

- Sa situation à la maison, et les relations avec ses parents, ses frères et sœurs et les autres membres de la famille.
- Sa communauté et ses amitiés.
- Ses sentiments, ses émotions et ses défis.
- Sa situation économique.

Pour vous aider à animer cette discussion, consultez les [Notes pour l'animateur3 : Facteurs qui mettent les enfants en danger](#). Voyez les éléments qui sont plus pertinents pour les adolescents (indiqués dans le tableau). Veillez à ne transmettre que les points qui ne sont pas ressortis de la conversation entre les participants.



3. **DITES :**

- Les relations avec les pairs sont très influentes à l'adolescence. Pendant cette période, les pairs deviennent le centre de la vie de l'enfant : les pairs sont une source de soutien émotionnel et social.
- À l'adolescence, le développement de l'identité des enfants devient très pertinent : ils veulent trouver des moyens uniques de répondre à la question "qui suis-je ?".
- Cela signifie que le fait de se sentir isolé ou exclu peut avoir un fort impact sur les enfants plus âgés.
- Les enfants plus jeunes dépendent davantage de leur famille pour leur soutien et leur protection : lorsque ce soutien fait défaut, ils peuvent être plus exposés au risque d'adhésion, par exemple s'ils sont séparés de leur famille, ou s'ils sont victimes d'abus et de violence dans leur environnement familial.

4. Ensuite, lisez l'histoire ouverte suivante :

Mahvash est une petite fille de 10 ans. Elle aime étudier et a beaucoup d'amis à l'école, mais ses parents ne lui ont pas permis de continuer parce qu'elle est une fille. Au début, elle était très contrariée. À la maison, le père de Mahvash lui crie souvent dessus et la frappe parfois. Le père de Mahvash frappe aussi parfois sa mère. Mahvash ne sait pas à qui s'adresser pour obtenir de l'aide.

5. **DEMANDEZ :**

- a. Quelles pourraient être les raisons qui pourraient pousser Mahvash à rejoindre un groupe armé ?
- b. Lesquelles de ces raisons sont, selon vous, plus spécifiques aux jeunes enfants comme Mahvash ?

Repensez à ce qui suit (montrez les pictogrammes élaborés à l'aide du [pictogramme pour les animateurs6:La vie de l'enfant](#)) :

- Sa situation à la maison, et les relations avec ses parents, ses frères et sœurs et les autres membres de la famille.
- Sa communauté et ses amitiés.
- Ses sentiments, ses émotions et ses défis.
- Sa situation économique.

6. Ensuite, DEMANDEZ :

- a. Pensez-vous qu'il existe un facteur de risque spécifique aux filles, ou qui peut les affecter plus facilement ?

Si nécessaire, utilisez les notes du document [Notes pour l'animateur3 : Facteurs qui mettent les enfants en danger](#) pour vous aider à animer cette partie. Veillez à ne transmettre que les points qui ne sont pas ressortis de la conversation entre les participants.



7. DITES :

- Les risques de recrutement sont en grande partie les mêmes pour les garçons et les filles, mais certains sont propres aux filles.
- Très souvent, les filles ont moins de pouvoir au sein de la famille et de la communauté. S'inscrire peut être un moyen de s'autonomiser.
- Dans le cas où le groupe armé attaque le village ou la communauté, l'adhésion peut être considérée comme la seule stratégie pour trouver une protection contre la violence.

8. DEMANDEZ :

- Les enfants peuvent être forcés par les groupes armés à les rejoindre, ou ils peuvent s'engager volontairement, sous la pression de ces facteurs de risque. Mais ils ne sont jamais complètement libres dans leur décision de s'engager. Pensez-vous que cela soit vrai ? Pourquoi ? Pourquoi pas ?

9. DITES :

- Les enfants ont moins de pouvoir que les adultes - ils ne peuvent pas faire ce qu'ils veulent, librement. Par conséquent, nous ne pouvons pas dire qu'ils rejoignent un groupe armé de manière totalement volontaire.
- Mais cela ne signifie pas que nous devons ignorer leurs motivations à rejoindre un groupe armé. Si les enfants considèrent qu'ils se sont portés volontaires, nous devons le reconnaître.
- Si vous voulez assumer la responsabilité de vos actes, comment vous sentiriez-vous si quelqu'un vous disait que vous ne pouvez pas faire quelque chose, parce que vous n'avez pas le choix ? Nous devons respecter la façon dont nos enfants pensent à leur expérience et à leur implication dans un groupe armé.
- C'est un pas important vers le respect de nos enfants.
- Ne vous inquiétez pas ! Il s'agit d'un concept assez complexe, mais qui a de nombreuses conséquences sur notre travail. Nous l'étudierons plus en détail au cours des prochaines sessions, mais il est important de le comprendre :
- Nos enfants ne rejoignent jamais vraiment les groupes armés volontairement, même lorsqu'ils disent l'avoir fait.

Clôture de la journée et évaluation (10 min)

Objectifs : Récapituler la journée et évaluer la session.

Matériel : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4.](#)

Modalité :



Plénière

1. **DEMANDEZ :**
 - a. Cette session a été très intense. Comment vous sentez-vous ?
2. **DITES :**
 - N'oubliez pas que vous pouvez nous joindre individuellement avant ou après les sessions. Nous avons également avec nous une liste d'agences que vous pouvez joindre pour des besoins spécifiques. Nous vous la donnerons au cours d'une des sessions suivantes mais, si vous préférez, vous pouvez la demander maintenant.
 - Vous avez fait un excellent travail en partageant vos idées et vos expériences, nous savons que ce n'est pas toujours facile, mais grâce à chacune de vos contributions, nous apprenons les uns des autres et renforçons notre communauté ensemble.
3. Avant de clôturer la journée, invitez les participants à prendre quelques minutes pour effectuer ensemble un exercice de relaxation : vous pouvez inviter certains participants à se porter volontaires et à partager une technique de relaxation qu'ils utilisent ou dont ils ont entendu parler. Si personne ne se porte volontaire, soyez prêt à proposer une courte activité qui peut aider les participants à libérer un peu de l'anxiété, de la tension ou d'autres sentiments négatifs qui ont émergé au cours de cette session.
4. Ensuite, demandez à un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui. N'oubliez pas non plus de respecter la volonté de ceux qui ne veulent peut-être pas participer.
5. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
6. Ensuite, prenez un marqueur et retirez les peurs qui commencent à être surmontées.
7. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
8. **Enfin, DEMANDEZ :**
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
9. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Session 4

Les expériences des enfants associés aux groupes armés



Session 4. Les expériences des enfants associés aux groupes armés



Des émotions intenses

Durée 1h  10min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Distinguer les différents rôles et expériences des enfants associés aux groupes armés.
- Identifier les rôles et expériences spécifiques des filles associées aux groupes armés.

Aperçu des activités :

| | | |
|-------------------------------------|--|--------------------|
| Session 4 | | TOTAL 70 min |
| Acte 1 | Accueillir les participants | 10 min |
| Acte 2 | Le rôle des enfants au sein des groupes armés | 20 minutes |
| Acte 3 | Relier les rôles et les expériences des enfants associés aux groupes armés | 30 minutes ou plus |
| Clôture de la journée et évaluation | | 10 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4.](#)

Résumé de la session :

Les participants discutent des expériences uniques auxquelles chaque enfant associé à des groupes armés est confronté et réfléchissent aux différents rôles que les enfants peuvent assumer ou être forcés d'assumer et aux rôles qui sont souvent assumés par les filles.



Note : Il peut être très difficile de réfléchir aux expériences auxquelles les enfants peuvent être confrontés lorsqu'ils rejoignent un groupe armé. Parler de l'enlèvement des enfants, de la violence subie, observée ou infligée, et de toutes les autres privations, abus et mauvais traitements qu'ils ont pu subir peut être une expérience stressante et traumatisante pour les parents. Assurez-vous de discuter de cette session et de sa contextualisation avec votre **co-facilitateur et avec le superviseur du programme** avant de la mettre en œuvre. Il est également judicieux d'impliquer un travailleur social/un travailleur de cas pour aider à gérer les émotions intenses dans le cadre de votre plan d'orientation.

Ayez votre plan d'orientation à portée de main en cas de problème nécessitant l'intervention d'une agence spécialisée.

Enfin, vous trouverez dans le **Constant Companion** des conseils sur la manière de soutenir les parents qui pourraient être confrontés à des émotions intenses.



RÉFLEXION SUR LES EXPÉRIENCES DES ENFANTS AVEC LES GROUPES ARMÉS

Sessions 4. *L'expérience de l'enfant impliqué dans les groupes armés* et session 6. Les conséquences de l'association avec les groupes armés pour l'enfant peuvent avoir des conséquences traumatiques et émotionnelles pour les parents. Il est conseillé de réfléchir à la meilleure approche à adopter dans le contexte local pour mener à bien ces sessions. Ici, nous avons suggéré de mener la discussion en séance plénière. Dans d'autres contextes, il peut être préférable d'inviter les participants à travailler par deux ou en famille.

En outre, l'utilisation des histoires à développement offre une manière moins personnelle, et donc moins menaçante, d'explorer des sujets sensibles ou éventuellement traumatisants, et cet outil peut être combiné avec d'autres stratégies de communication qui peuvent réduire le risque de revivre une expérience traumatisante. Par exemple, au lieu de demander à l'ensemble du groupe de discuter de chaque histoire à suspense, vous pouvez inviter des petits groupes ou des paires formés autour de l'unité familiale à réaliser un dessin décrivant une journée dans la vie des quatre personnages des quatre histoires à suspense. Ne demandez pas à chaque groupe de présenter son travail, mais faites le tour des différents groupes, notez leurs réponses et faites un résumé à la fin. De cette façon, vous évitez de mettre en avant l'un des participants. **Coordonnez avec votre co-facilitateur l'animation de chaque paire ou petit groupe et rapportez leurs idées en plénière.**



COMMENT PARLER DES EXPÉRIENCES DES ENFANTS

Lorsqu'on demande aux participants de réfléchir aux expériences que leurs enfants ont pu vivre lorsqu'ils étaient recrutés par des groupes armés, ou lorsqu'on leur donne des exemples de ces expériences, les parents peuvent se sentir choqués ou ressentir des émotions très intenses. Les parents sont toujours protecteurs envers leurs enfants, quel que soit leur âge et tout ce qu'ils ont traversé ; il peut être très difficile pour eux de discuter de ce que leurs enfants ont fait ou ont été forcés de faire.

Avant d'animer cette session, réfléchissez soigneusement avec votre co-facilitateur et avec le **superviseur du programme** à ce que vous pensez que les parents de votre communauté sont disposés, prêts et ouverts à partager et à discuter. Réfléchissez aux types d'expériences qui peuvent être particulièrement difficiles à aborder et qui peuvent amener les parents à se sentir très mal dans leur peau et dans celle de leurs enfants. Réfléchissez aux mots que vous pouvez utiliser pour réduire ces risques pour les parents et leur parler de leurs enfants sans générer une détresse extrême.

Par exemple, si vous pensez qu'il peut être difficile de parler d'abus sexuels, vous pouvez introduire le sujet ici, en utilisant un vocabulaire que vous jugez acceptable pour les participants, et vous pouvez reporter aux sessions suivantes une exploration plus approfondie des expériences, des risques et des défis auxquels les filles et les garçons sont confrontés. **RAPPEL** : Aussi extrêmes et douloureuses que soient les expériences des enfants, ce sont de jeunes êtres humains et, en tant que tels, ils ont TOUJOURS la possibilité de les surmonter et de les transformer en leurs propres forces. La résilience est une caractéristique humaine, surtout pour ceux qui ont des parents attentifs. **EN TANT QU'ANIMATEUR, VOUS DEVEZ CROIRE QUE LES ENFANTS PEUVENT SURMONTER LEURS PROBLÈMES ET VOUS DEVEZ ESSAYER DE TRANSMETTRE CETTE CROYANCE AUX PARENTS.**

En cas d'émotions intenses, n'oubliez pas d'utiliser les stratégies indiquées dans le **Costant Compagnon** et, **si nécessaire, de vous référer au mécanisme de référence, si un problème survient qui nécessite l'intervention d'une agence externe.**

Tout au long de cette session et des suivantes, rappelez souvent aux participants que :

*Peu importe les expériences difficiles que vos enfants ont pu vivre, ils ont la capacité de s'en remettre et de mener une vie heureuse, surtout si vous êtes là pour les soutenir.

*Le recrutement de votre enfant et les expériences auxquelles il a pu être confronté ne sont pas de votre faute. De nombreux facteurs peuvent forcer un enfant à rejoindre un groupe armé, nous ne devons pas nous blâmer pour ce qui s'est passé et essayer de faire tout ce que nous pouvons pour soutenir nos enfants une fois qu'ils sont rentrés chez eux.

Activity 1. Welcoming participants (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et rappeler ce dont nous avons discuté lors des sessions précédentes.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez quelques suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer.
4. Après l'énergisant, demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Le rôle des enfants dans les groupes armés (20 min)

Objectifs : Réfléchir aux rôles que les enfants pourraient assumer ou être forcés d'assumer au sein des groupes armés ; identifier les rôles assumés par les filles.

Modalité :



Plénière

1. **DITES** :
 - Dans la session précédente, nous avons exploré certaines des raisons qui pourraient pousser les enfants à rejoindre des groupes armés.
 - Dans cette session, nous allons discuter des expériences possibles des enfants lorsqu'ils font partie de groupes armés. **L'objectif de cette session est de réfléchir ensemble à ce que nous savons de nos enfants.**
 - Comprendre leurs expériences nous aide à identifier leurs défis potentiels et à mieux répondre à leurs besoins.
 - Il peut être difficile et émotionnel de réfléchir aux expériences de nos enfants avec les groupes armés, et nous voulons vous rappeler que cet espace est sûr.
 - Nous devrions tous convenir que ce que nous partageons dans cette pièce n'est pas partagé à l'extérieur. N'oubliez pas que ce que vous partagez dans le groupe ne sera pas utilisé pour discuter d'expériences individuelles, mais plutôt pour apprendre les uns des autres et rendre notre communauté plus sûre pour les enfants.
 - Si ce que vous partagez peut vous causer du tort, à vous, à votre famille ou à l'enfant, nous ferons un suivi individuel après la session pour voir comment nous pouvons vous apporter notre soutien.



PARLER À VOTRE ENFANT DE SES EXPÉRIENCES

Il peut être très difficile pour les parents de discuter avec leurs enfants de leurs expériences avec les groupes armés. Il peut être tout aussi difficile de comprendre si l'enfant est prêt à partager ses expériences ou non.

Quelques conseils sur la façon d'aborder ce sujet et sur ce qu'il faut garder à l'esprit lorsqu'on essaie de parler à un enfant de questions aussi traumatisantes et complexes sont abordés dans la session 12. La relation parent-enfant : une meilleure communication, une meilleure écoute.

2. DEMANDEZ :

- a. Que font les enfants lorsqu'ils sont avec des forces ou des groupes armés ?
- b. Y a-t-il un rôle qui est plus souvent attribué aux **jeunes enfants** ?
- c. Y a-t-il un rôle qui est plus souvent attribué aux **enfants plus âgés** ?
- d. Y a-t-il un rôle qui est généralement attribué aux **filles** ?

Coordonnez-vous avec votre co-facilitateur pour vous assurer que vous prenez des notes sur les points qui surgissent dans votre carnet de notes. Soutenez l'échange des participants et, si nécessaire, intégrez leur conversation aux points pertinents des [Notes del'animateur4: Rôles et expériences des enfants avec les groupes armés.](#) Veillez à ne transmettre que les points qui n'ont pas émergé de la conversation entre les participants.

1. DITES :

- Les enfants peuvent jouer des rôles très différents et multiples. La plupart du temps, ils ne peuvent pas choisir leurs rôles, et peuvent être contraints d'endosser ces rôles contre leur gré.
- Les rôles qu'ils sont contraints d'assumer déterminent également les expériences qu'ils vivent et les conséquences sur le bien-être de l'enfant, comme nous le verrons dans les activités suivantes.
- Les garçons et les filles peuvent être contraints de faire des choses similaires, mais il existe des rôles qui sont propres aux filles. Nous allons en discuter plus en détail.

Activité 3. Relier les rôles et les expériences des enfants associés aux groupes armés (30 min et plus)

Objectifs : reconstituer les expériences que peuvent vivre les enfants associés à des groupes armés ; reconnaître que, malgré les différents rôles, tous les enfants associés à des groupes armés sont exposés à la violence et aux abus et que l'association d'enfants avec un groupe armé doit toujours être évitée.

Modalité :



1. DITES :

- Imaginons les expériences auxquelles un enfant peut être confronté lorsqu'il est recruté par un groupe armé ou contraint de le rejoindre.
- Je vais vous lire un scénario et nous en discuterons (Open-Ended Story) :



Josef est un garçon de 10 ans. Il a été poussé par certains de ses camarades à rejoindre un groupe armé. Il travaille comme messager pour le groupe depuis 5 mois.

2. **DEMANDER** : Posez les questions suivantes une par une, en prévoyant suffisamment de temps après chaque question pour susciter quelques réponses. N'oubliez pas de vous coordonner avec votre co-facilitateur pour prendre des notes sur les réponses dans votre carnet de notes. Utilisez les informations contenues dans les [Notes de l'animateur 4 : Rôles et expériences des enfants avec les groupes armés](#) pour vous assurer que les points pertinents sont couverts. N'oubliez pas que votre rôle est d'encourager le partage et l'apprentissage entre pairs des participants, plutôt que de faire un cours magistral : n'utilisez les notes que si vous pensez que certains aspects cruciaux n'ont pas été transmis.

- À votre avis, à quoi ressemblait son premier jour loin de chez lui ? Que devait-il faire pour s'intégrer ou survivre ?
- À quoi ressemble sa vie quotidienne ?
- Pensez-vous qu'il vit avec ses parents ou non ?
- À quoi ressemble l'endroit où il vit ?
- Que voit-il ou entend-il la nuit ?
- Comment imaginez-vous les relations qu'il entretient avec ses camarades ? Et avec les adultes du groupe ?
- En quoi ces expériences seraient-elles différentes si Josef était une fille ?

3. Après cette discussion, lisez les trois histoires ouvertes suivantes, et après chaque



histoire ouverte, répétez les questions de l'étape 2 ci-dessus.

a. Sandrine est une jeune fille de 13 ans qui travaille comme espionne pour un groupe armé depuis 2 ans.

b. Wilson est un jeune homme de 18 ans qui a été combattant d'un groupe armé au cours des deux dernières années, mais il a pu rentrer chez lui et passer du temps avec sa famille une semaine sur deux.

c. Rissa est une jeune fille de 16 ans qui a épousé un des chefs du groupe armé et est restée avec le groupe pendant un an.

4. Après avoir discuté de toutes les histoires ouvertes.

DEMANDEZ :

- Comment pensez-vous que l'expérience de Sandrine, qui a été recrutée il y a 2 ans, pourrait être différente de celle de Josef, qui est parti pendant 5 mois ?
- Wilson est resté avec le groupe armé pendant deux ans, mais il a pu rentrer chez lui de temps en temps pendant cette période : quelles sont les conséquences de cette expérience pour Wilson ? En quoi son expérience est-elle différente de celle des autres enfants, comme Sandrine, qui est restée loin de ses parents tout le temps ?
- Selon vous, en quoi le fait que Rissa soit une fille rend-il son expérience différente de celle de Wilson ? Quel genre de conséquences l'expérience de Rissa a-t-elle pour elle ?



3. DITES :

- **Quels que soient leur mode de recrutement et les rôles qu'ils assument, les enfants associés à des groupes armés sont exposés à des niveaux de violence très élevés : ils peuvent être témoins, victimes ou forcés de prendre part à des actes de torture et à des meurtres. Ils peuvent être privés de nourriture ou d'abri, être battus, forcés à prendre de la drogue ou subir des abus sexuels.**
- **Les enfants recrutés par des groupes armés, même s'ils décident de s'engager volontairement pour différentes raisons, sont des victimes, et leur participation au conflit a de graves répercussions sur leur bien-être et leur développement physique, sexuel, reproductif, émotionnel et cognitif.**
- **Par conséquent, en tant que parents, nous devrions toujours chercher à empêcher l'implication de nos enfants dans des groupes armés, car cela peut nuire à leur développement.**
- **Les filles sont également recrutées et utilisées par les groupes armés. Elles présentent des vulnérabilités propres à leur genre et à leur rôle dans la société.**
- **C'est l'un des aspects essentiels de ce programme : nous devons tous nous mettre d'accord avant d'aller de l'avant !**
- Dans la prochaine session, nous discuterons des conséquences que ces différents rôles et expériences peuvent avoir sur le bien-être physique, psychologique et émotionnel d'un enfant, et nous réfléchirons aux stratégies que nous pouvons utiliser pour faire face à ces conséquences.

Reconnaissant que l'association d'enfants avec un groupe armé doit toujours être évitée.

Il peut arriver que certains parents soient favorables à ce que leurs enfants rejoignent un groupe armé. Ils peuvent avoir des raisons différentes pour cela. Si c'est le cas, vous devez vous assurer que ce point est discuté et abordé ici : vous devez vous assurer qu'après la session 4, tous les participants sont d'accord sur le fait que rejoindre un groupe armé n'est jamais une bonne option pour les enfants. Utilisez les points de l'activité 3, étape 3, pour aborder cette question et veillez à le leur répéter lors des prochaines sessions. Si, malgré tout, certains parents sont toujours favorables à ce que leurs enfants rejoignent un groupe armé, vous devez discuter de la question avec le **superviseur du programme** pour trouver des moyens de résoudre ce problème ensemble. Si tous les parents ne sont pas d'accord avec cet aspect, nous risquons de mettre en péril le succès de l'ensemble du programme.

Notes de l'animateur 4 : Rôles et expériences des enfants avec les groupes armés



Réfléchissez aux rôles et aux tâches qui sont attribués aux enfants dans votre contexte et adaptez-les en conséquence. Réfléchissez également aux rôles qui sont spécifiques au genre et à l'âge.

Pour plus d'informations, consultez les normes minimales pour la protection des enfants dans l'action humanitaire 2019 , norme 11 : " Les enfants associés aux forces et groupes armés.

Les enfants peuvent l'être

- Messagers
- Combattants
- Cuisiniers
- Nettoyeurs
- Espions
- Epouses/petites amies
- Utilisés à des fins d'exploitation ou d'abus sexuels (filles et garçons)
- Nounous qui s'occupent des bébés et des jeunes enfants
- Transporteurs de marchandises et d'armes
- Chefs (d'un groupe/des autres enfants du groupe armé)
- Concepteurs, photographes, écrivains, conférenciers, etc. (toute activité liée à la propagande de l'idéologie du groupe armé)
- Responsable de la communication en ligne
- Enseignants pour les jeunes enfants
- Responsable du divertissement
- Responsable de la pose de mines
- Bouclier humain
- Gardien de poste de contrôle ou de prison

Exemple de résultats de leurs expériences



Selon l'expérience individuelle de chaque enfant, la vie quotidienne et les expériences des enfants associés à des groupes armés peuvent être très diverses, tout comme les résultats de ces expériences. Par conséquent, dans la liste ci-dessous, vous constaterez que certaines déclarations se contredisent. Ceci a pour but de vous aider à réfléchir à votre contexte : adaptez la liste à votre réalité et utilisez uniquement les points qui reflètent cette réalité.

- Les enfants sont séparés de leur famille ou *la* quittent ;
- Ils vivent avec leur famille et rejoignent régulièrement le groupe.
- En vivant avec le groupe armé, ils peuvent connaître des conditions de vie exceptionnellement dures ou.. ;
- Ils connaissent de meilleures conditions de vie, par exemple ils sont logés, nourris et payés pour leur travail.
- Ils peuvent être privés de nourriture.
- Ils reçoivent des avantages économiques pour faire partie du groupe.
- Ils peuvent être isolés et se sentir seuls ;
- Ils trouvent un soutien et un mentorat auprès de leurs pairs au sein du groupe armé. Ils peuvent être séparés de leur environnement familial et de leurs réseaux de soutien.
- Ils couvrent les rôles de pouvoir.

- Ils peuvent être exposés aux combats - bombardements, échanges d'artillerie et explosions.
- Ils peuvent être exposés ou témoins de violences infligées à d'autres personnes.
- Ils sont témoins d'un meurtre ou d'une mort ou vivent la perte d'un être cher.
- Ils peuvent être confrontés aux conséquences de la violence.
- Ils peuvent être contraints d'infliger des violences à d'autres personnes.
- Ils peuvent consommer ou être forcés de consommer des drogues ou de l'alcool.
- Elles peuvent (être forcées à) se marier avec un membre du groupe armé ou ;
- Ils peuvent être des survivants d'abus sexuels (filles et garçons).
- Ils peuvent être victimes de violence psychologique, ce qui signifie, par exemple, être constamment blâmé, critiqué ou embarrassé par une autre personne.
- Ils peuvent être exposés à des menaces de mort quotidiennes.
- Elles peuvent tomber enceintes ou avoir des enfants avec des membres des groupes armés ou des forces armées.
- Ils peuvent être contraints de se comporter à l'encontre de leur culture, de leurs coutumes et de leur religion.

Clôture de la journée et évaluation (10 min)

Objectifs : Récapituler la journée et évaluer la session.

Matériel : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4](#).

Modalité :



Plénière

1. Expliquez aux participants que, dans le cadre d'une pratique de réflexion, ils doivent réfléchir à des stratégies pour parler à leurs enfants des conséquences de l'adhésion à un groupe armé.
2. Expliquez-leur qu'à ce stade, ils n'ont pas besoin de s'engager avec leurs enfants, s'ils ne se sentent pas encore à l'aise, mais qu'ils doivent seulement réfléchir à la manière d'aborder les sujets, au moment le plus opportun pour le faire et à celui où il faut éviter de le faire.
3. Expliquez que vous discuterez des conséquences de l'implication des enfants dans la prochaine session, et que dans l'une des sessions suivantes, vous explorerez également comment parler aux enfants des conséquences du recrutement par des groupes armés.
4. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
5. Si vous avez eu l'occasion de noter les *Activité 4 Partie 1* attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
6. Ensuite, prenez un marqueur et retirez les peurs qui commencent à être surmontées.
7. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
8. **Enfin, posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
9. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Session 5

Conséquences de l'association avec des groupes armés pour l'enfant



Session 5. Conséquences de l'association avec des groupes armés pour l'enfant



Des émotions intenses

Durée ⌚ 2h 30 min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Établir un lien entre les conséquences du recrutement d'un enfant et son identité, son bien-être et ses relations, pendant et après son implication directe.
- Reconnaître que, du point de vue de l'enfant, l'expérience d'être associé à un groupe armé est une expérience complexe, qui entraîne des traumatismes et des difficultés, mais qui fait aussi partie de sa vie et ne peut être annulée (relations avec les pairs, compétences acquises, leçons apprises, etc.)
- Distinguer les conséquences sexospécifiques du recrutement d'enfants sur l'identité, le bien-être et les relations de l'enfant, pendant et après le recrutement et lors de sa réintégration dans son foyer.
- Identifiez comment ces conséquences pourraient affecter le retour de l'enfant, sa réunification et/ou sa relation avec sa famille et la communauté.

Aperçu des activités :

| | | |
|------------------|---|---------------|
| <i>Session 5</i> | | TOTAL 150 min |
| <i>Acte. 1</i> | Accueillir les participants | 10 min |
| <i>Acte. 2</i> | Établir un lien entre les rôles et les expériences des enfants associés aux groupes armés et les conséquences sur leur bien-être. | 40 min |
| <i>Acte. 3</i> | Le retour à la maison | 40 min |
| <i>Acte. 4</i> | Prendre soin des besoins de nos filles | 50 minutes |
| | Clôture de la journée et évaluation | 10 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité 4.](#)

Résumé de la session :

Cette session peut être sensible selon le contexte, notamment lorsque les membres de la communauté croient en la cause défendue par le groupe armé et peuvent encourager le recrutement d'enfants. Les facilitateurs doivent donc examiner attentivement le contenu afin de mener la session de manière à ne pas causer de préjudice. Consultez votre superviseur si vous avez des doutes sur la façon de procéder.

Cette session fait le lien entre les rôles et les expériences des enfants associés aux groupes armés, tels qu'explorés dans la [session 4. Les expériences des enfants associés aux groupes armés](#), avec les conséquences et les résultats pour eux, leur bien-être, leur développement et leurs relations avec les membres du foyer et de la communauté. Les participants discutent des conséquences spécifiques qu'une telle association peut avoir pour les filles. Les participants réfléchissent également au fait que, même après une telle expérience traumatisante, les enfants peuvent en garder des sentiments positifs (souvent liés à un sentiment d'indépendance, à l'acquisition de nouvelles compétences, au sentiment d'appartenance à un groupe, etc.)

En réfléchissant à l'impact des expériences négatives sur le développement et le bien-être général de l'enfant, les participants concluront que l'affiliation doit être évitée à tout prix, même si les parents sont d'accord avec la cause, ou que l'association leur a permis d'acquérir un nouveau pouvoir et que l'enfant veut se joindre volontairement à ce qui semble être un rôle non dangereux (comme cuisinier).



RÉFLEXION SUR LES EXPÉRIENCES DES ENFANTS AVEC LES GROUPES ARMÉS

Les sessions 4 et 5 peuvent avoir des conséquences traumatiques et émotionnelles pour les parents. Il est conseillé de réfléchir à la meilleure approche à adopter dans le contexte local pour mener à bien ces sessions. Ici, nous suggérons de mener la discussion en plénière. Dans d'autres contextes, il peut être préférable d'inviter les participants à travailler par deux, ou en famille, et de noter leurs commentaires et réflexions sur des bouts de papier que le ou les animateurs rassemblent et lisent en plénière.

De plus, l'utilisation des histoires à développement offre un moyen moins personnel et donc moins menaçant d'explorer des sujets sensibles ou éventuellement traumatisants, et cet outil peut être combiné avec d'autres stratégies de communication visant à réduire le risque de revivre une expérience traumatisante. Par exemple, au lieu de demander à l'ensemble du groupe de discuter de chaque histoire à suspens, vous pouvez inviter des petits groupes ou des paires formés autour de l'unité familiale à faire un dessin de ce que pourrait être une journée dans la vie des quatre personnages des quatre histoires à suspens. Ne demandez pas à chaque groupe de présenter son travail, mais faites plutôt le tour des différents groupes, notez leurs réponses et faites un résumé à la fin. De cette façon, vous évitez de mettre en avant l'un des participants. **Coordonnez avec votre co-facilitateur l'animation de chaque paire ou petit groupe et rapportez leurs idées en plénière.**



Note : Il peut être très difficile de réfléchir aux expériences auxquelles les enfants peuvent être confrontés lorsqu'ils rejoignent un groupe armé. Parler de l'enlèvement des enfants, de la violence subie, observée ou infligée, et de toutes les autres privations, abus et mauvais traitements qu'ils ont pu subir peut être une expérience stressante et traumatisante pour les parents. Assurez-vous de discuter de cette session et de sa contextualisation avec votre **co-facilitateur et avec le superviseur du programme** avant de la mettre en œuvre. Si possible, assurez-vous également de la présence d'un travailleur social ou d'un travailleur de cas lors de ces sessions, afin de répondre à toute émotion intense ou inconfortable qui pourrait émerger.

N'oubliez pas d'avoir le **plan d'orientation** à portée de main : vous pourriez en avoir besoin, au cas où un problème émergerait, qui devrait être traité par une agence spécialisée.

Vous trouverez dans le **Constant Compagnon** des conseils sur la manière de soutenir les parents qui peuvent être confrontés à des émotions intenses.

Activité 1. Accueil des participants (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et rappeler ce dont nous avons discuté lors des sessions précédentes.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez quelques suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer ou une chanson.
4. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Relier les rôles et les expériences des enfants associés aux groupes armés aux conséquences sur leur bien-être (40 min)

Objectifs : discuter des conséquences de l'association avec un groupe armé sur le bien-être, le développement et les relations de l'enfant pendant et après le recrutement ; reconnaître que l'enfant peut percevoir comme positives certaines des expériences liées à son association avec le groupe armé ; en déduire que l'affiliation doit toujours être évitée à tout prix.

Modalité :



Plénière

1. **DITES** :

- Dans la session précédente, nous avons exploré les différents rôles et expériences que les enfants peuvent vivre lorsqu'ils sont recrutés.
- Nous allons maintenant aborder ce que nous considérons comme les conséquences possibles de leur association sur leur bien-être, leur développement et leurs relations.
- Il peut être difficile et émotionnel de réfléchir à l'expérience de nos enfants avec les groupes armés, et nous voulons vous rappeler que cet espace est sûr.
- Ce que vous partagez dans le groupe ne sera pas utilisé pour discuter d'expériences individuelles, mais plutôt pour apprendre les uns des autres et rendre notre communauté plus sûre pour les enfants.
- Si ce que vous partagez peut vous causer du tort, à vous, à votre famille ou à l'enfant, nous ferons un suivi individuel après la session pour voir comment nous pouvons vous aider.



2. DITES :

- i. Comme nous l'avons fait lors de la session précédente, examinons à nouveau les histoires ouvertes des différents enfants associés aux groupes armés.

Histoire ouverte 1 : Josef est un garçon de 10 ans, qui a travaillé comme messager pour un groupe armé pendant les 5 derniers mois. Il a vécu loin de ses parents. Il n'a pas été impliqué dans des combats directs, mais il a vu certains de ses amis être gravement blessés pendant les combats. Il souffre également des abus et des humiliations des commandants, et il vit dans des conditions très pauvres, avec peu de nourriture et un abri précaire. Il se sent très isolé et il aimerait retourner dans sa famille, mais il ne peut pas.

DITES : Je vais maintenant lire une deuxième histoire, cette fois-ci, c'est celle d'une fille.

Histoire ouverte 2 : Sandrine est une jeune fille de 13 ans, qui a travaillé comme espionne pour un groupe armé pendant les 5 derniers mois. Elle n'a pas été enlevée mais a décidé de s'engager avec certains de ses camarades. Elle rend visite à ses parents chaque semaine mais passe la plupart de son temps avec le groupe armé dans la brousse. Elle a le sentiment de faire partie d'un groupe maintenant, elle soutient la cause du groupe armé et veut venger certains membres de sa famille qui ont été tués pendant les combats. En outre, grâce à son association avec le groupe, elle peut apporter un soutien économique à sa famille. Elle n'a pas participé activement aux combats, mais elle a été témoin de violences et d'abus au quotidien.

2. **POSEZ les** questions suivantes une par une, en prévoyant suffisamment de temps après chaque question pour recueillir quelques réponses. **N'oubliez pas de vous coordonner avec votre co-facilitateur pour prendre des notes sur les réponses dans votre carnet de notes !** Pour vous aider à faciliter la conversation, utilisez les informations contenues dans les **Notes pour l'animateur 5 : [Conséquences de l'association de l'enfant avec des groupes armés pour son bien-être, son développement et ses relations](#)**. N'oubliez pas que votre rôle est d'encourager le partage et l'apprentissage entre pairs des participants, plutôt que de faire un cours magistral : n'utilisez les notes que si vous pensez que certains aspects cruciaux n'ont pas été transmis.

- a. En réfléchissant à l'histoire de Josef, quels sont certains des problèmes qu'il a rencontrés ? Qu'en est-il de Sandrine ?

- b. En réfléchissant à la session 1, au cours de laquelle nous avons parlé du développement et du bien-être des enfants, quelles sont les choses que nous avons identifiées et dont un jeune garçon comme Josef a besoin pour grandir bien et en bonne santé ? Qu'en est-il d'une jeune fille ?
- c. En quoi cette expérience a-t-elle un impact négatif sur la façon dont un jeune garçon devrait grandir ? Et pour la fille ?
- d. Y a-t-il des similitudes dans l'histoire de Josef et Sandrine ? Et y a-t-il des différences ?
- e. De quoi Josef, un garçon, aurait-il besoin de la part de nos parents ? Et Sandrine, une jeune fille de 13 ans ?

3. Après cette discussion, présentez aux participants les deux histoires ouvertes suivantes, et



après chaque histoire ouverte, répétez l'étape 2. ci-dessus.

Histoire ouverte 3 : Wilson est un jeune homme de 18 ans qui a été combattant d'un groupe armé pendant les 5 derniers mois. Il faisait partie d'un groupe de pairs qui avaient décidé de soutenir la cause, et il a accepté de se joindre à eux. Il voulait être un héros pour sa famille et sa communauté. Au cours des cinq derniers mois, il a été témoin de violences et en a infligé, il a vu plusieurs de ses pairs mourir et il a lui-même été victime de violences. Il aimerait rentrer chez lui mais il ne peut pas.

Histoires ouvertes 4 : Raissa est une jeune fille de 16 ans qui a rejoint un groupe armé parce qu'elle voulait échapper aux attaques constantes contre son village. Elle n'était pas heureuse à la maison car son père la battait et sa mère criait tout le temps. Elle a épousé un commandant de 33 ans au sein du groupe car elle se sentait ainsi en sécurité. Elle était censée faire la cuisine et le ménage pour le groupe et son mari l'obligeait à avoir des rapports sexuels avec lui tous les jours, même si elle ne le voulait pas.



LES ENFANTS PARTAGENT LEURS EXPÉRIENCES TRAUMATIQUES

Il peut arriver que les parents ne connaissent pas l'étendue de ce dont leurs enfants ont été témoins ou victimes. Cela se produit également parce que les enfants, surtout les plus âgés, peuvent vouloir protéger leurs parents.

Rappelez aux participants qu'il est important de ne pas forcer les enfants à partager leurs expériences s'ils ne le souhaitent pas, mais rappelez-leur également qu'ils doivent être ouverts à l'écoute sans juger et offrir des occasions d'accorder toute leur attention aux enfants pour faciliter le dialogue. Vous trouverez plus d'informations sur cet aspect dans la **session 12. La relation parents-enfants : Une meilleure communication, une meilleure écoute.**

4. Après avoir discuté de toutes les histoires ouvertes, **DEMANDER :**
- a. Chaque enfant de cette histoire subit ou est témoin de violences et d'événements traumatisants. Chacun d'entre eux vit dans un état de stress fréquent et intense. Vous souvenez-vous de ce qui arrive au cerveau lorsqu'un enfant est exposé à un stress intense ?

5. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer.

DITES :

- Des niveaux élevés de stress affectent le développement du cerveau d'un enfant. Lorsque l'on a peur, que l'on est effrayé ou que l'on est stressé, le cerveau se met en quelque sorte en "mode automatique", afin de nous aider à faire face à la situation effrayante de manière efficace et rapide. Nous sommes en état d'alerte et, par conséquent, nous "faisons taire" le cerveau qui réfléchit.
- Si l'enfant est constamment en état d'alerte, cela peut causer des dommages à long terme au cerveau.
- La plupart des conséquences de l'appartenance à un groupe armé sont clairement négatives pour l'enfant, comme la violence. Mais certaines peuvent être perçues par l'enfant de manière positive, comme le fait d'acquérir du pouvoir ou de gagner de l'argent.
- Il est très important de comprendre comment leur participation peut être perçue comme positive pour l'enfant, car cela peut avoir des conséquences sur la réintégration de l'enfant dans son foyer et sa communauté. Par exemple, les enfants, surtout les plus âgés, peuvent avoir fait l'expérience de l'indépendance et du pouvoir, et leur vie au sein du groupe peut leur manquer parce qu'à la maison, ils ne sont pas traités comme des adultes. Dans certains groupes armés, les filles peuvent assumer des rôles similaires à ceux des garçons, et elles peuvent apprécier cette égalité et cette liberté. En outre, le groupe peut donner aux enfants un sentiment d'appartenance, ce qui est très important, surtout pour les enfants plus âgés. Nous devons être conscients de ces éléments et ne pas forcer l'enfant à reprendre un rôle qui ne lui convient peut-être plus. L'enfant a besoin de compréhension et de gentillesse, et non de jugement et de honte.

Même si certains de ces aspects peuvent être perçus comme positifs, tant par l'enfant que par sa famille, l'exposition à la violence, les abus et le niveau élevé de stress ont des conséquences négatives sur le bien-être et le développement de l'enfant.

6. DEMANDEZ :

- a. Pensez-vous que rejoindre un groupe armé n'est jamais un choix acceptable pour un enfant ? Pensez-vous que la participation d'un enfant à un groupe armé est toujours une expérience négative et traumatisante que nous devons éviter ou essayer de prévenir ?
7. **Il est essentiel que vous vous assuriez que tout le monde est d'accord sur ces points avant d'aller plus loin. Comme nous l'avons déjà indiqué et discuté dans la Session 4, tous les participants doivent être d'accord sur le fait que l'implication d'un enfant dans un groupe armé doit être évitée. Si vous ne parvenez pas à obtenir l'accord de tous sur ce point à ce stade, il pourrait être difficile d'atteindre les objectifs généraux de ce programme. Par conséquent, il serait bon de discuter de cette question avec le superviseur du programme, avant la mise en œuvre de la session suivante.**

5 minutes de pause (facultatif) : Trouvez un moyen local approprié pour faire une pause et vous détendre. Vous pouvez inviter quelques participants à se porter volontaires et à partager une technique de relaxation appropriée localement, comme une chanson ou un jeu rapide. Si personne ne se porte volontaire, soyez prêt à proposer une activité courte et énergisante. Cette pause peut également vous aider à

revoir votre stratégie si vous rencontrez des réactions de résistance aux questions du point 6 ci-dessus.

Activité 3. Retour à la maison (40 min)

Objectifs : discuter des défis auxquels sont confrontés les enfants qui ont été recrutés par les forces armées lorsqu'ils retournent dans leur famille et leur communauté.

Modalité :



Plénière

1. DITES :

- Lorsque nous sommes en compagnie des membres de notre famille ou de notre foyer, nous savons la plupart des choses qui leur arrivent. Nous les voyons heureux ou tristes ; nous les voyons partir pour aller travailler et revenir.
- En général, nous savons comment se porte chaque membre de la famille.
- Parfois, les gens partent pour rendre visite à d'autres parents et reviennent.

2. DEMANDEZ :

- a. Comment accueillez-vous et interagissez-vous avec une personne qui s'est absentée une semaine ou deux pour rendre visite à des parents dans une autre ville ?

(Les réponses seront variées et peuvent inclure : nous préparons un repas spécial, nous nous assurons d'être à la maison pour les accueillir, nous passons du temps à écouter les nouvelles sur leur lieu d'origine, etc.)

3. DITES :

- Lorsqu'une personne part pour une longue période, par exemple pour 6 mois ou un an, les choses peuvent changer dans le foyer.

4. DEMANDEZ :

- a. Quels sont les changements qui peuvent se produire dans la famille en 6 mois ou en 1 an ?

(Les réponses peuvent inclure : un enfant naît, quelqu'un meurt, quelqu'un est malade et guérit, une nouvelle maison est construite, les enfants passent à un niveau différent à l'école, etc.)

5. DEMANDEZ :

- a. Maintenant, pensez à ce membre de la famille qui revient après 6 mois ou 1 an, quelles sont les façons dont vous l'accueillez ?

6. DITES :

- Revenons maintenant aux enfants dont nous avons parlé dans l'activité précédente, qui ont été recrutés par un groupe armé.
- Imaginons maintenant que les 4 enfants dont nous avons parlé dans l'activité précédente ont trouvé un moyen de retourner chez leurs parents (l'animateur peut relire les histoires).

7. DEMANDEZ :

- a. Commençons par nous concentrer sur les expériences des garçons. Quels sont les besoins immédiats des garçons compte tenu de leur expérience ?

(les réponses peuvent inclure la santé, la nourriture, l'éducation, le soutien, etc.)

- b. Quelles sont leurs craintes, leurs espoirs et leurs sentiments à l'idée de rentrer chez eux ?
 - c. Qu'est-ce qui a changé dans le ménage pendant leur absence ? Et que peuvent signifier ces changements pour eux ?
 - d. Comment l'enfant a-t-il changé pendant son absence ?
 - e. Quel est, selon vous, le sentiment de leurs parents ? Et les autres membres du foyer ?
 - f. Comment la communauté réagirait-elle au retour de l'enfant ?
 - g. Comment la famille réagirait-elle si l'enfant revenait avec un handicap physique ?
8. Maintenant, concentrez-vous spécifiquement sur l'histoire des deux filles dans les histoires ouvertes précédentes. Vous pouvez demander aux participants si quelqu'un se souvient de l'histoire de Sandrine et de Raissa et souhaite la récapituler. Sinon, vous pouvez les relire.

Open-Ended Stories 2 : Sandrine est une jeune fille de 13 ans, qui est utilisée comme espionne par un groupe armé depuis 5 mois. Elle n'a pas été enlevée mais a décidé de s'engager avec certains de ses camarades. Elle rend visite à ses parents chaque semaine mais passe la plupart de son temps avec le groupe armé dans la brousse. Elle a le sentiment de faire partie d'un groupe maintenant, elle soutient la cause du groupe armé et veut venger certains membres de sa famille qui ont été tués pendant la guerre. En outre, grâce à son association avec le groupe, elle peut apporter un soutien économique à sa famille. Elle n'a pas participé activement aux combats, mais elle a été témoin de violences et d'abus au quotidien.

Histoires ouvertes 4 : Raissa est une jeune fille de 16 ans qui a rejoint un groupe armé parce qu'elle voulait échapper aux attaques constantes contre son village. Elle n'était pas heureuse à la maison car son père la battait et sa mère criait tout le temps. Elle a épousé un commandant de 33 ans au sein du groupe car cela lui donnait un sentiment de sécurité. Elle était censée faire la cuisine et le ménage pour le groupe et son mari l'obligeait à avoir des rapports sexuels avec lui tous les jours, même si elle ne le voulait pas.

9. **Posez les questions suivantes** une par une, en prévoyant suffisamment de temps après chaque question pour susciter quelques réponses. **N'oubliez pas de vous coordonner avec votre co-facilitateur et de prendre des notes dans votre carnet de notes.** Pour vous aider à faciliter la conversation, utilisez les informations contenues dans les **Notes de l'animateur 5 : [Conséquences de l'association de l'enfant avec des groupes armés sur son bien-être, son développement et ses relations](#)**. N'oubliez pas que votre rôle est d'encourager les participants à partager et à apprendre par les pairs, plutôt que de donner des leçons : n'utilisez les notes que si vous pensez que certains aspects cruciaux n'ont pas été transmis.
- a. Quels sont les besoins immédiats des filles compte tenu de leur expérience ?
 - b. Comment se sentent-ils ?
 - c. Comment pensez-vous que les autres membres du foyer pourraient réagir ? Et la communauté ?
 - d. Comment pensez-vous que leurs familles pourraient réagir ?
 - e. Comment l'enfant a-t-il changé pendant son absence ? Et que signifient ces changements pour lui et pour les membres de la famille ?
 - f. Quelles sont leurs craintes et leurs espoirs à l'idée de rentrer chez eux ?

g. Comment la famille réagirait-elle si la fille revenait avec un handicap physique ?

10. Laissez les participants discuter. Veillez à ne transmettre que les points qui ne sont pas ressortis de la conversation entre les participants, **DITES** :

- Nous devons réfléchir aux histoires de nos filles, et reconnaître les défis auxquels elles ont été confrontées, et le sont encore, afin de lutter efficacement contre les risques de recrutement. Cela renforcera également le rôle de la famille et de la communauté en tant que systèmes de soutien et garantira leur retour chez elles en toute sécurité.
- Les filles subissent des conditions particulièrement difficiles lorsqu'elles rejoignent des groupes armés, car elles peuvent être victimes de violences sexistes, telles que des abus sexuels, ou de violences infligées par le mari ou le partenaire, elles reçoivent généralement moins de nourriture et sont moins ou pas du tout payées, et elles sont souvent victimes de rejet et de stigmatisation lorsqu'elles rentrent chez elles.
- Il y a trois points que je veux souligner, que nous devons toujours garder à l'esprit pendant le voyage que nous faisons ensemble et dans votre vie quotidienne.
- N'oubliez pas : Les enfants sont résilients - ils ont la capacité de se remettre rapidement de situations difficiles ! Avec l'aide et le soutien appropriés, ils peuvent surmonter les difficultés et la détresse causées par leurs expériences avec les groupes armés.
- Dans le même temps, il existe de nombreux facteurs d'incitation et d'attraction qui contribuent à ce qu'un enfant rejoigne un groupe armé : nous ne devons pas nous blâmer pour ce qui s'est passé et essayer de faire tout ce qui est en notre pouvoir pour soutenir nos enfants une fois qu'ils sont rentrés chez eux.
- Ce que nous avons partagé et discuté jusqu'à présent nous aidera à réfléchir à la manière dont nos comportements au sein de la famille contribuent à créer un environnement sain, aimant et favorable à nos enfants, et donc à prévenir leur recrutement ou à favoriser leur réintégration dans l'environnement familial.



LES FILLES ASSOCIÉES À DES GROUPES ARMÉS : CONSÉQUENCES ET CONSIDÉRATIONS

L'une des principales conséquences de l'association des filles avec des groupes armés peut être la discrimination et la stigmatisation lors du retour dans leur famille et leur communauté. Les filles peuvent subir des expériences exceptionnellement dures et traumatisantes pendant leur absence et se retrouver rejetées par les membres de leur famille et de leur communauté une fois rentrées chez elles. Elles peuvent être accueillies avec suspicion, isolement et discrimination, mais aussi avec humiliation et honte.

Certaines filles sont particulièrement vulnérables à la stigmatisation, notamment celles qui appartiennent à des communautés ethniques différentes, ou celles qui rentrent chez elles avec un bébé.

Les parents peuvent trouver le comportement des filles, une fois rentrées chez elles, particulièrement difficile à gérer ou à comprendre. Leur comportement est souvent une réaction au rejet, à la peur ou à la perception du rejet ; elles peuvent s'isoler même si elles veulent désespérément être incluses. Insistez sur le fait que si la famille et la communauté acceptent et soutiennent les filles, leur comportement s'améliorera.

En tant que facilitateur, il vous incombe de souligner la responsabilité des familles et des communautés pour aider les filles à retrouver leur place dans la communauté. C'est l'une des étapes clés pour assurer leur réintégration dans la famille et la communauté.

Rappelez-vous : Nous explorerons plus en détail les besoins particuliers et les vulnérabilités des filles associées à des groupes armés ainsi que les pratiques familiales spécifiques pour répondre à ces besoins lors de la **session 7. En action : Rassembler des idées pour construire un environnement familial positif et favorable** et dans la **session 8. Besoins spécifiques au genre, réponses spécifiques au genre.**

Si un problème émerge et qu'il ne peut être traité directement dans le cadre de ce programme, n'oubliez pas d'utiliser le plan d'orientation et de soutenir les familles ou les filles qui pourraient avoir besoin de l'aide spécialisée d'organismes extérieurs. Si vous n'êtes pas sûr de la manière d'aborder une préoccupation ou un problème, consultez le superviseur du programme.

Activité 4. Prendre soin des besoins de nos filles (50 min)

Objectifs : reconnaître que le retour des filles qui ont été associées à des groupes armés peut poser des défis et des conséquences uniques pour les parents.

Modalité :



1. DITES :

- Lorsque les filles reviennent après avoir été impliquées dans des groupes armés, les choses peuvent être compliquées pour les parents.

- Examinons quelques citations de filles qui parlent de leurs expériences une fois qu'elles sont revenues de leur vie avec un groupe armé.

2. Expliquez que vous allez lire quelques déclarations : Ce sont de vraies voix de filles qui ont été recrutées par des groupes armés, elles sont tirées des conclusions de nos

discussions avec des enfants comme les tiens dans différents pays. 

3. **Lisez** les extraits suivants :



"Depuis notre retour, nous vivons en parfaite harmonie avec mes petits frères. Mais certaines de mes camarades filles me traitent de bordel parce que nous avons vendu de la bouillie au [groupe armé]. Mais d'autres continuent à jouer avec moi".¹⁰ Fille de 15 ans

"On nous traitait de "prostituée" ; les gens ne permettaient pas à leurs filles de me fréquenter". Jeune fille de 17 ans

"À l'école, les autres font de la discrimination à mon égard. Ils disent qu'ils ont peur de moi ; certains ne me parlent pas." Fille de 13 ans ¹¹

4. **DEMANDEZ :**

- Comment pensez-vous que les parents de ces filles se sentent ?
- Comment les filles se sentent-elles ?
- Quels types de défis les parents doivent-ils relever ?
- Quelle est la relation des parents avec la communauté ?
- Quelle est la relation de la fille avec la communauté ?

5. **DITES :**

- Les enfants impliqués dans les groupes armés sont souvent victimes de stigmatisation et de rejet, et cela peut être particulièrement fort contre nos filles.
- De plus, nous pouvons nous-mêmes être la cible de rejet et de stigmatisation sociale.
- À ce stade, il est important de reconnaître nos sentiments et nos défis avec la communauté. Nous, en tant que parents et adultes, vivons dans des réalités complexes et souvent stressantes et traumatisantes : il est crucial de réfléchir à l'impact de l'environnement sur nos vies et notre propre bien-être. Dans les prochaines sessions, nous apprendrons ce que la stigmatisation implique pour le bien-être de nos enfants et le nôtre et comment y faire face.

6. **DITES :**

- Maintenant, imaginons que l'une de ces filles revienne chez ses parents avec un petit bébé qu'elle a eu avec l'un des commandants du groupe armé.
7. Expliquez que vous avez besoin de trois volontaires pour jouer un jeu de rôle entre les deux adultes qui s'occupent de la fillette et imaginer les défis que les parents pourraient identifier dans cette situation, les façons dont ils essaieraient de soutenir l'enfant, et comment ils se comporteraient envers le bébé.
8. Donnez aux volontaires quelques minutes pour se préparer au jeu de rôle, jusqu'à 10 minutes, et précisez que la scène ne doit pas durer plus de 3 minutes.
9. Après la préparation, ou 10 minutes, invitez les volontaires à présenter leur jeu de rôle.
10. A la fin du jeu de rôle,

¹⁰ Résultats de la recherche de l'IRC SPARC en République centrafricaine.

¹¹ Ce que disent les filles, child soldiers international.

DEMANDEZ :

- a. Que pensez-vous de ce scénario ? Est-ce que c'est ce qui se passe dans notre communauté ?

11. Discutez de la réaction des parents. Invitez ensuite un autre groupe de trois volontaires à jouer le même scénario et à ajouter tout élément ou réaction différente en fonction de ce qui se passe dans la communauté.

DEMANDEZ :

- a. Que pensez-vous de ce deuxième jeu de rôle ? S'agit-il de questions qui peuvent se poser dans notre communauté ?
- b. Comment la réaction de la famille et de la communauté affecte-t-elle la fille ?
- c. Comment la situation affecte-t-elle les parents ? Comment se sentent-ils ? Quels sont les défis auxquels ils sont confrontés ?
- d. Comment la situation affecte-t-elle le bébé ? Comment le comportement de la famille et de la communauté affecte-t-il sa vie actuelle ? Et sur son développement futur ?
- e. Quelles solutions les parents pourraient-ils utiliser pour soutenir leur fille ?

**12. DITES :**

- Avoir un bébé à un jeune âge peut déjà être un énorme défi en soi, tant pour la jeune mère que pour ses parents. En tant que parents, on peut éprouver toute une série de sentiments et d'émotions, de la colère à la culpabilité, en passant par l'insécurité et le rejet.
- En tant que parents, nous pouvons être confrontés à une stigmatisation sévère de la part de la communauté pour la situation de notre fille, mais il est crucial de se rappeler ce qu'elle a vécu, ce qu'elle ressent et comment la situation l'affecte.
- En tant que parents, nous devons aider notre enfant à faire face à sa situation et à sa maternité. Nous devons l'aider à apprendre à être une mère, tout en lui rappelant qu'elle est encore une enfant.
- En outre, la façon dont nous traitons le bébé aura des conséquences durables sur son développement et son bien-être et affectera également la relation que nous essayons de construire avec notre fille.
- Dans les prochaines sessions, nous examinerons ce que cela peut signifier en pratique.

Notes pour l'animateur 5 : Conséquences de l'association de l'enfant avec des groupes armés sur son bien-être, son développement et ses relations.



En fonction des contextes locaux, la vie quotidienne et les expériences des enfants impliqués dans les groupes armés peuvent être très diverses. Par conséquent, dans la liste ci-dessous, vous constaterez que certaines déclarations se contredisent. Ceci a pour but de vous aider à réfléchir à votre contexte : Adaptez la liste à votre réalité et utilisez uniquement les points qui reflètent cette réalité.

| | |
|--|--|
| Conséquences physiques | <ul style="list-style-type: none"> • Handicap physique • Blessures physiques, états de santé et maladies • Maladies sexuellement transmissibles (MST) • Malnutrition • Toxicomanie • Survivant de la violence sexiste |
| Conséquences émotionnelles | <ul style="list-style-type: none"> • Sentiments de culpabilité et de honte • Désensibilisation à la violence • Anxiété (anxiété de séparation, phobie scolaire, plaintes psychosomatiques, problèmes de sommeil, etc.) • Survivant de la violence sexuelle • Refus de chercher de l'aide • Colère • Crainte pour leur sécurité et leur avenir |
| Conséquences sur la santé mentale | <ul style="list-style-type: none"> • Problèmes de santé mentale • Trauma • Stress • Trouble de stress post-traumatique • Toxicomanie • Dépression • Crise de panique • Survivant de la violence sexuelle |
| Conséquences économiques | <ul style="list-style-type: none"> • Difficultés économiques |
| Conséquences relationnelles | <ul style="list-style-type: none"> • Survivant de la Violence sexuelle • Séparation du foyer/des soins • Stigmatisation, rejet • Solitude extrême • Isolation • Méfiance envers les adultes |
| Des conséquences qui peuvent être perçues comme positives par l'enfant. | <ul style="list-style-type: none"> • Attachement au groupe • Sentiment d'appartenance • Obtenir un soutien émotionnel grâce à ses pairs • Nouvelles formes de pouvoir • Nouveau sentiment d'autorité • Autonomie et liberté • Nouveau sentiment d'utilité et d'identité • Avantages économiques |

| | |
|--|---|
| Conséquences de la violence basé sur le genre | <ul style="list-style-type: none"> • Infections sexuellement transmissibles (IST) • Grossesse • Anxiété, dépression • Confiance et estime de soi minées • Traumatisme grave |
| Conséquences d'un traumatisme grave | <ul style="list-style-type: none"> ○ Anxiété ○ Isolation ○ Souvenirs récurrents et indésirables de l'événement traumatique. ○ Rêves bouleversants ou cauchemars à propos de l'événement traumatique ○ Détresse émotionnelle grave ou réactions physiques à quelque chose qui vous rappelle l'événement traumatique. ○ Pensées négatives sur vous-même, sur les autres ou sur le monde. ○ Désespoir face à l'avenir ○ Problèmes de mémoire, y compris l'oubli d'aspects importants de l'événement traumatique. ○ Difficulté à maintenir des relations étroites ○ Sentiment de détachement de la famille et des amis ○ Manque d'intérêt pour les activités que vous aimiez auparavant ○ Difficulté à éprouver des émotions positives ○ Sentiment d'engourdissement émotionnel ○ Conséquences physiques telles que perte d'appétit, difficultés à dormir |

Conséquences du retour de l'enfant à la maison

| | |
|---|---|
| Conséquences physiques | <ul style="list-style-type: none"> • Handicap physique • Blessures physiques ou états de santé et maladies aiguës ou chroniques |
| Conséquences émotionnelles | <ul style="list-style-type: none"> • Comportement agressif • Sentiments contradictoires de culpabilité, de honte et d'injustice, ou peur pour sa sécurité et son avenir. • Niveau élevé d'attachement au groupe armé • La peur des représailles des parents • La peur du réengagement |
| Conséquences matérielles/économiques | <ul style="list-style-type: none"> • Aucun accès aux possibilités d'éducation • Pas d'accès à l'emploi • Risque de détention • Manque de ressources et de moyens |
| Conséquences relationnelles | <ul style="list-style-type: none"> • Modification des relations et des comportements avec les membres du sexe opposé en raison de la violence sexuelle (pour les garçons et les filles). • Des relations modifiées avec les adultes et les pairs : La communauté peut percevoir l'enfant comme un adulte maintenant, alors qu'il a toujours les mêmes besoins de soins, de soutien et de protection, comme tous les autres enfants. |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Modification des relations avec les adultes et les pairs : La communauté et la famille ignorent le pouvoir, l'autonomie et l'indépendance dont l'enfant a bénéficié lorsqu'il était dans le groupe armé et tentent de le replacer dans les rôles et les relations qu'il avait avant de rejoindre le groupe. • Rejet de la communauté/famille. • Les expériences vécues par l'enfant peuvent entraver sa capacité à s'engager avec des enfants du même âge. • La communauté a le sentiment que l'enfant bénéficie d'un avantage injuste dans les programmes spécifiques destinés aux enfants. • Soutien limité par les pairs. • L'enfant est convaincu qu'il y a eu une rupture avec sa famille - nouvelle relation de dépendance vis-à-vis du groupe armé. • Stigmatisation liée aux handicaps. • Stigmatisation liée à la "valeur perdue" des filles (liée à leurs expériences sexuelles réelles ou présumées). • Retour à la maison, mais les stéréotypes sont fréquents et peuvent conduire à un nouveau retour en arrière. • Stigmatisation ou stéréotypes selon lesquels un enfant est possédé ou possède un mauvais esprit. • La suspicion de la communauté - les communautés craignent que l'enfant s'adonne à la violence après son retour chez lui. • La crainte de la communauté/famille que le groupe/la force armée retrouve l'enfant (en particulier s'il s'est échappé) et lui fasse du mal, ainsi qu'à sa famille. • L'isolement. • Discrimination familiale/communautaire. • Humiliation familiale/communautaire. • La solitude. • Stigmatisation de la famille et de la communauté. |
|--|--|

Clôture de la journée et évaluation (10 min)

Objectifs : Récapituler la journée et évaluer la session.

Matériel : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité 4](#).

Modalité :



Plénière

1. **DITES** : Je sais que la séance d'aujourd'hui n'a pas été facile et que certains d'entre nous ont pu se souvenir d'expériences tristes. Si vous souhaitez parler à quelqu'un, nous pouvons vous aider à trouver le bon soutien une fois la session terminée. N'hésitez pas à venir nous parler.
2. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.

3. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
4. Ensuite, prenez un marqueur et retirez les peurs qui commencent à être surmontées.
5. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
6. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
7. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Session 6

Notre rôle difficile en tant que parents



Session 6. Notre rôle difficile en tant que parents



Durée totale 1h  20 min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître et exprimer les difficultés que l'association de leur enfant avec un groupe armé pourrait poser sur les relations de leur famille et sur leur propre bien-être.
- Reconnaître, accepter et respecter leurs émotions par rapport à l'association de leur enfant avec un groupe armé.
- Reconnaître et accepter l'impact que des expériences telles que la guerre, les traumatismes, les pertes ou les déplacements ont sur leur bien-être et reconnaître leurs propres besoins émotionnels.

Aperçu des activités :

| | | |
|-----------|--|---------------|
| Session 6 | | TOTAL 800 min |
| Acte. 1 | Accueillir les participants | 10 min |
| Acte 2 | Reconnaître l'impact de l'environnement sur notre bien-être | 20 minutes |
| Acte 3 | Nos enfants et nous : Comment nous sentons-nous ? Que signifie leur implication dans les groupes armés pour nous et notre famille ? | 40 min |
| | Clôture de la journée et évaluation | 10 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1](#). [Activité 5](#).

Résumé de la session :

Maintenant que nous avons dressé un tableau des rôles, tâches, expériences et conséquences de ces expériences avec les groupes armés pour les enfants, il est temps pour les parents de réfléchir sur eux-mêmes. Nous ne pouvons pas prendre soin de nos enfants si nous ne reconnaissons pas les défis auxquels nous sommes confrontés en tant qu'adultes et en tant que parents. Les participants réfléchiront aux conséquences que le recrutement de leur enfant par un groupe armé pourrait avoir sur eux-mêmes, leur bien-être et leurs relations au sein du foyer. Ils réfléchiront aux défis qu'ils pourraient rencontrer lorsque l'enfant est absent, ainsi qu'à son retour à la maison.

Activité 1. Accueil des participants (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et rappeler ce dont nous avons discuté lors des sessions précédentes.

Modalité :



1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
5. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez quelques suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer ou une chanson.
3. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Reconnaître l'impact de l'environnement sur notre bien-être (20 min)

Objectifs : permettre aux participants de partager comment l'environnement dans lequel ils vivent et les expériences qu'ils vivent affectent leur propre bien-être.

Modalité :



1. **DITES** :
 - Les défis que nous avons explorés jusqu'à présent sont liés aux expériences de nos enfants lorsqu'ils sont impliqués dans des groupes armés et lorsqu'ils rentrent chez eux. Mais nous sommes également affectés par l'environnement dans lequel nous vivons.
2. **DEMANDEZ** :
 - a. Quels sont les problèmes ou les défis auxquels nous sommes confrontés chaque jour ?

Voici quelques réponses possibles : vivre dans une zone de conflit, avoir été témoin ou victime de violences, de l'insécurité de l'emploi, de déplacements, avoir perdu la plupart de nos biens, la perte de certains membres de notre famille et de nos amis, les menaces constantes d'attaques, etc.

- b. Comment ces expériences affectent-elles notre bien-être ? Comment se sentent-elles ?

Certaines réponses peuvent être : nous nous sentons dépassés, stressés, constamment menacés, en insécurité, vulnérables, etc.

- c. Comment ces sentiments affectent-ils notre vie et nos relations familiales et nos relations avec la communauté ?

3. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer. **DITES :**

- Outre les défis liés aux expériences de nos enfants, l'environnement dans lequel nous vivons affecte considérablement notre propre bien-être. Par exemple, le fait de vivre dans une zone de conflit peut nous rendre anxieux et stressés. Il est très important de reconnaître les défis auxquels nous sommes confrontés en tant que parents et en tant qu'êtres humains, ainsi que les émotions qui découlent de ces situations.
- Il est essentiel de reconnaître, d'admettre et de célébrer les efforts que nous faisons en tant qu'adultes et en tant que parents pour faire face à ces défis.
- Nous devons être conscients et honorer notre capacité, en tant qu'individus et en tant que membres de la famille et de la communauté, à vivre une vie fonctionnelle dans ces conditions difficiles, chaque jour.
- Dans le même temps, nous devons constamment veiller à ce que nos besoins soient satisfaits, prendre soin de notre bien-être et traiter rapidement tout problème qui pourrait survenir. Nous nous le devons à nous-mêmes, et nous ne pouvons pas non plus prendre soin de notre famille et de nos enfants, si nous ne prenons pas soin de nous-mêmes également.
- Nous ne sommes pas seuls : d'autres parents et adultes ressentent la même chose et connaissent les mêmes difficultés et défis.
- Au cours des prochaines sessions, nous nous concentrerons sur notre propre bien-être et réfléchirons à des stratégies pour relever ces défis, tout en travaillant sur nos relations avec nos proches.
- N'oubliez pas que si vous avez besoin d'un soutien supplémentaire, nous sommes là pour en discuter avec vous avant et après les séances, et qu'il existe d'autres services spécialisés qui peuvent vous aider à faire face à certains de ces défis et difficultés. Vous n'êtes pas seul !

Note : Si vous travaillez exclusivement avec des parents dont les enfants n'ont pas été recrutés par des groupes armés, mais pourraient être en danger, expliquez aux participants que l'activité suivante aborde plus directement les conséquences auxquelles les parents peuvent être confrontés lorsque leurs enfants sont recrutés. Même si ce scénario ne s'applique pas directement à leur vie, il est conseillé de réaliser cette activité car elle permettra de mieux comprendre les conséquences du recrutement. Expliquez que vous allez vous mettre à la place de ces parents dont les enfants rentrent chez eux et réfléchir aux défis qu'ils pourraient rencontrer et imaginer ce que cela signifie pour eux lorsqu'ils essaient de soutenir leur enfant.

Activité 3. Nos enfants et nous : Comment nous sentons-nous ? Que signifie leur association avec des groupes armés pour nous et nos familles ? (40 min)

Objectifs : reconnaître et exprimer les difficultés que le recrutement d'un enfant peut poser sur les relations au sein de la famille et sur le bien-être des parents ; en déduire que ces émotions sont partagées par d'autres, qu'elles sont normales et doivent être acceptées.

Modalité :



2. DITES :

- Nous avons vu ce que cela peut signifier pour nos enfants d'être impliqués dans des groupes armés, et quelles conséquences cela peut avoir pour eux et leur bien-être.
- Mais en tant que parents, cette expérience peut avoir de grandes conséquences pour nous, notre bien-être et nos relations au sein de la famille et à l'extérieur.
- Nous devons comprendre ces conséquences et, si nécessaire, y faire face pour être en mesure de prendre soin de nous-mêmes et de notre famille de manière appropriée.

3. Expliquez que vous allez lire quelques déclarations : ce sont des témoignages de parents d'enfants qui ont rejoint des groupes armés et sont rentrés chez eux, ils parlent de leurs propres luttes et défis. Ce sont de vraies voix de parents, elles sont tirées des résultats de discussions avec des parents comme eux dans différents



pays.

4. Lisez chacune des citations suivantes. Après chaque extrait, vous poserez des questions.

Extrait 1. " Nous sommes vraiment inquiets pour l'avenir de nos enfants. Quand votre enfant est dans le groupe armé et que vous n'avez rien à lui donner, ça fait mal. Moi et mon mari avons beaucoup de soucis car si nous ne trouvons pas quelque chose pour ces enfants, ils risquent un jour de réintégrer le groupe armé. Quand ils nous demandent quelque chose et que nous ne sommes pas en mesure de le leur donner, cela nous fait mal en tant que parents." – Mère des enfants.

Faites une pause de quelques minutes et posez les questions suivantes à l'ensemble du groupe :

5. DEMANDEZ :

- a. Quel défi le parent doit-il relever ?
- b. Comment le parent se sent-il et comment cela affecte-t-il son bien-être ?
- c. Comment une telle situation affecte-t-elle la relation entre le parent et son enfant ?
- d. Pensez maintenant aux autres membres de cette famille, comme les tantes, les grands-parents ou toute autre personne de la famille. Comment peuvent-ils être affectés si les parents ne peuvent pas subvenir aux besoins de l'enfant ?
- e. Qu'en est-il de sa relation avec les membres de la communauté ?

6. Ensuite, lisez les deux scénarios suivants l'un après l'autre.

Extrait 2. "Parfois, [lui et ses frères] se battent et se disputent entre eux. ...S'il demande de la nourriture et que ses frères disent qu'il n'y a pas de nourriture, il se met en colère et parfois il les bat. Nous nous mettons aussi en colère parfois, nous l'avons insulté et pendant presque deux semaines, il n'est pas rentré à la maison. ...Il ne se comportait pas comme ça avant.

...C'est son séjour dans le groupe qui a eu un impact sur son comportement." – Mère d'un d'un garçon.

Extrait 3. "Oui je suis très inquiet, même quand on était encore dans la brousse, on était très inquiet de son sort. Ecoutez, quand vous avez un enfant qui rejoint le groupe armé, quoi qu'il arrive son père pense à la mort." – Père d'un garçon – age 5.



RÉACTION DES PARENTS À L'ASSOCIATION DES ENFANTS AVEC DES GROUPES ARMÉS, À LA VIOLENCE SEXISTE ET À LA VIOLENCE CONTRE LES ENFANTS

Les parents dont les enfants ont été associés à des groupes armés peuvent réagir de manière très différente à leur retour chez eux. Lors de cette session, il se peut que les parents révèlent des cas de violence ou de négligence au sein du foyer et/ou révèlent des cas de violence envers les enfants ou de violence basée sur le genre.

Rappelez-vous que ces comportements ne sont en aucun cas acceptables et qu'ils doivent être traités en conséquence. Reférez-vous aux informations contenues dans le Constant Compagnon sur la manière de traiter ce genre de révélations. Ayez à portée de main le **plan d'orientation** élaboré avec le superviseur du programme.

7. Après avoir lu les deux scénarios ci-dessus, suivez la discussion avec les questions suivantes,

DEMANDEZ :

- a. Quels autres défis les parents peuvent-ils rencontrer lorsque leurs enfants rentrent chez eux après avoir rejoint un groupe armé ?
- b. Quel genre d'émotions peuvent ressentir les parents dont les enfants reviennent des groupes armés ?
- c. En tant que parents, comment savez-vous que vous ressentez de telles émotions ?
- d. Quelles difficultés les parents peuvent-ils rencontrer lorsque l'enfant recruté est une fille ?

N'oubliez pas de vous coordonner avec votre co-facilitateur pour noter les réponses dans votre carnet de notes.

Utilisez les informations contenues dans les [Notes de l'animateur6: Défis rencontrés par les parents](#) pour faciliter la discussion. Veillez à ne transmettre que les points qui ne sont pas ressortis de la conversation entre les participants.

8. Pour conclure, transmettez les points suivants, en veillant à les intégrer à ce qui est ressorti de la conversation entre les participants.



DITES :

- Lorsque nos enfants reviennent, nous pouvons éprouver une gamme d'émotions diverses et contradictoires : nous pouvons être heureux de leur retour mais effrayés par

le risque qu'ils nous rejoignent à nouveau. Nous pouvons leur en vouloir de ne pas s'être ouverts à nous, avoir honte de ce qui s'est passé ou être effrayés par leur comportement agressif.

- Il est important de reconnaître que les expériences et les sentiments que nous vivons sont normaux, qu'ils sont partagés par d'autres parents et que nous ne sommes pas seuls.
- Au cours des prochaines sessions, nous apprendrons à réfléchir à nos sentiments et à apprendre à les gérer.

Notes pour l'animateur 6 : Défis rencontrés par les parents



En fonction des contextes locaux, la vie quotidienne et les expériences des enfants associés aux groupes armés peuvent être très diverses, tout comme les conséquences pour nous, parents. Par conséquent, dans la liste ci-dessous, vous constaterez que certaines déclarations se contredisent. Ceci a pour but de vous aider à réfléchir à votre contexte : adaptez la liste à votre réalité et utilisez uniquement les points qui reflètent cette réalité.

Difficultés rencontrées par les parents

- Les parents peuvent ressentir une grande variété d'émotions différentes et contradictoires : Colère, tristesse, culpabilité envers eux-mêmes et envers l'enfant, peur, dégoût, regret, honte, haine, impuissance, amour, joie du retour de leur enfant, etc.
- Les parents peuvent avoir du mal à subvenir aux besoins de leurs enfants et craindre que leur incapacité à leur fournir ce qu'ils demandent ne les incite à rejoindre le groupe armé.
- Les parents peuvent craindre pour le bien-être et la sécurité de leur enfant.
- L'enfant peut être agressif et il y a des tensions dans le foyer.
- Les parents sont également affectés par le traumatisme et la perte, et ils peuvent utiliser des techniques de discipline sévères envers leurs enfants.
- L'enfant ne veut pas/ne parvient pas à s'ouvrir et les parents ont du mal à communiquer avec lui (session 10).
- Les parents ne comprennent pas le comportement de leurs enfants.
- La stigmatisation de la communauté implique que les parents se sentent isolés et rejetés.
- Les parents ont le sentiment que la communauté les rend responsables du comportement et des choix de leurs enfants.
- Les parents peuvent avoir du mal à comprendre le besoin d'indépendance et d'autonomie de leur enfant, en raison de son implication dans le groupe armé.

Défis liés à l'association des filles

- Les parents peuvent ressentir une grande variété d'émotions différentes et contradictoires : La colère, la tristesse, la culpabilité envers eux-mêmes et envers l'enfant, la peur, le dégoût, le regret, la honte, la haine, l'impuissance, l'amour, la joie du retour de leur fille, etc.
- Les parents peuvent avoir du mal à comprendre le besoin d'autonomie et d'indépendance que l'enfant a pu acquérir grâce à son expérience avec le groupe armé.
- La stigmatisation de la communauté implique que les parents se sentent isolés et rejetés.
- (Si l'enfant rentre à la maison avec un bébé/une femme enceinte) Les parents luttent pour équilibrer le rôle de leur enfant en tant que mère et en tant que fille.
- (Si l'enfant revient à la maison avec un bébé/une femme enceinte) Les parents ont des émotions contradictoires à propos de la mère et de l'enfant.
- (Si l'enfant revient à la maison avec un bébé/une femme enceinte) Les parents ne savent pas comment soutenir émotionnellement et matériellement la nouvelle mère et l'enfant.
- Si la communauté locale ne dispose pas d'installations sanitaires, les parents peuvent avoir du mal à subvenir aux besoins de la jeune fille ou à accéder aux traitements médicaux nécessaires.

Clôture de la journée et évaluation (10 min)

Objectifs : Récapituler la journée et évaluer la session.

Matériel : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de [4](#).

Modalité :



Plénière

1. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
2. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
3. Ensuite, éliminez les craintes qui commencent à être surmontées.
4. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
5. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
6. Merci à tous pour votre participation et votre engagement.

Session 7

**En action : Rassembler des idées
pour créer un environnement
familial positif et solidaire**



Session 7. En action :

Rassembler des idées pour créer un environnement familial positif et solidaire

Durée 2h 30 min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître la manière dont leur relation et leur comportement envers l'enfant influent sur les chances de recrutement et de réengagement de l'enfant.
- Réfléchir à la manière dont leurs comportements facilitent la réintégration des enfants dans l'environnement familial et empêchent un nouveau recrutement.
- Indiquer les stratégies qu'ils utilisent pour répondre à leurs propres besoins et assurer leur bien-être.

Aperçu des activités :

| | | |
|-----------|--|---------------|
| Session 7 | | TOTAL 150 min |
| Acte 1 | Accueillir les participants | 10 min |
| Acte 2 | Construire des relations familiales saines, solidaires et aimantes | 30 minutes |
| Acte 3 | Comment des relations familiales saines, solidaires et aimantes peuvent réduire le risque d'engagement des enfants dans les groupes armés. | 40 min |
| Acte 4 | Les relations familiales peuvent-elles réduire le risque de recrutement forcé ou d'enlèvement ? | 20 minutes |
| Acte 5 | Comment des relations familiales saines, solidaires et aimantes peuvent remédier à certaines conséquences de l'expérience de nos enfants avec les groupes armés. | 40 min |
| | Clôture de la journée et évaluation | 10 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4.](#)
- Reproduisez sur deux tableaux de papier les images du [Pictogramme pour les animateurs 7 :Risques et comportements \(voiractivité 3\).](#) et placez-les dans un endroit visible par tous.
- Reproduisez sur deux tableaux de papier les images du [Pictogramme pour les animateurs 8 :Conséquences et comportements \(voir activité 4\).](#) et placez-les dans un endroit visible par tous.

Résumé de la session :

Cette session introduit la deuxième partie de l'atelier, dans laquelle les parents discutent des approches qu'ils utilisent pour construire un environnement familial favorable. La session commence par un rappel des principaux points que les parents ont mis en évidence lors des dernières sessions : a. [Les raisons de rejoindre un groupe armé](#) ; b. Les conséquences de l'expérience au sein du groupe armé pour l'enfant ; c. Les conséquences pour les parents et l'impact de l'environnement extérieur sur leur bien-être et leurs relations. A partir de ces points de départ, les parents reconnaissent leur démarche pour la construction d'un environnement familial positif et solidaire, pour prévenir le recrutement et soutenir la réintégration.



CONSEILS POUR FACILITER LA SESSION 7

Cette session peut être un peu difficile à animer, car il vous est demandé de rappeler ce que les participants ont dit et discuté lors des dernières sessions et de les aider à relier ces points à des approches pratiques de la vie familiale. Par conséquent, pour vous aider à animer les discussions, vous devriez :

- Préparez précisément la session avec votre co-animateur.
- Coordonnez les différentes tâches, en vous assurant qu'avant de commencer à mettre en œuvre les activités suivantes, les différents tableaux présentés dans les pages suivantes sont tous contextualisés et tous intégrés aux points que les parents ont mis en évidence au cours des sessions précédentes (vous trouverez des indications sur cet aspect dans chacune des activités suivantes).
- Veillez à ce qu'un animateur coordonne la discussion, tandis que l'autre se charge de lire les informations ou les notes nécessaires.
- Prenez note des principaux points générés par les groupes.
- Veillez à pratiquer la session à l'avance avec votre co-facilitateur.

Activité 1. Accueil des participants (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et rappeler ce dont nous avons discuté lors des sessions précédentes.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez quelques suggestions dans le Constant Compagnon. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer une courte activité.
4. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Construire des relations familiales saines, solidaires et aimantes (30 min)

Objectifs : Permettre aux participants de partager ce qu'ils identifient comme une famille saine, solidaire et aimante ; réfléchir aux comportements et aux actions que chaque membre de la famille incarne pour réaliser des relations familiales saines, solidaires et aimantes.

Modalité :



NOTRE FAMILLE

La famille idéale n'existe pas : Chaque famille est unique et peut s'épanouir de différentes manières. Mais il existe des éléments communs qui peuvent contribuer à des relations et à une vie de famille saines, solidaires et aimantes. Réfléchissez avec les parents de votre groupe aux valeurs familiales qui sont importantes dans votre communauté. Si nécessaire, vous pouvez suggérer certains des points suivants et les adapter à votre contexte et à votre communauté.

*Communication ouverte et honnête entre les membres de la famille. Chacun est entendu de la même manière, sans discrimination fondée sur le genre, l'âge ou les capacités.

Respect et appréciation mutuels. Chaque voix, opinion et émotion est reconnue et respectée. Pas d'humiliation, de honte ou de culpabilisation.

*Chaque personne est encouragée ; chacun est mis en situation de trouver ses propres forces.

*Les membres de la famille se font mutuellement confiance.

*Chaque personne est encouragée à apprendre à faire les bons choix de manière indépendante. Chacun essaie d'identifier ce qui est juste et d'agir en conséquence. De plus, les enfants et les adultes sont encouragés à parler à un membre de la famille ou à un adulte de confiance et à demander du soutien lorsqu'ils ne savent pas comment prendre la bonne décision.

*Lorsque les problèmes qui se posent dans la famille sont résolus ensemble, mais que chacun dispose également d'un espace pour sa vie privée et son indépendance.

* Tous les membres de la famille ont des droits ainsi que des responsabilités et méritent le respect ; les membres de la famille ne sont pas traités différemment en fonction de leur genre, de leurs capacités ou de leur âge.

Il n'est pas conseillé de faire usage de punitions sévères, ni de violence d'aucune sorte, à l'encontre de l'un des membres de la famille.



1. DEMANDEZ :

- a. Comment imaginez-vous une famille saine, solidaire et aimante ?
- b. Dans une famille saine, qu'attendent les parents de leurs enfants ?
- c. Dans une famille saine, comment les parents se comportent-ils avec leurs enfants ?
- d. Dans une famille saine, qu'est-ce que les enfants attendent de leurs parents ?

- e. Dans une telle famille, comment les enfants se comportent-ils envers leurs parents ?

Si vous estimez que certains points culturellement pertinents ne sont pas ressortis de la conversation, utilisez les informations contenues dans l'**encadré des conseils : Notre famille** pour les intégrer à la discussion. N'oubliez pas que votre rôle est d'encourager le partage et l'apprentissage entre pairs (participants), plutôt que de faire un cours magistral : n'utilisez les notes que si vous pensez que certains aspects cruciaux n'ont pas été transmis.

2. DITES :

- Au cours des prochaines sessions, nous nous attacherons à partager et à apprendre les uns des autres certaines des stratégies que vous pouvez utiliser pour construire une famille saine, solidaire et aimante.
- Nous étudierons les approches que vous utilisez pour :
 - Communiquer et écouter nos enfants.
 - Comprendre et gérer les émotions, et les techniques de relaxation pour faire face au stress.
 - Faire preuve de respect et d'appréciation.
 - Réssoudre les problèmes ensemble.
 - Éviter la violence et trouver des moyens positifs de guider le comportement de nos enfants.
 - Faire un budget familial et économiser de l'argent ensemble.
 - Apprendre à faire les bons choix.
 - Établir des relations de confiance.
- Chacune de ces pratiques contribue de différentes manières à la construction d'une famille aimante, solidaire et attentive.



DES QUESTIONS QUI DOIVENT ÊTRE TRAITÉES SÉPARÉMENT

Certains problèmes tels que la violence domestique, la violence liée au genre, la maltraitance des enfants, etc. peuvent se poser ici, mais vous ne pouvez pas les aborder en tant que facilitateur. Ayez le Plan d'orientation à portée de main pour aborder ces questions.



LES RELATIONS FAMILIALES DANS LE CONTEXTE LOCAL

Dans certains contextes, les parents peuvent décrire une famille idéale comme une famille où les enfants font preuve de respect envers les parents. La signification du respect peut varier d'un endroit à l'autre. Dans certains endroits, le respect peut être interprété comme étant unidirectionnel : les enfants doivent faire preuve de respect envers les adultes, mais les adultes ne doivent pas faire preuve de respect envers les enfants. Par conséquent, les enfants ne sont pas censés être entendus, ni exprimer leurs émotions ou leurs sentiments, et les parents - surtout les pères - ne sont pas censés écouter leurs enfants. Les parents sont censés imposer la discipline et être le guide moral de la famille.

Si tel est le cas dans votre contexte, il est important d'aborder cet aspect ici et tout au long des prochaines sessions. Demandez aux participants : Qu'attendez-vous de vos enfants ? S'ils mentionnent le respect, rappelez-leur ce que nous avons appris dans les sessions 2 et 3 : les enfants apprennent largement à se comporter à travers le comportement de leurs parents. Si, en tant que parents, nous traitons les enfants avec respect, nous les écoutons et nous leur donnons l'espace nécessaire pour exprimer leurs sentiments et leurs émotions, nous pouvons nous attendre à ce que nos enfants se comportent en conséquence et nous montrent du respect.

Ne vous inquiétez pas : cet aspect sera également traité dans d'autres sessions et nous aurons de nombreuses occasions de le revoir au cours du programme.

Activité 3. Comment des relations familiales saines, solidaires et aimantes peuvent réduire le risque d'engagement des enfants dans les groupes armés (40 min)

Objectifs : analyser comment des relations familiales saines, solidaires et aimantes peuvent contribuer à lutter contre certains des facteurs de risque d'association des enfants avec des groupes armés.

Matériel : Reproduisez sur deux tableaux de papier les images du [Pictogramme pour les animateurs 7:Risques et comportements \(voirci-dessous\)](#), et placez-les dans un endroit visible par tous.

Modalité :



Travail en groupe

Pictogramme pour les animateurs 7 : Risques et comportements

Si possible, vous pouvez reproduire les deux pictogrammes suivants sur un tableau de papier et les placer à un endroit visible pour que les participants se souviennent de ce sur quoi ils doivent se concentrer.

Risques pour l'enfant :



Le comportement de la famille face à ces risques



1. DITES :

- Voyons comment la "famille" dont nous avons parlé dans l'activité précédente peut contribuer à réduire le risque que les enfants rejoignent un groupe armé.
- N'oubliez pas : La responsabilité des actes de votre enfant ne repose pas entièrement sur vos épaules ! Il y a des éléments que nous pouvons influencer, mais d'autres sur lesquels nous n'avons pas beaucoup de contrôle.
- Par exemple, comme vous vous en souvenez peut-être, nous avons vu que les difficultés économiques peuvent pousser un enfant à rejoindre un groupe armé. C'est

un facteur difficile à gérer et pour lequel nous pourrions avoir besoin d'un soutien approprié.

- Nous allons maintenant discuter des moyens par lesquels nos comportements réduisent les risques que nos enfants rejoignent des groupes armés.

2. Invitez les participants à former 4 groupes.

3. Expliquez que vous allez lire deux scénarios. Deux groupes doivent travailler sur le premier scénario, et deux sur le second.

4. Invitez les groupes 1 et 2 à travailler sur le scénario suivant. Lisez à haute voix :



Farid est un garçon de 15 ans. Depuis que la guerre a commencé, sa famille a perdu sa maison et ses terres et a été déplacée ailleurs. L'enfant s'est retrouvé de plus en plus isolé et seul. Dans le quartier où ils vivent maintenant, ses camarades se moquent de lui, le frappent et le renvoient parce qu'il appartient à un groupe minoritaire qui fait l'objet de discrimination dans cette région du pays.

5. Ensuite, invitez les groupes 3 et 4 à travailler sur le scénario suivant. Lisez à haute voix :



Jamal est une jeune fille de 12 ans. Ses parents ont décidé qu'il était temps pour elle d'arrêter d'aller à l'école et prévoient de la marier avec un ami du père de Jamal, mais Jamal ne veut pas. Elle aimerait étudier, aller à l'école et être avec ses amis.

6. Invitez-les à discuter des points suivants en groupes (montrez le [pictogramme pour les animateurs 7:Risques et comportements, si possible](#)) :

- a. Quels sont les risques auxquels l'enfant est confronté et qui pourraient l'amener à rejoindre un groupe armé ?
- b. Que pourrions-nous faire dans la famille ou dans la communauté pour aborder ces questions ?

7. Expliquez-leur qu'ils disposent de 15 minutes pour discuter de ces points. Une personne de chaque groupe présentera les idées du groupe, la présentation ne devrait pas prendre plus de 5 minutes.

Coordonnez avec votre **co-facilitateur** pour faire le tour des groupes et vous assurer que les instructions ont été comprises.

8. Après 15 minutes, invitez chaque groupe à présenter ses idées. Prenez des notes dans votre carnet de notes.

9. A la fin des présentations, réfléchissez à ce qui est ressorti des présentations et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de

suggérer. **DITES :**



[Modifiez le texte entre [parenthèses] ci-dessous et intégrez les risques et les comportements suggérés par les parents au cours de cette activité, en utilisant les notes que vous avez prises dans votre carnet].

- Grâce à des relations familiales empreintes d'amour, de soutien et d'attention, nous pouvons lutter contre certains des risques que nos enfants rejoignent un groupe armé.

- Par exemple, Farid risque d'être recruté par un groupe armé parce que **[sa famille est pauvre et il ne peut pas subvenir aux besoins de ses parents ; il se sent seul, isolé et il est victime de discrimination de la part de ses pairs ; il pourrait penser qu'en s'engageant, il trouvera un groupe auquel appartenir, et peut-être aussi gagner un peu d'argent pour aider ses parents]**.
- En **[parlant à Farid, en lui demandant ce qu'il ressent, en lui montrant de l'amour et du soutien, en essayant de résoudre ses problèmes ensemble et en trouvant ensemble des moyens de surmonter ses difficultés]**, nous pouvons faire en sorte que Farid se sente plus confiant et l'aider à faire les bons choix dans la vie, et éviter de rejoindre un groupe armé. Par exemple, les parents pourraient discuter avec Farid des moyens de résoudre le problème, et ensemble ils pourraient convenir de participer à des séances de groupe avec une organisation qui soutient les adolescents ; ou ils pourraient convenir de l'aider à trouver un centre sportif qu'il pourrait rejoindre.
- De même, **[Jamal pourrait penser que le seul moyen d'échapper à un mariage forcé est de rejoindre un groupe armé]**.
- En tant que parents, nous pourrions **[écouter Jamal, la respecter en tant que fille et la traiter sur un pied d'égalité ; son père et sa mère pourraient engager une conversation avec elle pour connaître ses besoins et identifier ensemble les moyens d'y répondre]**. De cette façon, nous pouvons contribuer à réduire le risque qu'elle rejoigne un groupe armé.



DES QUESTIONS QUI DOIVENT ÊTRE TRAITÉES SÉPARÉMENT

Certains problèmes tels que la violence domestique, la violence liée au genre, la maltraitance des enfants, etc. peuvent se poser ici, mais vous ne pouvez pas les aborder en tant que facilitateur. Ayez le Plan d'orientation à portée de main pour aborder ces questions.

Activité 4. Les relations familiales peuvent-elles réduire le risque de recrutement forcé ou d'enlèvement ? (30 min)

Objectifs : réfléchir aux situations qui pourraient exposer les enfants à un risque d'enlèvement ; identifier le rôle de la famille dans la réduction de ce risque.

Modalité :



1. **DITES** : (Histoire ouverte)

Manuel est un garçon de 15 ans. Il aime jouer au football, il a beaucoup d'amis et, même s'il n'aime pas les mathématiques et les sciences, il est heureux d'aller à l'école et aide la famille en travaillant dans une station-service le week-end.

Un soir, alors qu'il rentrait tard du travail, il a pris un raccourci par une petite route secondaire. Une voiture s'est approchée rapidement, et il a été obligé de monter dedans. Depuis lors, il est contraint de travailler comme combattant pour un groupe armé local, sans pouvoir communiquer plus longtemps avec sa famille et ses amis.

2. **DEMANDEZ** :

- a. Cette situation est-elle courante dans notre contexte ?
- b. Quelles circonstances peuvent mettre les enfants en danger d'être enlevés par des groupes armés ?
- c. Pensez-vous qu'il y a quelque chose que la famille peut faire pour prévenir ces problèmes ?

3. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer. **DITES** :

- Dans des cas comme celui-ci, il peut sembler que la famille n'a pas la capacité d'empêcher l'enlèvement.
- En même temps, en étant ouverts envers nos enfants et en communiquant avec eux, nous pouvons discuter ensemble de ce que nous pensons et de ce qu'ils pensent être des comportements ou des situations qui pourraient être à risque et trouver des moyens de les aider à éviter ces risques.
- Nous aborderons ces approches plus tard dans le programme, dans la session 14, lorsque nous parlerons de la résolution de problèmes avec nos enfants, mais nous voulions vous rassurer sur le fait que l'enlèvement est également une préoccupation que nous pouvons essayer d'explorer ensemble, et aborder en tant que famille.

Activité 5. Comment des relations familiales saines, solidaires et aimantes peuvent remédier à certaines des conséquences de l'expérience de nos enfants avec les groupes armés (40 min)

Objectifs : analyser comment des relations familiales saines, solidaires et aimantes peuvent contribuer à relever les défis auxquels les enfants sont confrontés en raison de leur association avec des groupes armés.

Matériel : Reproduisez sur deux tableaux de papier les images du [Pictogramme pour les animateurs8:Conséquences et comportements \(voirci-dessous\)](#), et placez-les dans un endroit visible par tous.

Modalité :



Travail en groupe

Pictogramme pour les animateurs 8 : Conséquences et comportements

Mise en page/design : un symbole pour les conséquences/résultats du recrutement

Symbole du comportement des parents/des relations familiales

1. DITES :

- Vous avez maintenant présenté certains des comportements qui contribuent à la construction d'une famille saine, solidaire et aimante, et comment ces comportements pourraient nous aider à empêcher un enfant de rejoindre un groupe armé.
- Voyons comment une famille aimante et solidaire pourrait également nous aider à relever les défis dus aux conséquences et aux résultats auxquels les enfants sont confrontés en raison de leur implication dans des groupes armés.

2. Expliquez que vous allez suivre le même processus que pour l'activité précédente.

3. Invitez les participants à former 4 groupes.

4. Lisez à haute voix : 

Princesse a rejoint un groupe armé à l'âge de 14 ans parce qu'elle a fait la connaissance de Rima [nom féminin], le commandant de 20 ans d'un des groupes de l'armée de libération. Elle admirait son autorité, son indépendance et son pouvoir, ainsi que le fait qu'en tant que femme, elle pouvait faire les mêmes choses que les hommes, et elle était respectée par tous les membres du groupe, hommes et femmes.

Lorsque Princesse a rejoint le groupe, elle était chargée de préparer la nourriture pour le groupe, et elle a rapidement épousé un commandant du groupe et a eu un enfant avec lui. Quelques mois plus tard, elle a été chargée de diriger un petit groupe de jeunes combattants. Aujourd'hui, la princesse a 17 ans. Son mari est mort, le conflit est terminé, elle est retournée dans sa communauté et a rejoint des proches (ou une famille d'accueil), car on cherche toujours à retrouver ses parents.

5. Expliquez qu'en groupes, ils doivent discuter des points suivants (montrez le **pictogramme pour les animateurs : Conséquences et comportements, si possible**) :

- a. Quels sont les obstacles à la réintégration dans sa famille et sa communauté auxquels Princesse pourrait être confrontée ?
 - b. Quels défis les parents ou les parents d'accueil pourraient-ils rencontrer, à la suite du recrutement de Princesse ?
 - c. Que pourraient faire les parents pour relever leurs défis et ceux de leur fille ?
6. Expliquez-leur qu'ils disposent de 15 minutes pour discuter de ces points. Une personne de chaque groupe doit présenter les idées du groupe, la présentation ne doit pas prendre plus de 5 minutes.

Coordonnez avec votre **co-animateur** pour faire le tour des groupes et vous assurer que les instructions ont été comprises. Si nécessaire, lisez l'histoire plus d'une fois.

7. Après 15 minutes, invitez chaque groupe à présenter ses idées. Prenez des notes dans votre carnet de notes.
8. A la fin des présentations, réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer.



DITES :

[Modifiez le texte entre [parenthèses] ci-dessous et intégrez les défis et les comportements suggérés par les parents au cours de cette activité, en utilisant les notes que vous avez prises dans votre carnet].

- Grâce à des relations familiales empreintes d'amour, de soutien et d'attention, nous pouvons relever certains des défis auxquels nos enfants peuvent être confrontés après avoir été recrutés par un groupe armé.
- Par exemple, Princesse peut être confrontée à divers défis lors de son retour dans la communauté : **[En tant que fille, elle risque d'être rejetée et stigmatisée par sa famille et sa communauté en raison de son rôle dans le groupe armé, et ce rejet est d'autant plus fort qu'elle rentre à la maison avec un enfant ; elle peut également avoir du mal à trouver sa place dans la communauté parce qu'elle a connu un degré de liberté et d'autonomie plus élevé avec le groupe armé que ce qui est normalement permis aux filles de sa communauté, et elle peut avoir du mal à accepter un traitement inégal par rapport à ses pairs masculins ; Princesse peut avoir du mal à s'intégrer à nouveau et à faire ce que l'on attend normalement des filles dans la communauté locale].**
- **[De plus, les expériences vécues ou endurées pendant le temps passé avec le groupe armé peuvent avoir un impact important sur le bien-être mental et physique de la jeune fille : elle peut souffrir de traumatismes, elle peut être une survivante de la violence et des abus].**
- Par l'amour, le respect, la confiance, la communication et en traitant Princesse de la même manière que ses camarades masculins, les parents peuvent l'aider à trouver sa place auprès de ses proches et dans la communauté. Les parents peuvent impliquer les frères et sœurs et la famille élargie ou les membres de la communauté dans un dialogue visant à être ouvert et à accepter sa réintégration, en évitant la discrimination et la stigmatisation. Ces approches permettent à Princesse de se sentir chez elle et accueillie, et l'aident à relever les défis qu'elle pourrait rencontrer à son retour.

- En tant que parents, nous devons réfléchir à la manière dont nos comportements peuvent faire en sorte que nos enfants se sentent bien accueillis à leur retour à la maison, tout en gérant leurs besoins permanents en matière de soins.

9. Pour conclure,

DITES :

- Dans les prochaines sessions, nous discuterons des comportements que vous pouvez utiliser pour contribuer à construire ensemble des relations familiales aimantes. Nous apprendrons les uns des autres et partagerons nos succès et nos défis.
- En particulier, nous examinerons les approches que vous utilisez pour :
 - Communiquer et écouter nos enfants.
 - Comprendre et gérer les émotions, et les techniques de relaxation pour faire face au stress.
 - Faire preuve de respect et d'appréciation.
 - Résolver les problèmes ensemble.
 - Éviter la violence et trouver des moyens positifs de guider le comportement de nos enfants.
 - Faire un budget familial et économiser de l'argent ensemble.
 - Apprendre à faire les bons choix.
 - Établir des relations de confiance.



DES QUESTIONS QUI DOIVENT ÊTRE TRAITÉES SÉPARÉMENT

Certains problèmes tels que la violence domestique, la violence liée au genre, les mauvais traitements infligés aux enfants, etc. peuvent surgir ici, mais vous ne pouvez pas les aborder en tant que facilitateur. Ayez le Plan d'orientation à portée de main pour aborder ces questions.

Clôture de la journée et évaluation (10 min)

Objectifs : Récapituler la journée et évaluer la session.

Matériel : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité4](#).

Modalité :



Plénière

1. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
2. **Si les points suivants n'ont pas été rappelés, DITES :**
 - N'oubliez pas qu'un environnement familial, harmonieux et aimant a un effet dissuasif sur le recrutement et sur plusieurs autres "comportements à risque".
 - La violence au sein de la famille est l'un des facteurs qui poussent les enfants à s'inscrire.
 - Le sentiment de proximité dans un environnement familial aimant est l'un des principaux facteurs influençant une réintégration réussie.

- Le fait d'être reconnu et valorisé et de se sentir reconnu et respecté dans la famille sont d'autres facteurs qui peuvent fortement contribuer à la réintégration d'un enfant dans sa famille et sa communauté et peuvent empêcher son recrutement.
3. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention dessus et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
 4. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
 5. Demandez-leur ensuite d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
 6. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
 7. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Session 8

Besoins spécifiques au genre, réponses spécifiques au genre



Session 8. Besoins spécifiques au genre, réponses spécifiques au genre

Durée 3h 15 min

Il s'agit d'une session très riche et longue. Dans de nombreux contextes, le genre peut être un sujet sensible et les conversations et discussions entre parents peuvent prendre encore plus de temps que prévu. Nous vous recommandons d'envisager de diviser cette session en deux et de la mener en deux rencontres. Si vous le faites, n'oubliez pas de toujours commencer la session par un moment de bienvenue.

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître les approches ciblées pour répondre aux défis, aux besoins et aux aspirations propres à chaque genre.
- Reconnaître les besoins uniques de chaque fille.

Aperçu des activités :

| | | |
|------------------|---|---------------|
| <i>Session 8</i> | | TOTAL 195 min |
| <i>Acte. 1</i> | Accueillir les participants | 10 min |
| <i>Acte 2</i> | Répondre aux besoins et défis uniques de nos filles | 40 min |
| <i>Acte 3</i> | Les filles qui rentrent chez elles après avoir été recrutées par des groupes armés : Répondre à leurs défis et à leurs besoins - PARTIE 1 | 50 minutes |
| <i>Acte 4</i> | Les filles qui rentrent chez elles après avoir été recrutées par des groupes armés : Répondre à leurs défis et à leurs besoins - PARTIE 2 | 40 min |
| <i>Acte 5</i> | Activité 5. Répondre aux besoins des filles qui rentrent chez elles avec un bébé, et aux besoins du bébé/de l'enfant | 40 min |
| | Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4.](#)
- Exemplaires du [document sur les pratiques domestiques : L'égalité de genre au sein du foyer.](#)

Résumé de la session :

Cette session commence par un récapitulatif des besoins des enfants, et de leurs expériences, risques et défis tels que partagés par les participants lors des sessions précédentes. Les participants reconnaissent les besoins spécifiques et individuels des filles et discutent des réponses culturellement appropriées, pertinentes et efficaces qu'ils peuvent mettre en œuvre au sein des relations familiales pour répondre à ces besoins et relever les défis auxquels elles peuvent être confrontées.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et rappeler ce dont nous avons discuté lors des sessions précédentes.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez ci-dessous un exemple. Vous trouverez d'autres suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un énergisant.
4. Invitez les participants à se promener en secouant librement les bras et les jambes et en se détendant.
5. Après un court moment, criez : "Trouvez quelqu'un..." et nommez un vêtement. Par exemple : "Trouvez quelqu'un qui porte des chaussures noires".
6. Expliquez-leur qu'ils doivent se précipiter pour se tenir près de la personne décrite. Répétez cet exercice plusieurs fois en utilisant différents types de vêtements. Vous pouvez également utiliser des couleurs à la place des vêtements, ou des informations sûres et inoffensives sur les participants que le reste du groupe doit connaître, par exemple "trouvez quelqu'un qui a trois enfants" ou, "trouvez le plus jeune du groupe", ou "trouvez quelqu'un qui possède une vache".¹²
7. Demandez à quelques volontaires de se rappeler ce qui a été discuté lors de la session précédente.

¹² Adapté de Alliance, (n.a.). 100 façons de dynamiser les groupes : Jeux à utiliser dans les ateliers, les réunions et la communauté. <https://resourcecentre.savethechildren.net/library/100-ways-energise-groups-games-use-workshops-meetings-and-community>.

Activité 2. Répondre aux besoins et défis uniques de nos filles (40 min)

Objectifs : rappeler les besoins spécifiques des filles à différents stades de leur développement ; réfléchir à l'impact de l'inégalité de genre au sein du foyer.

Modalité :



1. **DITES :**

- Dans les sessions précédentes, nous avons vu que les filles ont des besoins et des vulnérabilités spécifiques.

2. **DEMANDEZ :**

- a. Pouvez-vous rappeler certains des besoins spécifiques aux filles ?
([voir les activités 2](#) et [3 de la session 1](#)).

3. **DITES :**



- Dans certains contextes et cultures, les filles sont élevées différemment des garçons. Par exemple, les parents se comportent différemment envers leurs filles ou leurs fils, ou on attend des filles qu'elles prennent certains emplois et pas d'autres, et il en va de même pour les garçons.
- C'est parce que nous, en tant que parents, avons été élevés d'une certaine manière, et que nous continuons à renforcer la façon dont les filles et les garçons sont perçus dans notre société.
- D'autre part, nous avons vu que les recherches montrent que, biologiquement, les filles et les garçons ne sont pas très différents. La façon dont nous les voyons et les traitons différemment découle principalement des différents rôles et responsabilités que la société attribue aux filles et aux garçons.
- Ces rôles que nous attribuons aux filles et aux garçons au sein de la famille et à l'extérieur déterminent la manière dont ils sont traités, les attentes que nous avons à leur égard, les privilèges et les opportunités qu'ils sont en droit de recevoir ou la manière dont ils sont censés se comporter. Ces attentes sont fondées sur les stéréotypes de genre concernant les garçons et les filles dans notre société.
- Les stéréotypes de genre sont des idées généralisées sur les caractéristiques, les attributs ou les rôles que toutes les femmes ou tous les hommes devraient posséder ou les rôles que les femmes ou les hommes devraient couvrir.
- Par exemple, un stéréotype consiste à supposer que tous les garçons sont courageux et que toutes les filles sont attentionnées.
- Ces idées trop simplifiées ne reflètent souvent pas ce que les filles et les garçons, ou les hommes et les femmes, ressentent et veulent, ou ce qu'ils sont. Par conséquent, elles affectent l'estime de soi de la personne, son bien-être, sa liberté et la jouissance de ses droits fondamentaux.
- En raison de la manière dont notre société voit et traite les garçons et les filles, ceux-ci ont des besoins différents et sont exposés à des risques potentiels différents.
- Les filles sont souvent affectées négativement par ces stéréotypes culturels liés au genre : On attend souvent d'elles qu'elles soient soumises, qu'elles

soient dépendantes ; elles ont moins de privilèges, moins de liberté et moins de poids dans la prise de décision.

4. **DEMANDEZ :**

- a. Que se passe-t-il lorsque nous traitons nos filles différemment de nos fils ? Lorsque nous donnons à nos fils plus d'opportunités, de liberté et d'autorité ?
 - b. Comment cela peut-il affecter négativement nos filles ?
5. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer.

DITES : 

- L'inégalité dans la façon dont nous traitons nos enfants dit à nos filles qu'elles sont moins dignes ou moins capables. Cela réduit leur estime de soi.
 - Lorsque les filles sont traitées différemment des garçons, elles sont également plus exposées aux abus et à la violence domestique.
 - Si vous vous souvenez, nous avons vu que ce sont tous des facteurs qui peuvent pousser une fille à rejoindre des groupes armés : Une faible estime de soi, le manque de liberté, d'autonomie et de pouvoir, l'exclusion du sentiment de faire pleinement partie du foyer et la violence et les abus au sein du foyer sont autant de facteurs qui peuvent conduire une fille à être plus facilement recrutée par des groupes armés.
 - Chaque fille et chaque garçon mérite une chance égale de bien grandir. En même temps, si toutes les filles ont moins de chances, une fille n'est pas la même qu'une autre : chaque fille est unique, et nous devons réfléchir à ce dont elles ont besoin en tant que filles et en tant qu'individus.
6. **DEMANDEZ :**
- a. Comment pensez-vous que l'inégalité au sein du foyer et de la communauté affecte nos fils ?
7. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent

de suggérer. **DITES :** 

- Les garçons sont également affectés négativement par l'inégalité entre le genre : La société attend d'eux qu'ils agissent d'une certaine manière - très souvent qu'ils soient durs, qu'ils ne montrent pas leurs émotions et qu'ils ne fassent pas preuve de faiblesse. Ils peuvent donc se sentir sous pression pour jouer ces rôles et ne peuvent pas exprimer librement qui ils sont.
 - Cela peut conduire à un comportement plus agressif et à l'abus de substances, à des problèmes de santé mentale et à des difficultés à demander de l'aide en cas de besoin.
 - En étant conscients des stéréotypes liés au genre et en essayant de les combattre, en construisant un environnement égalitaire dans lequel les fils et les filles, ainsi que les pères et les mères, ont les mêmes chances, reçoivent le même respect, la même liberté et la même autonomie, nous offrons à chaque membre de la famille plus de chances de s'épanouir, une meilleure qualité de vie et nous réduisons les risques de recrutement des garçons et des filles par les forces armées.
8. **DEMANDER : Que pouvons-nous faire, dans notre foyer, pour traiter les filles et les garçons de manière égale ? Comment pouvons-nous leur donner les mêmes chances dans la vie ?**
9. Laissez les participants discuter. Voici quelques exemples que vous pouvez donner :

- Veillez à ce que les règles de la maison soient les mêmes pour vos fils et vos filles du même âge - par exemple, les filles et les garçons du même âge doivent rentrer à une certaine heure le soir.
- Attribuez des tâches ménagères et des responsabilités similaires aux fils et aux filles - les filles comme les garçons peuvent être chargés des tâches ménagères.
- Assurez-vous que les attentes, les objectifs de vie et les possibilités sont les mêmes pour vos fils et vos filles - par exemple, les garçons et les filles peuvent aspirer à devenir médecins ou être autorisés à aller à l'école.
- Demandez-vous si j'implique ma fille autant que mon fils dans les décisions familiales. Est-ce que je laisse mes fils prendre plus de décisions concernant leur vie que je ne le fais pour mes filles ?
- Aidez vos fils et vos filles à comprendre et à exprimer toute une gamme d'émotions - par exemple, les garçons et les filles sont autorisés à pleurer et à montrer leur fragilité.
- Dans la mesure de vos capacités, plaidez pour un traitement égal des garçons et des filles dans votre communauté. Soulignez les problèmes qui, selon vous, reflètent un traitement injuste des filles, ou une vision trop simpliste de ce que les filles et les garçons devraient faire, ou de la façon dont ils devraient se comporter. Par exemple, si vous voyez un ami proche traiter différemment ses fils et ses filles, discutez-en avec lui.
- Soyez vous-même un modèle. Traitez toutes les personnes avec respect et empathie.

10. DEMANDEZ :

- a. Pouvons-nous espérer que nos efforts pour traiter nos enfants de manière égale seront couronnés de succès si, en tant que mère et père, nous ne sommes pas dans une relation égale ?
- b. Comment pouvons-nous assurer l'égalité également dans la relation mari-femme, et plus largement dans les relations familiales ? Essayez d'être précis et de penser à des comportements concrets au sein du foyer.

11. Laissez les participants discuter. Voici quelques exemples :

- Laissez le père assumer certaines des tâches de soins de la mère, et laissez la mère assumer certaines des tâches qui sont généralement perçues comme étant "pour les hommes". Par exemple, le père peut aider à mettre les enfants au lit ou les assister lorsque l'un d'entre eux est malade ; la mère peut couper le bois ou s'occuper du budget familial.
- Assurez-vous que les attentes, les objectifs de vie et les opportunités sont les mêmes pour le mari et la femme. Par exemple, la femme doit être autorisée à poursuivre ses études ou à trouver un emploi si elle le souhaite.
- En tant que mère et père, veillez à ce que vous ayez tous deux la possibilité d'exprimer toute une gamme d'émotions. Tous les deux ont le droit de ressentir de la tristesse, de la frustration, de la colère, et de l'exprimer ; de même, tous les deux ont le droit de ressentir de l'amour et de la chaleur, et de l'exprimer.
- Adoptez une approche sensible au genre dans les relations de la famille élargie et au sein de la communauté : ce qui est valable dans la relation du couple doit l'être pour toutes les filles et les femmes de votre famille et de votre communauté.

12. Rassurez les participants : ce n'est pas un changement facile, il faut s'adapter, il faut certainement beaucoup apprendre, faire preuve d'humilité et demander l'aide de l'autre partenaire. Cela prend du temps, mais cela contribue à construire un environnement familial positif et une communauté plus sensible aux questions de genre.

Activité 3. Les filles qui rentrent chez elles après avoir été recrutées par des groupes armés : Répondre à leurs défis et à leurs besoins - PARTIE 1 (50 min)

Objectifs : identifier les besoins spécifiques des filles qui ont été recrutées ; répondre à ces besoins et soutenir leur réintégration dans la famille et la communauté.

Modalité :



1. **DITES** :

- Je vais maintenant vous lire deux scénarios¹³ et nous allons en discuter ensemble.

2. Lisez le **scénario** suivant (**histoire ouverte**) :  Notez que ces scénarios sont des rapports réels d'expériences d'enfants qui ont été enlevés par des groupes armés.

Anourite, 16 ans ¹⁴

Anourite a été enlevée par un groupe armé lors d'une attaque contre son école en 2008. Elle était âgée de 8 ans. Le groupe l'a gardée en captivité pendant quatre ans, au cours desquels son rôle était de porter les bébés et les affaires du groupe.

"Ils ont tué, nous ne savions pas pourquoi. Nous avons été battus, même si nous n'étions que des enfants. Au début, je disais : 'Je veux voir ma famille', et ils me battaient encore plus. Alors j'ai arrêté de pleurer."

Anourite était physiquement attachée à un combattant de la LRA pendant une attaque des FARDC lorsqu'elle a été touchée par une balle dans la jambe. Elle a été abandonnée dans la forêt, où elle a été retrouvée le lendemain et amenée à l'hôpital.

Aujourd'hui, Anourite a une boiterie prononcée. Elle porte une prothèse faite maison, qui est inconfortablement lourde et qui tombe en morceaux : "Mon père la répare de temps en temps".

Anourite nous a dit qu'elle n'a reçu aucun soutien depuis son retour, ni d'assistance médicale pour son handicap. Elle aimerait aller à l'école, mais sa famille n'a pas les fonds nécessaires. Comme son handicap l'empêche de travailler dans les champs, elle ne peut pas contribuer au coût de sa propre scolarité.

3. **DEMANDEZ** :

- a. Quels types de défis pensez-vous qu'Anourite rencontre ou pourrait rencontrer ?
- b. Lesquels de ses besoins sont négligés ?



Il n'y a pas de mauvaise réponse, et les réponses dépendent du contexte local et des expériences des parents et des enfants : laissez aux participants la liberté d'imaginer ce que la jeune fille pourrait vivre, au-delà de ce que vous leur lisez dans le texte. Coordonnez-vous avec votre co-facilitateur pour prendre des notes.

4. Si nécessaire, utilisez les réponses ci-dessous pour faciliter la discussion.

¹³ Child Soldiers International (2017). Ce que disent les filles : améliorer les pratiques de réintégration des filles en RDC.

¹⁴ Ibid.n

- Elle souffre d'un profond traumatisme dû au fait d'avoir été témoin et victime de violences physiques, d'avoir été témoin de mort, de torture, de menaces constantes et de violences sexuelles pendant son séjour au sein du groupe armé, et d'avoir été séparée de sa famille.
- Elle peut avoir l'impression de ne pas faire pleinement partie de sa famille puisqu'elle a été séparée pendant si longtemps et que l'environnement familial a changé depuis son départ.
- Son handicap lui fait subir l'exclusion et la stigmatisation au sein de la communauté.
- En raison de normes sociales négatives, elle peut être blâmée pour sa "valeur perdue" et pour avoir "rencontré des hommes".
- Certains membres de la famille sont en colère contre elle et la rejettent parce qu'elle a "rencontré des hommes".
- Son handicap et son isolement social l'empêchent d'aller à l'école.
- Son handicap et son isolement social font qu'il lui est difficile de contribuer à la vie de la famille (elle a du mal à trouver un emploi).

5. Demandez suivante :

- Selon vous, que pourrait faire la famille d'Anourite pour relever ces défis et répondre à ses besoins ?



Il n'y a pas de mauvaise réponse, et les réponses dépendent du contexte local et des expériences des parents et des enfants : Laissez aux participants la liberté d'imaginer ce que la jeune fille pourrait vivre, au-delà de ce que vous leur lisez dans le texte. Coordonnez-vous avec votre co-facilitateur pour prendre des notes.

Si nécessaire, utilisez la note ci-dessous - [Notes pour l'animateur7: Les défis d'Anourite et les approches familiales pour](#) faciliter la discussion. Veillez à ne transmettre que les points qui ne sont pas ressortis de la conversation entre les participants.

Il serait bon de consulter la session correspondante indiquée à côté de chacune des réponses pour avoir une meilleure explication de la manière dont ces approches peuvent répondre aux besoins ou aux défis auxquels Anourite est confrontée.

Notes pour l'animateur 7 : Les défis d'Anourite et les approches familiales

| Les défis d'Anourite | Approches familiales |
|--|--|
| <p>Elle souffre d'un profond traumatisme.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Ses parents lui parlent et l'écoutent (expliquez que nous explorerons les avantages d'une communication efficace dans la session 10. La relation parents-enfants : Une meilleure communication, une meilleure écoute). • Ses parents l'aident à comprendre et à gérer ses émotions (expliquez que nous explorerons les avantages d'une communication efficace dans la session 11. Partir de soi-même : Pratiques d'auto-soins pour apprendre à gérer nos émotions et Session 12. La relation parents-enfants : Comprendre et gérer ses émotions). • S'ils remarquent que le problème les dépasse et que l'enfant présente des signes accrus de stress, d'anxiété ou de tristesse, ils peuvent s'adresser à l'organisme approprié pour recevoir des soins spécialisés. • Certains signes qui devraient les alerter pourraient être : L'automutilation, les tendances suicidaires, le fait d'exprimer qu'elle cherche à nuire aux autres, le fait d'être inconsolable, le refus de s'alimenter, elle ne parle plus, l'adoption de comportements à risque. |
| <p>Elle peut avoir l'impression de ne pas faire pleinement partie de sa famille.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Ses parents peuvent l'impliquer dans les activités familiales, la prise de décision et la résolution de problèmes (Session 14. Relation parents-enfants : apprendre à résoudre les problèmes ensemble). • Ses parents peuvent l'impliquer dans la gestion du budget et des finances de la famille (Session 18. La relation parents-enfants : Faire un budget familial et économiser de l'argent). |
| <ul style="list-style-type: none"> • Elle est exclue et stigmatisée par la communauté en raison de son handicap. • Comme elle est une fille, elle est confrontée à l'exclusion et à la stigmatisation dans la communauté : Ils lui reprochent d'avoir "perdu de la valeur" et d'avoir "rencontré des hommes". • Certains membres de la famille sont en colère contre elle et la rejettent parce qu'elle a "rencontré des hommes". | <ul style="list-style-type: none"> • Ses parents peuvent l'aider à lutter contre la stigmatisation et à se sentir mieux dans sa peau en l'impliquant dans les décisions, les activités familiales et la résolution des problèmes (session 15. Prendre soin de soi et prendre soin de ses enfants : Faire face à la stigmatisation). • Ses parents peuvent demander l'aide d'un leader de la communauté pour réduire la stigmatisation de la communauté. • Ses parents peuvent l'impliquer dans la gestion du budget et des finances de la famille (Session 18. La relation parents-enfants : Faire un budget familial et économiser de l'argent). • Ses parents peuvent lui parler, l'écouter et la féliciter, lui donnant ainsi une chance de se sentir valorisée et respectée (Session 10. La relation parents-enfants : Une meilleure communication, une meilleure écoute). |
| <ul style="list-style-type: none"> • Son handicap et son isolement social | <ul style="list-style-type: none"> • Même si la famille ne peut pas faire grand-chose pour l'aider à accéder au marché du travail, elle peut l'aider à lutter contre la stigmatisation, ce qui pourrait lui ouvrir des perspectives d'emploi, tout |

| | |
|---|---|
| <p>l'empêchent d'aller à l'école.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Son handicap et son isolement social font qu'il lui est difficile de contribuer à la vie de la famille (elle a du mal à trouver un emploi). | <p>comme l'impliquer dans la gestion du budget et des finances de la famille. (voir l'encadré-conseil : Genre et finances familiales).</p> |
|---|---|

Activité 4. Les filles qui rentrent chez elles après avoir été recrutées par des groupes armés : Répondre à leurs défis et à leurs besoins - PARTIE 2 (40 min)

Objectifs : identifier les besoins spécifiques des filles qui ont été recrutées ; répondre à ces besoins et soutenir leur réintégration dans la famille et la communauté.

Modalité :



1. Lisez le scénario suivant (histoire ouverte) :



Amira a rejoint un groupe armé à l'âge de 16 ans, pour aider à lutter pour sa communauté. Elle a été mariée à un membre du groupe armé et a un enfant avec lui. Un an plus tard, elle a décidé de quitter le groupe et a rejoint sa communauté et sa famille, et elle a ramené son bébé à la maison. Bien que sa mère l'ait accueillie chaleureusement au début, la famille s'est montrée froide et indifférente envers l'enfant, affirmant qu'il n'était pas de leur sang. Amira a quitté la famille et a été accueillie et aidée par une famille voisine.

2. DEMANDEZ :

- À votre avis, quels sont les défis auxquels Amira est confrontée ou pourrait être confrontée à l'avenir ?
- Lesquels de ses besoins sont négligés ?



Il n'y a pas de mauvaise réponse, et les réponses dépendent du contexte local et des expériences des parents et des enfants : Laissez aux participants la liberté d'imaginer ce que la jeune fille pourrait vivre, au-delà de ce que vous leur lisez dans le texte. Coordonnez-vous avec votre co-facilitateur pour prendre des notes.

Si nécessaire, utilisez les notes ci-dessous - [Notes pour les animateurs8: les défis d'Amira](#) pour faciliter la discussion. Certains sont les mêmes que dans le cas d'Anourite exploré précédemment, d'autres sont spécifiques au cas d'Amira. Veillez à ne transmettre que ces points qui ne sont pas ressortis de la conversation entre les participants.

Social

- Elle souffre d'un profond traumatisme dû au fait qu'elle a été témoin et victime de violences physiques et psychologiques, de décès et de torture pendant son séjour au sein du groupe armé, et qu'elle a été séparée de sa famille.
- Les relations avec les autres : Comme elle est une fille, elle peut être exclue et stigmatisée par ses pairs, ses frères et sœurs ou dans la communauté : Ils lui reprochent d'avoir "perdu de la valeur" et d'avoir "rencontré des hommes".
- Certains membres de la famille sont en colère contre elle et la rejettent parce qu'elle a "rencontré des hommes".
- Elle n'est pas respectée, car elle est rentrée à la maison avec un enfant.
- Elle pourrait avoir du mal à assumer son nouveau rôle de mère.
- Depuis qu'elle est mère, on attend d'elle qu'elle soit adulte, mais elle reste aussi une adolescente.

Éducation

- Son isolement social l'empêche d'aller à l'école ou de se faire des amis à l'école.
- Elle doit s'occuper de son bébé et ne peut pas suivre pleinement sa scolarité.

Finances

- Son isolement social fait qu'il lui est difficile de contribuer à la vie de la famille (elle a du mal à trouver un emploi).
- Elle peut avoir du mal à trouver suffisamment d'argent pour elle et son enfant.

Santé

- Il peut être difficile d'accéder aux hôpitaux ou à d'autres établissements de soins de santé, parce qu'il n'y en a pas dans la région où elle vit, ou parce qu'elle n'a pas assez d'argent.
- Elle peut avoir des problèmes affectant sa santé sexuelle et reproductive, par exemple elle peut avoir contracté le VIH .
- Son enfant doit avoir accès à une clinique pour un traitement ou des vaccins.

4. Poser la question suivante :

- a. Selon vous, que pourrait faire la famille d'Amira pour relever ces défis et répondre à ses besoins ?



Il n'y a pas de mauvaise réponse, et les réponses dépendent du contexte local et des expériences des parents et des enfants : Laissez aux participants la liberté d'imaginer ce que la jeune fille pourrait vivre, au-delà de ce que vous leur lisez dans le texte. Coordonnez-vous avec votre co-facilitateur pour prendre des notes.

Si nécessaire, utilisez les notes ci-dessous - [Notes pour les animateurs9: Les défis d'Amira et les approches familiales pour](#) faciliter la discussion. Certaines sont les mêmes que dans le cas d'Anourite exploré précédemment, tandis que d'autres sont spécifiques du cas d'Amira. Veillez à ne transmettre que ces points qui ne sont pas ressortis de la conversation entre les participants.

Il serait bon de consulter la session correspondante indiquée à côté de chacune des réponses pour avoir une meilleure explication de la manière dont ces approches peuvent répondre aux besoins ou aux défis auxquels Amira est confrontée.

Notes pour l'animateur 9 : Les défis d'Amira et les approches de la famille

| Les défis d'Amira | Approches familiales |
|---|---|
| <p>Social</p> <ul style="list-style-type: none"> Elle souffre d'un profond traumatisme dû au fait qu'elle a été témoin et victime de violences physiques et psychologiques, de décès et de torture pendant son séjour au sein du groupe armé, et qu'elle a été séparée de sa famille. | <ul style="list-style-type: none"> Ses parents lui parlent et l'écoutent (expliquez que nous explorerons les avantages d'une communication efficace dans la session 10. La relation parents-enfants : Une meilleure communication, une meilleure écoute). Ses parents l'aident à comprendre et à gérer ses émotions (expliquez que nous explorerons les avantages d'une communication efficace dans la session 11. Partir de soi-même : Pratiques d'auto-soins pour apprendre à gérer nos émotions et Session 12. La relation parents-enfants : Comprendre et gérer ses émotions). S'ils remarquent que le problème les dépasse et que l'enfant présente des signes accrus de stress, d'anxiété ou de tristesse, ils peuvent s'adresser à l'organisme approprié pour recevoir des soins spécialisés. Certains signes qui devraient nous alerter pourraient être : L'automutilation, les tendances suicidaires, le fait d'exprimer qu'elle cherche à nuire aux autres, le fait d'être inconsolable, le refus de s'alimenter, elle cesse de parler, elle adopte des comportements à risque. |
| <ul style="list-style-type: none"> Les relations avec les autres : Comme elle est une fille, elle est confrontée à l'exclusion et à la stigmatisation de ses pairs, de ses frères et sœurs ou de la communauté : Ils lui reprochent d'avoir "perdu de la valeur" et d'avoir "rencontré des hommes". Certains membres de la famille sont en colère contre elle et la rejettent parce qu'elle a "rencontré des hommes". Elle n'est pas respectée, car elle est rentrée à la maison avec un enfant. | <ul style="list-style-type: none"> Ses parents peuvent l'aider à lutter contre la stigmatisation et à acquérir une image positive d'eux-mêmes en l'impliquant dans les prises de décision, les activités familiales et la résolution des problèmes (session 15. Prendre soin de soi et prendre soin de ses enfants : Faire face à la stigmatisation). Ses parents peuvent demander l'aide d'un leader de la communauté pour réduire la stigmatisation de la communauté. Ses parents peuvent l'impliquer dans la gestion du budget et des finances de la famille (Session 18. La relation parents-enfants : Faire un budget familial et économiser de l'argent). Ses parents peuvent lui parler et l'écouter, ce qui lui donne la possibilité de se sentir valorisée et respectée Session 10. La relation |

| | |
|---|---|
| | parents-enfants : Une meilleure communication, une meilleure écoute). |
| <ul style="list-style-type: none"> Elle pourrait avoir du mal à assumer son nouveau rôle de mère. | <ul style="list-style-type: none"> Ses parents ont un rôle important à jouer pour soutenir l'enfant et l'aider à apprendre à être une mère. La modélisation du comportement est l'un des premiers outils dont disposent les parents : l'enfant apprend à être une mère en voyant ses parents jouer leur rôle dans la famille. Les parents doivent mettre de côté leurs propres sentiments à l'égard du bébé et de la grossesse et s'efforcer d'aider l'enfant à comprendre et à gérer sainement ses sentiments envers le bébé (Session 11. Partir de soi-même : Pratiques d'auto-soins pour apprendre à gérer nos émotions et Session 12. La relation parent-enfant : Comprendre et gérer les émotions). Si cela est possible, et sans danger pour la mère et l'enfant, les parents pourraient aider leur fille à fréquenter ou à poursuivre une école ou une formation et à soutenir les moyens de subsistance de la famille. L'éducation et la stabilité économique peuvent aider les filles qui reviennent du recrutement avec un enfant à être acceptées par la communauté locale. |
| <ul style="list-style-type: none"> Depuis qu'elle est mère, on attend d'elle qu'elle soit adulte, mais elle reste aussi une adolescente. | <ul style="list-style-type: none"> Ses parents ne doivent pas oublier que leur fille a toujours les mêmes besoins que tous les autres enfants : elle a besoin d'être aimée, respectée, soutenue et comprise. Même si les parents la traitent comme une adulte, elle ne l'est pas encore. (Si possible, vous pouvez rappeler aux participants certaines des caractéristiques et des besoins des enfants plus âgés, voir la session1, partie 2.Mon enfant et moi). |
| Éducation | |
| <ul style="list-style-type: none"> Son isolement social l'empêche d'aller à l'école ou de se faire des amis à l'école. Elle doit s'occuper de son bébé et ne peut pas suivre pleinement sa scolarité. | Même si la famille ne peut pas faire grand-chose pour l'aider à accéder au marché du travail, elle peut l'aider à lutter contre la stigmatisation, ce qui pourrait lui ouvrir des perspectives d'emploi, et l'impliquer dans la gestion du budget et des finances de la famille (voir l' encadré-conseil : Genre et finances familiales). |
| Finances | |

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Son isolement social fait qu'il lui est difficile de contribuer à la vie de la famille (elle a du mal à trouver un emploi). • Elle peut avoir du mal à trouver suffisamment d'argent pour elle et son enfant. | <ul style="list-style-type: none"> • Ses parents devraient l'aider à atteindre le service approprié qui peut lui apporter de l'aide. • Ses parents peuvent l'impliquer dans la gestion du budget et des finances de la famille (voir l'<i>encadré-conseil : Le genre et les finances familiales</i>) et lui apprendre à économiser de l'argent. |
| Santé | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Il peut être difficile d'accéder aux hôpitaux ou à d'autres établissements de soins de santé, parce qu'il n'y en a pas dans la région où elle vit, ou parce qu'elle n'a pas assez d'argent. • Elle peut avoir des problèmes affectant sa santé sexuelle et reproductive, par exemple elle contracter le VIH et les IST non traitées. • Son enfant doit avoir accès à une clinique pour un traitement ou des vaccins. | <p>Ses parents devraient l'aider à atteindre les services appropriés qui peuvent prendre en charge sa santé.</p> |

Ensuite, **DEMANDER** :

- b. Y a-t-il un défi spécifique auquel nos filles pourraient être confrontées, ou un besoin qui pourrait découler de leur implication dans des groupes armés, dont nous n'avons pas discuté jusqu'à présent ?
- c. Comment pensez-vous que les parents pourraient répondre à ces besoins et défis ?

2. DITES :

- Dans certains cas, les filles qui rejoignent les groupes armés peuvent acquérir de l'autorité. Elles peuvent être autorisées à prendre part aux combats et à assumer des rôles qui sont généralement associés aux hommes. Elles peuvent également bénéficier d'avantages économiques, de certains pouvoirs, de la liberté et de l'autonomie.

3. DEMANDEZ :

- a. Que se passe-t-il quand elles rentrent chez eux ?
 - b. Comment la famille pourrait-elle réagir ?
 - c. Comment la fille pouvait-elle se sentir ?
4. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer.

DITES :

- Dans ce cas, si la fille se trouve dans un environnement familial où les filles sont discriminées, où leur voix ne sont pas entendues, où elles ont moins d'opportunités et se sentent moins valorisées que leurs frères et sœurs, elle peut se sentir frustrée et non respectée.
- Elle peut être plus exposée à rejoindre à nouveau le groupe armé.
- Il peut être très difficile pour les parents de comprendre la nouvelle position de la jeune fille, et de donner un sens à son besoin d'autonomie, mais il s'agit d'une étape cruciale vers sa réintégration.
- Des stratégies telles que la communication fréquente, l'écoute et la résolution de problèmes en commun peuvent être bénéfiques pour favoriser le sentiment d'identité et d'appartenance de l'enfant au sein de la famille et de la communauté.

5. Concluez en disant :

- En tant que parents, nous avons une énorme responsabilité : la manière dont nous traitons nos enfants, et surtout la différente manière dont nous traitons nos filles et nos garçons, a un impact important sur leur vie.
- En même temps, nous devons toujours garder à l'esprit que certains problèmes ou certaines situations échappent parfois à nos contrôles : les garçons et les filles sont censés assumer certains rôles et se comporter d'une certaine manière, y compris en dehors des murs de la maison ; ils sont en danger en raison de facteurs économiques ou structurels qui les rendent vulnérables. Ce sont des situations sur lesquelles nous avons moins de contrôle.
- Une famille saine, solidaire et aimante donnera à nos filles les outils nécessaires pour faire face à ces facteurs structurels qui échappent à notre contrôle direct. Nous ne sommes pas impuissants !

Activité 5. Répondre aux besoins des filles qui rentrent à la maison avec un bébé et aux besoins du bébé/de l'enfant. (40 min)

Objectifs : analyser le cas où notre fille rentre à la maison avec un bébé et identifier les façons dont notre comportement en tant que parents n'affecte pas seulement le bien-être de notre fille, mais aussi de son bébé, et reconnaître les stratégies pour assurer le bien-être de la mère et de l'enfant.

Modalité :



Plénière

1. DITES :

- Jusqu'à présent, nous avons exploré comment répondre aux besoins de nos filles qui ont rejoint un groupe armé et comment les accueillir chez elles.
- Nous avons également exploré comment notre relation pourrait changer lorsqu'elles reviennent à la maison avec un enfant.
- En même temps, notre comportement envers le bébé aura un impact sur son bien-être et son développement ainsi que sur le bien-être de la mère.
- Reprenons l'histoire d'Amira de l'activité précédente, et en explorant un peu plus la relation de la famille et des membres de la communauté avec le bébé (*l'histoire ci-dessous est une continuation de celle de l'activité précédente*).

Amira revient chez elle après avoir rejoint un groupe armé. Elle a 17 ans et a une petite fille d'un an et demi, Anu. Sa famille a accepté et accueilli le retour d'Amira, mais ils sont très froids envers Anu, ils ne la considèrent pas comme faisant partie de la famille car elle n'est pas de "leur sang", et elle a fait honte à la famille. Amira décide donc de quitter sa famille et est accueillie par une famille voisine, qui est très gentille et la soutient, elle et Anu.

2. DEMANDEZ :

- a. Dans cet exemple, la mère d'Amira n'accepte pas son bébé. Comment imaginez-vous le comportement de la mère d'Amira envers le bébé ? Que fait-elle ? Comment interagit-elle avec le bébé Anu ?
- b. Et le père, et les frères et sœurs d'Amira ?

3. Ensuite, DITES :

- Continuons à explorer la vie d'Amira et d'Anu. Imaginons maintenant qu'Amira doit quitter la maison pour suivre des cours. Amira demande l'aide de sa mère pour s'occuper d'Anu pendant son absence. Sa mère accepte. Anu fait des histoires et se met à pleurer dès qu'Amira quitte la maison.
- 4. Demandez à des volontaires de prendre 4/5 minutes pour jouer la façon dont la mère d'Amira pourrait se comporter envers l'enfant, en se concentrant sur ce qu'elle fait, comment elle la regarde, le ton de sa voix. Rappelez-leur que la mère d'Amira avait aimé et accepté le retour d'Amira, mais qu'elle n'a pas accepté Anu, le bébé.
- 5. Une fois que les volontaires ont présenté leur jeu de rôle, **DEMANDER à l'ensemble du groupe** :
 - a. Selon vous, quel impact le comportement de la mère d'Amira a-t-il sur Anu ? Comment Anu se sent-elle ?
 - b. Le comportement de la mère a-t-il un impact sur le bien-être et le développement d'Anu ? Pourquoi ?
 - c. Comment Amira se senta-t-elle, si sa mère n'accepte pas Anu ?

6. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en vous référant à ce que les parents viennent de suggérer. **DITES :**
- Si vous vous souvenez, lors de la première session, nous avons discuté des éléments qui contribuent à la croissance et au développement sain d'un enfant.
 - Nous avons constaté qu'un environnement exempt de stress et des relations familiales empreintes d'amour, de soutien et de compréhension contribuent au bien-être de l'enfant, et favorisent son bien-être.
 - Si Anu est privée d'amour, de soins et d'affection au cours de ces premières années de sa vie, elle souffrira en tant que bébé, et cela aura des conséquences durables.
6. **DEMANDEZ :**
- a. Selon vous, comment la mère d'Amira devrait-elle se comporter avec Anu, pour répondre à ses besoins et veiller à ce qu'elle grandisse bien ? Quels sont, selon vous les besoins d'Anu ? Encore une fois, soyez concret : pensez au ton de la voix de la mère, à sa posture, à la façon dont elle s'adresse à Anu, etc.
7. Rassemblez quelques idées - par exemple : la mère utilise un ton de voix chaleureux ; elle se rapproche du bébé et établit un contact visuel ; elle prend Anu dans ses bras et tente de la consoler ; etc.
8. Après avoir recueilli quelques idées, invitez quelques participants à réaliser un autre jeu de rôle, basé sur la même scène que celle suggérée ci-dessus, mais cette fois la mère a une attitude positive envers Anu.
9. Une fois cela fait, invitez d'autres volontaires à montrer comment le père d'Amira pourrait interagir avec Anu, comment il pourrait répondre à ses besoins.
10. Enfin, si ces points n'ont pas émergé au cours de la conversation, assurez-vous de **le SAVOIR :**
- Les enfants, quel que soit leur âge, ont besoin de chaleur : chaleur signifie amour inconditionnel - être aimé, quoi qu'il arrive. Cela signifie recevoir des marques d'affection physiques et verbales : ils ont besoin d'entendre que vous les aimez et de le sentir. Cela signifie de l'empathie envers leurs sentiments : ils ont besoin d'être compris. Cela signifie être sensible à leurs besoins : ils ont besoin que vous reconnaissiez leurs besoins et que vous y répondiez.
 - Il est évident que ces aspects seront différents au fur et à mesure que l'enfant grandit : un petit bébé voudra que vous lui montriez votre affection physique en le tenant, en le caressant, en utilisant un ton de voix doux. Un enfant adolescent appréciera sans doute moins d'être pris dans les bras, mais il aura néanmoins besoin de se sentir aimé, par exemple en étant écouté, ou en étant associé aux décisions familiales.
11. Concluez en invitant les participants à réfléchir à des comportements qui apportent de la chaleur à un bébé ou à un petit enfant, comme un enfant de 2 ans et à reconnaître comment le bébé réagit à ces comportements (par exemple, je lui dis "Je t'aime" ; je joue avec lui, je lui fais la lecture ; j'écoute attentivement ses histoires ; je le console et le rassure s'il a du mal à dormir la nuit).
12. Enfin, **DEMANDEZ :**
- a. Comment le scénario a-t-il changé lorsque le père d'Amira a été impliqué dans les soins de l'enfant.
 - b. Comment l'implication du père d'Amira dans les soins d'Anu favorise-t-elle le développement du bébé ?

13. Si nécessaire, consultez à nouveau les activités 4 et 5 de la session 2, où vous trouverez une explication détaillée du rôle des responsables masculins dans le soutien au bien-être et au développement de l'enfant.

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Exemplaires du [document Pratiques domestiques : L'égalité de genre au sein du foyer](#) ; (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité 4](#).

Modalité :



1. **Demandez à** un ou deux volontaires pour récapituler deux des sujets abordés aujourd'hui.
2. **Distribuez** le [document Pratiques domestiques : L'égalité de genre au sein du foyer](#).
3. Expliquez-leur que dans le polycopié, ils trouveront un rappel des actions qu'ils peuvent entreprendre pour promouvoir l'égalité de genre au sein du foyer. N'oubliez pas qu'il ne s'agit que de quelques exemples - veillez à intégrer ceux que les parents ont proposés au cours des conversations précédentes.
4. **DITES :**
 - L'égalité de genre au sein du foyer n'est qu'une des nombreuses stratégies permettant de répondre aux besoins spécifiques et uniques de nos filles.
 - Il s'agit néanmoins d'une étape cruciale pour reconnaître leurs besoins uniques, leur témoigner du respect, les aider à se sentir valorisés et responsabilisés et leur permettre de s'épanouir.
5. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
6. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
7. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
8. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
9. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Document sur la pratique à domicile : L'égalité de genre à la maison



Que pouvons-nous faire pour que l'égalité de genre devienne une réalité dans notre foyer ?

- Veillez à ce que les règles de la maison soient les mêmes pour vos fils et vos filles d'un âge similaire - par exemple, les filles et les garçons d'un âge similaire doivent rentrer à la maison à une certaine heure.
- Attribuez des tâches ménagères similaires aux fils et aux filles - les filles comme les garçons peuvent être chargés des tâches ménagères.
- Assurez-vous que les attentes, les objectifs de vie et les possibilités sont les mêmes pour vos fils et vos filles - par exemple, les garçons et les filles peuvent aspirer à devenir médecins ou être autorisés à aller à l'école.
- Veillez à ce que les garçons et les filles d'un âge similaire soient impliqués de la même manière dans les décisions familiales.
- Aidez vos fils et vos filles à comprendre et à exprimer toute une gamme d'émotions - par exemple, les garçons et les filles sont autorisés à pleurer et à montrer leur fragilité.
- Laissez le père assumer certaines des tâches de soins de la mère, et laissez la mère assumer certaines des tâches qui sont généralement perçues comme étant "pour les hommes", par exemple, le père peut aider à mettre les enfants au lit, ou les assister lorsque l'un d'entre eux est malade ; la mère peut couper le bois, ou réparer la radio.
- Assurez-vous que les attentes, les objectifs de vie et les opportunités sont les mêmes pour le mari et la femme. Par exemple, la femme doit être autorisée à poursuivre ses études ou à trouver un emploi si elle le souhaite.
- En tant que mère et père, veillez à ce que vous ayez tous deux la possibilité d'exprimer toute une gamme d'émotions. Tous deux ont le droit de ressentir de la tristesse, de la frustration, de la colère, et de l'exprimer ; de même, tous deux ont le droit de ressentir de l'amour et de la chaleur, et de l'exprimer.
- Intégrez et continuez à pratiquer toute autre approche qui vous est familière et qui fonctionne pour vous, afin de construire des relations égales dans le ménage et à l'extérieur !



Session 9

Partir de soi-même : Pratiques d'autosoins pour la réduction du stress



Session 9. Partir de soi-même : Pratiques d'autosoins pour la réduction du stress

Temps ⌚ 1 h 30 min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Identifier les situations qui augmentent leur niveau de stress.
- Reconnaître les conséquences d'un niveau de stress plus élevé sur leur bien-être et sur la relation avec leurs enfants et la dynamique familiale.
- Pratiquer une technique de relaxation .

Aperçu des activités :

| Session 9 | | TOTAL 90 min |
|------------------|--|---------------------|
| Acte 1 | Accueillir les participants | 10 min |
| Acte 2 | Qu'est ce que le stress et comment le reconnaître | 30 minutes |
| Acte 3 | Réflexion - l'impact du stress sur notre vie de famille | 15 min |
| Acte 4 | Partager et mettre en pratique les mécanismes d'adaptation au stress | 20 minutes |
| | Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4.](#)
- **Créez le thermomètre émotionnel :** a. Placez un long morceau de ruban adhésif sur le sol - si possible, en allant d'un côté de la pièce à l'autre.
b. Reproduisez ou faites des copies des symboles que vous trouvez dans le [Pictogramme pour les animateurs 8 : Thermomètre des émotions](#) (voir activité 2) le long du ruban adhésif, comme indiqué sur l'image de l'activité 2. Vous pouvez dessiner les symboles sur des morceaux de papier blanc et les coller au sol, ou vous pouvez les dessiner à la craie sur le sol (veillez à l'enlever ensuite).
- Des copies du document d'entraînement à domicile "[Gestion du stress](#)" pour chaque participant.

Résumé de la session :

Il s'agit de la première partie de trois séances d'autogestion de la santé. Dans cette session, les parents discuteront des conséquences d'un environnement stressant sur leur bien-être et partageront ce qu'ils font à la maison pour réduire leur niveau de stress. Sachez que parler des émotions peut être un sujet tabou dans certains contextes et que les adultes peuvent se sentir mal à l'aise de parler ouvertement de leurs émotions devant un groupe d'inconnus. Adaptez l'activité suivante aux besoins de votre contexte.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et rappeler ce dont nous avons discuté lors des sessions précédentes.

Modalité :



1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez ci-dessous un exemple. Vous trouverez d'autres suggestions dans le Constant Compagnon (guide pour les facilitateurs/facilatrices). Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energisant.
4. Demandez aux participants de trouver un adjectif pour décrire ce qu'ils ressentent aujourd'hui.
5. Expliquez que l'adjectif doit commencer par la même lettre que leur nom. Par exemple, "Je suis Henri et je suis heureux". Ou encore : "Je suis Chantri et je suis créative".
6. Pendant qu'ils disent cela, ils peuvent également mimer une action qui décrit l'adjectif¹⁵.
7. **DEMANDEZ** :
 - a. Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente** ?
 - b. Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - c. Qu'avez-vous trouvé difficile ?
8. Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez toujours à portée de main le **plan d'orientation et le document qui s'y rapporte**, pour les utiliser si nécessaire. N'oubliez pas que le plan d'orientation et son polycopié sont des "documents vivants" : ne vous contentez pas d'y renvoyer les participants, mais si vous constatez qu'un besoin doit être traité en dehors des sessions, faites tout votre possible pour trouver l'acteur ou le travailleur

¹⁵ Adapté de Alliance, (n.a.). 100 façons de dynamiser les groupes : Jeux à utiliser dans les ateliers, les réunions et la communauté. <https://resourcecentre.savethechildren.net/library/100-ways-energise-groups-games-use-workshops-meetings-and-community>.

social approprié et, si nécessaire, orientez les participants vers les bons acteurs dans votre contexte. Par ailleurs, vous devriez discuter de toute question complexe avec le **superviseur du programme**, qui devrait être en mesure de vous aider à trouver la meilleure approche pour résoudre les problèmes en question.

9. Félicitez toujours ceux qui sont assez courageux pour partager.
10. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Qu'est ce que le stress et comment nous le reconnaissons (30 min)

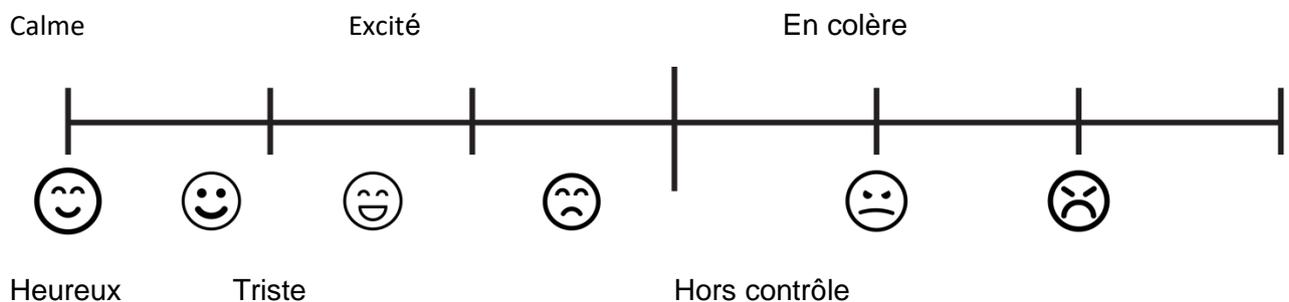
Objectifs : reconnaître les causes et les symptômes du stress.

Modalité :

Plénière 

Matériel : **Créez le thermomètre des émotions** : Placez un long morceau de ruban adhésif sur le sol - si possible, en allant d'un côté à l'autre de la salle. Reproduisez ou faites des copies des symboles que vous trouvez dans le [Pictogramme pour les animateurs8](#): [Thermomètre des émotions](#) (voir page suivante) le long du ruban, comme indiqué sur l'image ci-dessous. Vous pouvez dessiner les symboles sur des morceaux de papier blanc et les coller au sol, ou vous pouvez les dessiner à la craie sur le sol (veillez à l'enlever ensuite).

Pictogramme pour les facilitateurs 8 : Thermomètre des émotions



Joyeux



Coupable



Plein d'espoir



Honteux



Fierté



Anxieux



Contente



Inquiet



Calm



Effrayé



Confus



Frustré



Troublé



Débordé



Triste



En colère



Solitaire



Furieux



1. Montrez au groupe le **thermomètre émotionnel** posé sur le sol et demandez-lui aux participants d'identifier chaque symbole et leur signification que vous avez placé sur la ligne. Assurez-vous que tout le monde est d'accord sur la signification des symboles.

2. Lisez l'histoire au groupe (**histoire ouverte**) : 

Anousheh est un homme qui travaille dur, un père aimant et attentionné de trois enfants, et un mari, mais récemment, les choses autour de lui se sont vraiment compliquées : Il a perdu son emploi à cause des conflits armés, et sa situation économique l'inquiète, il craint de ne pas avoir assez d'argent pour payer les frais de scolarité des enfants, et peut-être qu'il ne parviendra pas à leur assurer un toit dans les prochains mois. La naissance de son dernier fils ne rend pas les choses faciles : le bébé pleure souvent la nuit et semble inconsolable. Sa relation avec ses deux autres enfants plus âgés devient également plus difficile, ils passent la plupart de leur temps à l'extérieur de la maison et lorsqu'ils sont à la maison, il y a souvent des disputes. Le risque d'attaques du groupe armé au village le fait se sentir dans un état d'alerte et de danger constant.

3. Invitez chaque participant à réfléchir individuellement à la question suivante :

DEMANDEZ :



CONSEILS - STRESS : QUELQUES RÉACTIONS QUE L'ON PEUT AVOIR EN SITUATION DE STRESS

- Des changements dans son comportement (agressivité, isolement, silence)
- Vertiges
- Douleurs générales
- Grincement de dents, mâchoire serrée
- Maux de tête
- Symptômes d'indigestion ou de reflux acide
- Augmentation ou perte d'appétit
- Tension musculaire dans le cou, le visage ou les épaules
- Problèmes de sommeil
- Un cœur qui s'emballe
- Paumes froides et moites
- Fatigue, épuisement
- Tremblement/secousse
- Gain ou perte de poids
- Maux d'estomac
- Colère ou irritabilité
- Anxiété
- Changement d'humeur
- Tristesse ou dépression
- Se sentir accablé
- Isolation

a. Comment pensez-vous qu'Anousheh se sent-il ? Quelles sont les émotions qu'il ressent probablement ?

4. Invitez-les participants à se diriger vers le thermomètre des émotions posé sur le sol et à se placer en correspondance avec les émotions qu'ils pensent qu'Anousheh éprouve.

5. Une fois que tout le monde a pris place sur le thermomètre, invitez les à répondre aux questions suivantes (ne forcez ni ne poussez personne à répondre !)

- a. Pourquoi avez-vous choisi cette émotion, qu'est-ce qui vous fait penser qu'Anousheh la ressent ?
- b. Comment reconnaître quand on ressent cette émotion (se référer à l'émotion que le participant a choisie sur le thermomètre).
- c. Dans quelles autres situations pourrait-on ressentir une émotion similaire ?

6. Lorsque tous ceux qui veulent contribuer ont eu l'occasion de partager leurs idées, remerciez-les et invitez-les à reprendre leur place.

7. DITES :

- Anousheh ressent probablement toute une gamme d'émotions différentes et certains jours il peut se sentir plus en colère, d'autres jours plus stressé ou plus incertain, d'autres fois il peut même être heureux, malgré la situation.
- Parfois, il peut avoir du mal à comprendre ce qu'il ressent.
- C'est tout à fait normal !

9. DEMANDEZ :

- a. Quelles conséquences pensez-vous que la situation vécue par Anousheh puisse avoir sur son bien-être ? Dort-il bien ? Est-ce qu'il mange bien ? Que fait-il pendant la journée ?

10. Utilisez les notes de la boîte de conseils "**Stress : Quelques réactions que les gens peuvent éprouver dans une situation de stress**" pour vous assurer que les points pertinents sont couverts. N'oubliez pas que votre rôle est d'encourager le partage et l'apprentissage entre pairs des participants, plutôt que de faire un cours magistral : n'utilisez les notes que si vous pensez que certains aspects cruciaux n'ont pas été transmis. A la fin, **DITES :**

- Des situations comme celles dans lesquelles se trouve Anousheh peuvent causer beaucoup de stress et avoir des conséquences à long terme sur le bien-être d'une personne.
- Être parent est une tâche très difficile : dans de nombreux cas, nous pouvons nous sentir dépassés et peu sûrs d'eux.
- L'environnement extérieur peut ajouter une pression supplémentaire sur nous : les défis économiques, un environnement instable, la guerre, les tensions familiales peuvent nous mettre sous une pression constante, tout comme dans le cas d'Anousheh.
- Ces facteurs externes peuvent générer du stress et le corps réagit par des réponses physiques, mentales et émotionnelles.

11. DEMANDEZ :

- a. Comment définissons-nous ou appelons-nous le "stress" dans notre communauté ?

12. Remplacez le mot "stress" ci-dessus par la définition ou la terminologie fournie par les participants.

13. DITES :

- Le stress est un élément normal de la vie, mais il est dangereux lorsqu'il se prolonge sans être soulagé. Dans certains cas, le stress peut devenir tellement présent dans notre vie que nous ne nous rendons plus compte de sa présence.

- Nous devons apprendre à reconnaître quand le stress devient "trop fort", apprendre à le gérer et demander de l'aide à la famille, aux amis, aux pairs ou à un professionnel de la santé, si nécessaire.

Activité 3. Réflexion - L'impact du stress sur notre vie de famille (15 min)

Objectifs : reconnaître les conséquences de notre stress sur les autres membres de la famille.

Modalité :

Plénière 



CONSEILS

Stratégies d'adaptation positives

- Gardez une attitude positive.
- Acceptez que vous ne puissiez pas contrôler certains événements.
- Soyez assertif au lieu d'être agressif. Exprimez vos sentiments, vos opinions ou vos croyances au lieu de vous mettre en colère, sur la défensive ou de rester passif.
- Apprenez et pratiquez des techniques de relaxation.
- Faites régulièrement de l'exercice.
- Mangez sainement.
- Fixez des limites et dites non aux demandes qui pourraient créer un stress excessif dans votre vie.
- Reposez-vous et dormez suffisamment.
- Recherchez un soutien social. Passez du temps avec ceux que vous aimez.
- Si le problème vous dépasse, cherchez une aide extérieure ! Vous n'êtes pas seul (consultez le fiche de référencement).

1. DEMANDEZ :

- a. Selon vous, quel impact la situation d'Anousheh a-t-elle sur sa vie de famille ?
- b. Comment se comporte-t-il avec sa femme lorsqu'il se sent stressé ?
- c. Comment se comporte-t-il avec ses fils ? Et avec ses filles ?

2. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrer les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer. **DITES** :

- Les enfants, surtout les plus jeunes, reflètent les émotions de leurs parents. Si les parents sont stressés et se comportent de manière agressive, ils peuvent être aussi agressifs.
- De plus, lorsque les parents sont inquiets ou stressés, cela affecte les enfants du foyer. Ceux-ci peuvent adopter des comportements indésirables ou faire des choses qu'ils pensent pouvoir améliorer la situation, ce qui peut avoir des conséquences négatives.
- Même si nous ne crions pas lorsque nous sommes stressés, les enfants ressentent la tension à la maison. Cette tension leur donne l'impression d'être constamment en danger, ce qui est très mauvais pour le développement de leur cerveau.

- Apprendre à gérer le stress est crucial pour notre propre bien-être et pour la création d'un environnement familial positif et stable : pour prendre soin des autres, il faut commencer par prendre soin de soi.

Activité 4. Pratiquer un mécanisme d'adaptation au stress (20 à 40 min)

Objectifs : Partager et mettre en pratique une ou plusieurs stratégies de gestion du stress.

Modalité : Plénière

1. DEMANDEZ :

- a. Les gens peuvent utiliser des stratégies positives ou négatives pour faire face au stress. Selon vous, quelles sont les stratégies négatives qu'Anousheh pourrait utiliser pour faire face au stress ?

Voici quelques exemples :

- Il frappe ou crie sur ses enfants pour qu'ils se tiennent bien.
- Il fume.

2. DEMANDEZ :

- a. Quelles pourraient être des stratégies d'adaptation positives ?
b. Comment les stratégies d'adaptation positives aident-elles Anousheh ?

3. DITES :

- Les stratégies d'adaptation ne changeront pas la situation d'Anousheh : les problèmes à l'origine du stress ne disparaissent pas, mais ces stratégies peuvent l'aider à rester calme.
- Lorsque nous sommes calmes, nous réagissons mieux aux problèmes qui provoquent notre stress et nous pouvons prendre de meilleures décisions.
- Nous pouvons mieux réfléchir aux causes de notre stress et essayer de trouver des moyens de le résoudre, ou demander de l'aide à la famille, aux amis ou à des organismes spécialisés si nécessaire.

4. DEMANDER :

- Quelles stratégies d'adaptation utilisez-vous pour vous calmer lorsque vous vous sentez stressé ou débordé ?

Si nécessaire, utilisez la **boîte à idées : Stratégies d'adaptation positives**, pour faciliter la discussion. N'oubliez pas que votre rôle est d'encourager le partage et l'apprentissage entre pairs des participants, plutôt que de faire un cours magistral : n'utilisez les notes que si vous pensez que certains aspects cruciaux n'ont pas été transmis.



- 5.** En fonction des coutumes locales et des réponses fournies par les participants, invitez quelques volontaires à modéliser la technique de relaxation ou la stratégie d'adaptation qu'ils apprécient et qui fonctionne pour eux pour réduire le stress, et pratiquez-la en groupe.
- 6.** Si ce n'est pas possible, et que personne ne souhaite partager sa technique de relaxation, modélisez-en une que vous connaissez bien et invitez les participants à suivre votre exemple. Si vous ne vous sentez pas capable de partager une technique de relaxation que vous utilisez, vous pouvez prendre quelques idées dans l'encadré ci-dessous "exemples de techniques de relaxation" et inviter les participants à en essayer une ou deux ensemble. Veillez à les adapter à votre contexte.



ACTIVITÉ SUPPLÉMENTAIRE

Si le temps le permet, avant de pratiquer les techniques de relaxation (point 3 - 5), invitez les participants à se placer à nouveau sur le **thermomètre des émotions** posé sur le sol, en fonction de ce qu'ils ressentent à ce moment-là.

Laissez les participants montrer la pratique de relaxation, et essayez-la ensemble. Avant le point 7, invitez les participants à se placer une nouvelle fois sur le **thermomètre des émotions** posé sur le sol, en fonction de ce qu'ils ressentent à ce moment-là, et à identifier si leur émotion a changé grâce à l'exercice.

Suivez avec le point 7.

7. Si vous avez l'occasion de pratiquer ensemble une ou deux techniques de relaxation, poursuivez avec les questions suivantes.

DEMANDEZ :

- a. Comment vous vous êtes senti pendant et après l'exercice ?
- b. Essayez-vous régulièrement d'utiliser des stratégies de relaxation ?

8. **DITES :**

Quelle que soit l'approche qui vous aide à vous détendre, veillez à la pratiquer régulièrement. Utilisez la technique qui vous convient le mieux chaque fois que vous sentez que vos émotions deviennent envahissantes, que la colère monte ou que vous êtes incapable de faire face à ce qui se passe autour de vous.

9. Enfin, soulignez votre disponibilité si une aide supplémentaire est nécessaire, et rappelez aux participants qu'ils ne sont pas seuls. **À ce stade, il est essentiel de rappeler aux participants leurs propres réseaux de soutien existants ou les acteurs ou travailleurs sociaux appropriés auxquels ils pourraient s'adresser s'ils avaient besoin d'aide.**
10. Merci à tous de partager leurs idées et de s'entraîner ensemble !

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Copies du document d'exercice à domicile "[Gestion du stress](#)" pour chaque participant ; (Si possible) Tableau à feuilles mobiles avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4](#).



DES EXEMPLES DE TECHNIQUES DE RELAXATION :

Avant de proposer une technique de relaxation, veillez à laisser aux participants suffisamment de temps et d'espace pour qu'ils puissent partager leur propre technique de relaxation, qui fonctionne pour eux.

Réfléchissez à l'approche la plus appropriée de la relaxation dans votre contexte. Dans certains contextes, certaines techniques de relaxation, comme la respiration profonde, peuvent être interprétées à tort comme une forme de prière. Réfléchissez à la meilleure façon d'encadrer cette activité dans votre contexte. Réfléchissez également à l'opportunité locale de pratiquer des activités physiques ensemble. Si nécessaire, envisagez de mener cette activité dans deux espaces séparés pour les femmes et les hommes.

Voici quelques exemples de techniques que vous pouvez proposer, si personne, y compris vous, n'est disposé à partager sa propre approche :

- a. Faites une **promenade** : trouvez un endroit calme, éventuellement dans la nature.
- b. **Chantez une chanson** : trouvez un air qui vous fait du bien et écoutez-le et/ou chantez.
- c. **Soyez créatif** : jouez de la musique, dessinez, dansez, cuisinez (si c'est quelque chose qui vous fait du bien).
- d. **Trouvez un coin tranquille et respirez profondément** : Concentrez-vous sur le mouvement de votre ventre lorsque vous inspirez et expirez de l'air. Respirez profondément et lentement, en essayant de faire bouger les muscles de votre ventre plutôt que votre poitrine.
- e. **Reposez-vous, ou faites une sieste.**
- f. **Faites du sport** : le mouvement aide à réduire le stress. 20 minutes de mouvement peuvent vous rendre nettement plus calme.
- g. **Parlez à un ami** : vous pouvez parler de la situation stressante, mais vous n'êtes pas obligé de le faire.
- h. **Lisez un livre.**
- i. **Tenez un journal.**
- j. **Rencontrer des amis.**

Modalité : 

Plénière

1. Distribuez à chaque participant le document d'entraînement à domicile "[Gestion du stress](#)".
2. Rappelez aux participants qu'il est important de pratiquer leur technique régulièrement et pas seulement lorsqu'ils sont stressés, afin qu'elle devienne une réponse automatique de notre corps à une situation stressante.
3. Demandez-leur de garder une trace de leur pratique quotidienne : ils peuvent placer une croix à côté du jour de la semaine dans le polycopié, chaque fois qu'ils ont réussi à utiliser une technique de relaxation. Ils peuvent également faire un dessin pour indiquer le type d'approche qu'ils ont utilisé.

4. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
5. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
6. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
7. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
8. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
 - d. **Rappelez aux participants le plan d'orientation au cas où ils auraient besoin d'un soutien extérieur.**

N'oubliez pas que le plan d'orientation et le polycopié correspondant sont des "documents vivants" : ne vous contentez pas d'y renvoyer les participants, mais si vous reconnaissez qu'il existe un besoin qui doit être traité en dehors des sessions, faites tout votre possible pour trouver l'agence appropriée et, si nécessaire, guidez les participants vers les bons acteurs dans votre contexte. Par ailleurs, vous devriez discuter de toute question complexe avec le **superviseur du programme**, qui devrait être en mesure de vous aider à trouver la meilleure approche pour résoudre les problèmes en question.

9. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Document d'entraînement à domicile : Gestion du stress

| JOUR | Avez-vous pratiqué votre technique de gestion du stress aujourd'hui ? Laquelle (faites un dessin) |
|--------|---|
| JOUR 1 | |
| JOUR 2 | |
| JOUR 3 | |
| JOUR 4 | |
| | |
| | |

Exemples de techniques de relaxation



Faites une promenade.



Chantez une chanson.



Soyez créatif : jouez de la musique, dessinez, dansez, cuisinez (si c'est quelque chose qui vous fait du bien).



Trouvez un coin tranquille et respirez profondément.



Reposez-vous, ou faites une sieste.



Faire du sport.



Lisez un livre.



Tenez un journal.

INTÉGRER ET CONTINUER À PRATIQUER TOUTE AUTRE TECHNIQUE DE GESTION DU STRESS QUI FONCTIONNE POUR VOUS !

Session 10

La relation parents-enfants : Mieux communiquer, mieux écouter



Session 10 : La relation parents-enfants : Mieux communiquer, mieux écouter

Durée 2h 5 min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Apprécier l'importance de connaître et de respecter leurs enfants avec toutes leurs aspirations, leurs opinions, leurs difficultés, incarner ce respect dans leur communication avec eux et les autres membres de la famille.
- Adopter et pratiquer une bonne communication avec les autres adultes et avec leurs enfants.

Aperçu des activités :

| | | |
|-------------------|---|----------------------|
| Session 10 | | TOTAL 125 min |
| Acte. 1 | Accueillir les participants et réfléchir sur la pratique à domicile | 5 min |
| Acte. 2 | Pouvez-vous m'écouter, s'il vous plaît ? Jeu de communication | 15 min |
| Acte. 3 | Réflexion et discussion : Qu'est-ce qu'une bonne communication ? | 20 minutes |
| Acte. 4 | Jeu de rôle pour une bonne communication | 70 min ou plus |
| | Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe .
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la session 1. [Activité 4](#) ;
- Sélectionnez huit images (découper dans des magazines ou des journaux) et découpez chaque image en six morceaux inégaux (le nombre d'images doit correspondre à la moitié du nombre de participants, par exemple, pour 16 participants, préparez 8 images). Mélangez toutes les images découpées et placez-les ensemble dans une boîte. (Ce seront les puzzles dont vous aurez besoin dans l'activité 2).
- **Exemplaires du [document sur les pratiques domestiques :Une bonne communication dans la famille](#).**

Résumé de la session : Dans cette session et les suivantes, les participants réfléchissent à l'un des éléments clés des relations positives et solidaires : la nécessité de se respecter mutuellement. Le respect mutuel peut être incarné par diverses pratiques quotidiennes. Dans cette session, nous nous concentrerons sur la communication, et les participants discuteront de la manière dont une bonne communication peut contribuer à construire un environnement familial respectueux et favorable. La session se concentrera sur la compréhension par les parents de l'écoute sans jugement, de l'observation de l'autre personne et de la parole. Les participants partageront également les façons dont ils communiquent leur appréciation envers leurs enfants par des gestes quotidiens simples. Ils repartiront avec un rappel pour pratiquer une bonne communication avec leurs enfants.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (5 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Modalité :



Tout le groupe

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Vous pouvez sauter l'energisant ici, car l'activité suivante (Activité 2. Pouvez-vous m'écouter, s'il vous plaît ?) introduit le sujet de la bonne communication par un energisant engageant.
4. **DEMANDEZ :**
 - Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente ?**
 - Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - Qu'avez-vous trouvé difficile ?

Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez à portée de main le **Plan de référence et le Document à distribuer** pour les partager si nécessaire. N'oubliez pas que le plan d'orientation et le polycopié correspondant sont des "documents vivants" : ne vous contentez pas d'y renvoyer les participants, mais si vous reconnaissez qu'un besoin doit être traité en dehors des sessions, faites tout votre possible pour trouver l'organisme approprié et, si nécessaire, orientez les participants vers les bons acteurs dans votre contexte. Par ailleurs, vous devriez discuter de toute question complexe avec le **superviseur du programme**, qui devrait être en mesure de vous aider à trouver la meilleure approche pour résoudre les problèmes en question.

5. Il faut toujours féliciter ceux qui ont le courage de partager !
6. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Pouvez-vous m'écouter ? Jeu de communication (15 min)

Objectifs : dynamiser les participants avec une activité amusante qui introduit le sujet de la bonne communication ; répéter la difficulté de communiquer lorsque quelqu'un n'écoute pas.

Matériaux :

- Sélectionnez huit images (découpées dans des magazines ou des journaux) et découpez chaque image en six morceaux inégaux (le nombre d'images doit correspondre à la moitié du nombre de participants, c'est-à-dire que pour 16 participants, préparez huit images).
- Mélangez toutes les découpes et placez-les ensemble dans une boîte.

Modalité :



Travail en binôme

1. Demandez aux participants de vous aider à placer tous les sièges - chaises ou tapis - dans le plus grand cercle possible.
2. Placez la boîte avec les découpes au milieu du cercle, sur le sol, en veillant à ce qu'il n'y ait aucun obstacle entre la boîte et la zone d'assise des participants.
3. Invitez les participants à former des paires. Participez à l'activité si vous avez un nombre impair de participants. Dans chaque paire, une personne sera le 1 et l'autre le 2.
4. Maintenant, invitez tous les participants qui ont été affectés au groupe 1 à quitter la salle. Expliquez au groupe 2 que chacun doit penser à un souvenir heureux de son enfance.



CONSEILS : ESSAYEZ-LE D'ABORD !

Cette activité peut sembler déroutante, mais elle est extrêmement simple : L'astuce consiste à l'essayer plusieurs fois lors d'une répétition, afin de pouvoir donner les instructions en toute confiance lors de l'animation.

5. Expliquez que le but du jeu est de partager un maximum d'informations sur le souvenir heureux qu'ils ont choisi, avec leur partenaire du groupe 1, mais qu'ils ne peuvent parler à leur partenaire que lorsqu'ils sont tous deux assis à leur place. Ils disposent de 3 minutes.
6. Passez maintenant au groupe 1 et expliquez que chacun d'entre eux a pour objectif de compléter un puzzle (rassembler une image qui a été découpée en 6 morceaux) le plus rapidement possible. Expliquez-leur qu'ils ont un maximum de 3 minutes pour accomplir cette tâche.
7. Précisez que, de retour dans la pièce, ils trouveront les pièces des puzzles mélangées dans une boîte.
8. Ne partagez pas les objectifs que vous avez assignés aux membres du groupe 2 !
9. Expliquez qu'il n'y a que deux règles :
 - a. Ils ne peuvent prendre qu'une seule pièce qu'ils pensent appartenir à leur puzzle à la fois. Ils peuvent l'apporter à leur place, vérifier qu'elle fonctionne, et seulement ensuite, ils peuvent retourner à la boîte avec les pièces du puzzle et choisir la suivante.
S'ils prennent une pièce qui n'appartient pas à leur puzzle, ils doivent la remettre dans la boîte.
 - b. Ils ne sont pas autorisés à parler.
10. Demandez maintenant au groupe 1 de retourner dans la salle et de reprendre sa place par deux comme au début de l'activité.

11. Lancez le chrono ! **REMARQUE** : Il est normal que les membres du groupe 1 aient du mal à compléter le puzzle. Il est possible que personne ne le fasse. Ne vous inquiétez pas, cela fait partie du jeu.
12. Après trois minutes, arrêtez le jeu et demandez à chacun de retourner à sa place.
13. Remerciez tout le monde pour leur participation.

Activité 3. Réflexion et discussion : Qu'est-ce qu'une bonne communication ? (20 min)

Objectifs : réfléchir aux éléments d'une bonne communication et souligner l'importance de l'écoute pour établir une bonne communication ; identifier l'impact du stress sur la communication.

Modalité :



Plénière

1. **DEMANDEZ** :
 - a. D'après vous, que s'est-il passé dans ce match ? Qu'avez-vous observé ?
Invitez quelques volontaires à partager leurs idées.
2. **Demandez à quelqu'un du groupe 1** :
 - a. Qu'avez-vous compris de l'histoire que votre partenaire vous a racontée ?
 - b. Était-il facile ou difficile de suivre ce qu'il/elle disait ? Pourquoi ?
3. Invitez les membres du groupe 2 à partager leurs sentiments.
Demandez-leur :
 - a. Qu'avez-vous ressenti lorsque vous avez essayé de raconter votre histoire à votre partenaire ? Que s'est-il passé ?
4. **Demandez à l'ensemble du groupe** :
 - a. Pourquoi pensez-vous que la communication n'a pas fonctionné ?
 - b. **Quels sont les éléments d'une bonne communication qui ont manqué ici ?**
5. Utilisez les informations contenues dans la **boîte à idées** : "**Qu'est-ce qu'une bonne communication**" pour vous assurer que les points pertinents sont couverts.
N'oubliez pas que votre rôle est d'encourager le partage et l'apprentissage entre pairs des participants, plutôt que de faire un cours magistral : n'utilisez les notes que si vous pensez que certains aspects cruciaux n'ont pas été transmis.



QU'EST-CE QU'UNE BONNE COMMUNICATION ?

- Écoute ciblée, observation de l'autre personne, discussion.
- Utilisez votre langage corporel pour communiquer avec votre enfant et montrer que vous êtes intéressé par ce qu'il fait - asseyez-vous avec lui, regardez-le dans les yeux.
- Utilisez un ton de voix encourageant - évitez de crier.
- Suivez l'exemple de votre enfant : abordez ses sujets d'intérêt, ce qu'il fait ou ce qu'il ressent.
- Accordez à votre enfant une attention totale et sans partage lorsque vous communiquez. Essayez d'arrêter ce que vous êtes en train de faire lorsque vous lui parlez.
- Écoutez-le et répondez-lui de manière sensible et empathique, non seulement lorsqu'il est heureux, mais aussi lorsqu'il manifeste de la colère, de la frustration ou de la tristesse.
- Ne jugez pas.
- Montrez de l'intérêt pour ce que l'enfant dit.
- Posez des questions ouvertes (Quoi, Pourquoi, Comment).
- Faites des demandes simples.
- Faites preuve de respect et d'appréciation : prenez votre enfant en photo, dites-lui merci, reconnaissez vos propres erreurs.
- Essayez de ne pas vous engager dans une communication conflictuelle lorsque vous vous sentez en colère, agacé, frustré ou stressé. N'oubliez pas : **une bonne communication implique le respect et la valorisation de votre enfant.**

6. A la fin de la conversation,

DITES :

- Une bonne communication se produit lorsqu'une personne parle et que l'autre écoute.
- L'écoute attentive est fondamentale.
- Dans cette activité, la communication n'était pas facile, car les auditeurs étaient occupés à d'autres tâches, ce qui est un scénario que nous connaissons bien dans notre vie quotidienne.
- La communication est une activité qui demande de l'énergie et du temps, mais grâce à une bonne communication, nous jetons les bases d'une bonne relation avec nos enfants et les autres membres de la famille.
- Lorsque nous communiquons, et que nous nous concentrons sur ce que dit la personne, nous montrons que nous nous soucions d'elle et que nous la respectons.

Activité 4. Jeu de rôle sur la bonne communication (70 min ou plus)

Objectif : Offrir aux participants un espace sûr pour partager la façon dont ils mettent en œuvre de bonnes compétences en matière de communication ; réfléchir aux éléments d'une bonne communication et pourquoi il est important de communiquer régulièrement et

ouvertement avec son enfant ; reconnaître les avantages d'une bonne communication sur les relations familiales.

Modalité :



travail en groupe suivi d'une discussion en plénière



EN SAVOIR PLUS - JEUX DE RÔLE

Jetez un coup d'œil au **Compagnon de Constant**, pour apprendre à animer des jeux de rôle.

1. DITES :

- Dans la première activité, nous avons discuté de ce que nous comprenons comme une bonne communication.
- Dans l'activité suivante, nous ferons un jeu de rôle sur la façon dont nous mettons en place une bonne communication à la maison et nous discuterons des avantages de communiquer fréquemment et ouvertement avec nos enfants.

2. Divisez les participants en groupes de 4.

3. Lisez le scénario : **(Histoire ouverte)**



"Jemima est une petite fille de 9 ans. Elle rentre de l'école, elle a l'air frustrée et en colère. Sa mère est à la maison, occupée à travailler. Elle semble stressée et frustrée. Jemima dit : "Maman, tu n'as pas d'idée de ce qui m'est arrivé aujourd'hui". Et elle se jette sur une chaise.

4. Expliquez que nous allons faire un **jeu de rôle**.

5. Pour préparer le jeu de rôle, chaque groupe doit commencer par discuter du point suivant :

- a. Pourquoi la mère est-elle stressée ?
- b. Pourquoi Jemima est-elle frustrée ? A votre avis, que s'est-il passé ?
- c. Comment pensez-vous que la scène va se développer ?
- d. Comment s'engageriez-vous dans une **bonne communication si vous étiez les parents de Jemima** ?

6. Expliquez qu'ils disposent de 15 minutes pour préparer leur jeu de rôle. Expliquez que la scène doit être préparée ensemble, mais que deux personnes de chaque groupe joueront la scène - l'une jouera la mère, l'autre la fille.

7. Expliquez-leur qu'ils doivent s'assurer que **la mère utilise une bonne communication**. La scène ne doit pas durer plus de 3 minutes.

8. Après 15 minutes, laissez chaque groupe présenter son scénario. Arrêtez-les après 3 minutes.

9. Après chaque représentation, demandez à l'ensemble du groupe de discuter ensemble en utilisant tout ou partie des questions des [Notes pour l'animateur10: "L'histoire de Jemima"Feedback](#). Si vous manquez de temps, vous pouvez

raccourcir cette activité en laissant tous les groupes jouer leur sketch et ne commencer la discussion qu'à la fin, après les présentations.

10. Après la discussion, ajoutez vos propres commentaires et résumer les principaux points soulevés par le groupe.
11. Essayez d'être positif mais n'ayez pas peur de suggérer comment vous pensez que les choses pourraient être mieux faites.
12. Remerciez tout le monde après leur performance !



COMMUNICATION, GENRE ET CONTEXTE LOCAL

Pour contextualiser cette session, réfléchissez à ce qui suit :

- Les enfants sont-ils généralement censés communiquer davantage avec leur père ou leur mère ? Pourquoi ?
- Qui est chargé de gérer les émotions dans la famille ?
- Y a-t-il un sujet dont les pères ou les garçons ne sont pas censés parler ?
- Et les filles ?

Rappelez-vous sur ce que nous avons discuté dans les **sessions 2, 3 et 8** :

- **Les pères et les mères ont un rôle primordial à jouer dans la prise en charge des enfants - et cela passe aussi par la communication.**
- **Il est essentiel d'être conscient des différences et des stéréotypes liés au genre dans la famille, et donc de s'y attaquer, y compris dans l'approche de la communication.** Par exemple, dans certaines communautés, les garçons et les pères ne sont pas censés partager leurs émotions. Cela peut avoir un impact négatif sur le bien-être de l'enfant, notamment sur sa santé mentale et sa résilience.

13. DEMANDEZ :

- Quels sont les avantages d'une bonne et fréquente communication avec les enfants ?
- Que peut-il se passer s'il n'y a pas de communication ou une mauvaise communication ?
- Comment une bonne communication - et l'écoute - peuvent-elles contribuer à réduire le risque de recrutement d'enfant par un groupe armé ?
- Comment pourrait-elle faciliter la réintégration des enfants dans la famille, s'ils ont été recrutés ?

14. Répétez certains des points abordés au cours de la session - utilisez à nouveau la **boîte à idées : "Qu'est-ce qu'une bonne communication"**. Réfléchissez aux réponses données par les participants et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer. **DITES :**

- Lorsque vous communiquez avec votre enfant, il est important de lui montrer que vous le respectez et que vous appréciez ses idées.
- Essayez de communiquer avec votre enfant tous les jours.

- Communiquez votre appréciation et votre respect à votre enfant en le félicitant fréquemment : dites-lui "bien joué, bon travail ! Mais remerciez-le aussi chaque fois que possible.
- Avec les enfants plus âgés, il est particulièrement important d'être ouvert à l'écoute. Ne les obligez pas à parler s'ils n'en ont pas envie. Posez des questions, mais respectez leurs silences, et soyez prêt à les écouter quand ils veulent vous parler.
- Évitez également de porter un jugement : écoutez et respectez les sentiments qu'ils peuvent avoir.
- Lorsque vous pensez avoir fait une erreur, reconnaissez-la et partagez-la avec votre enfant : Apprenez à dire "Je suis désolé". C'est un moyen important de reconnaître la valeur de votre enfant et de lui témoigner du respect.
- Communiquer et faire preuve de respect donnent **confiance** à votre enfant, **il apprend à se tourner vers vous lorsqu'il est confronté à des défis, il apprend à être résilient, à rebondir après des difficultés.**
- **Il s'agit de compétences essentielles pour empêcher l'implication d'un enfant dans un groupe armé et pour favoriser sa réintégration dans la famille.**

15. DEMANDER :

- a. Quelles sont les difficultés que nous pouvons rencontrer pour communiquer avec nos enfants qui ont été recrutés par un groupe armé ?
- b. Comment pourrions-nous essayer de parler avec nos enfants de leur expérience ?

16. DITES :

- Les enfants qui ont été recrutés par des groupes armés peuvent trouver difficile de parler de leur expérience.
- Il est important de ne pas pousser nos enfants à parler s'ils ne le souhaitent pas, mais aussi d'être ouvert pour les écouter chaque fois qu'ils ont envie de nous parler.
- Une stratégie pour faciliter la communication sur des sujets difficiles tels que les expériences que nos enfants ont pu avoir avec un groupe armé, ou les défis auxquels ils sont confrontés à leur retour à la maison, consiste à détourner l'attention du sujet. Par exemple, d'autres parents dans une situation similaire ont déclaré qu'il était plus facile de parler en faisant d'autres activités, comme une corvée ménagère ensemble, ou en marchant ou en travaillant ensemble. D'autres ont dit qu'il était plus facile de parler lorsqu'ils savouraient quelque chose d'agréable ensemble, comme une friandise.
- N'oubliez pas d'essayer d'engager une conversation sur ces questions uniquement lorsque vous ne vous sentez pas tous deux stressés ou submergés par des émotions intenses.

Notes pour l'animateur 10 : "L'histoire de Jemima" Feedback

Utilisez les questions suivantes pour vous aider à animer la discussion après chaque sketch. Si le temps le permet, utilisez toutes les questions. Sinon, concentrez-vous sur les questions clés en gras au début.

QUESTIONS CLÉS :

Pensez-vous que la mère s'est engagée dans une bonne communication ? Qu'est-ce qui vous fait dire cela ?

- **De quelles manières la mère a-t-elle concentré son attention uniquement sur l'enfant ?**
- **La mère a-t-elle posé des questions ouvertes ou fermées ?**

Si vous avez le temps, intégrez la conversation en utilisant une ou plusieurs des questions suivantes :

- Comment était le ton de la voix de la mère ?
- Comment était le langage corporel ? La mère a-t-elle utilisé un langage corporel qui encourageait l'enfant à lui parler ? Comment ? Qu'a-t-elle fait ? (pensez au contact visuel, à la posture, etc.).
- Comment la scène changerait-elle si le père était là à la place de la mère ? Comment le père réagirait-il ? Et l'enfant ?
- Comment la scène changerait-elle si l'enfant était un garçon au lieu d'une fille ? Comment la communication changerait-elle ?
- Quels sont les problèmes de la mère qui l'empêchent de communiquer efficacement (par exemple, elle est occupée, Jemima est très introvertie, elle ne veut pas partager, un autre enfant réclame son attention, etc.)
- Comment relève-t-elle ces défis pour avoir une bonne communication ? (utilisez cette question pour réfléchir aux différences de communication entre les mères et les pères, et les fils et les filles, et aux sujets qui sont plus ou moins faciles à aborder pour chaque membre de la famille - voir l'**encadré-conseil : "Communication, genre et contexte local"** et **Encadré conseil : "Parler de sujets difficiles"** pour vous aider à animer cette partie.

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Exemplaires du [polycopié Pratiques familiales : Une bonne communication au sein de la famille](#) ; (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4](#).

Modalité :



1. [Distribuez](#) le [document Pratiques familiales : Une bonne communication dans la famille](#) à chaque participant.

2. Rappelez-leur d'essayer de prendre 10 minutes par jour pour écouter leurs enfants sans distractions.
3. Demandez-leur de garder une trace de leur pratique quotidienne : ils peuvent placer une croix à côté du jour de la semaine dans le polycopié, chaque fois qu'ils ont réussi à écouter et à parler à leurs enfants. Ils peuvent placer des cailloux dans une boîte. Vous pouvez également inviter les participants à suggérer leur propre méthode de suivi de leur pratique.
4. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
5. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
6. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
7. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
8. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
9. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Document d'entraînement à domicile : Une bonne communication au sein de la famille

N'oubliez pas de le faire :

Louez-les

Dites merci

S'excuser

Intégrez et continuez à pratiquer toute pratique de communication positive qui fonctionne pour vous !

| Jours de la semaine | J'ai pris 10 minutes pour parler à mon enfant ! |
|---------------------|---|
| Jour 1 | |
| 2 | |
| 3 | |
| 4 | |
| 5 | |
| 6 | |
| 7 | |

Session 11

Partir de soi-même : Pratiques d'auto-soins pour gérer nos émotions



Session 11. Partir de soi-même : Pratiques d'auto-soins pour gérer nos émotions

Durée 1h 45 ☺ min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Prendre conscience, reconnaître, exprimer et gérer leurs propres émotions.
- Parler des émotions avec leurs enfants et avec leurs pairs.

Aperçu des activités :

| | | |
|-------------------|---|----------------|
| Session 11 | | 105 min |
| Acte. 1 | Accueillir les participants et réfléchir sur la pratique à domicile | 10 min |
| Loi. 2 | Reconnaître nos émotions | 30 minutes |
| Loi. 3 | Jeu de rôle - comment communiquer nos émotions à nos enfants | 50 min ou plus |
| | Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la session 1. Activité [4](#).
- Dessinez quelques symboles d'émotions ou écrivez les noms des émotions sur des morceaux de papier et accrochez-les à différents endroits de la pièce. Vous pouvez utiliser les exemples proposés dans le [Pictogramme pour les animateurs 9 : symboles d'émotions \(voir activité 2\)](#).
- Des copies du document "Home practice" : Communiquer nos émotions.

Résumé de la session :

Les participants commenceront par reconnaître leurs propres émotions. Ils réfléchiront à la manière dont la communication de leurs émotions peut contribuer à leur propre bien-être, mais aussi à la création d'un environnement familial favorable et à la manifestation de la confiance et du respect envers les enfants et les autres membres de la famille. Ils réfléchiront aux normes culturelles qui entourent l'expression des émotions et surtout le fait de parler de ses émotions avec ses enfants. Ils s'exerceront ensuite à communiquer leurs émotions. Ils quitteront la journée avec un document qui leur rappellera de parler des

émotions et de partager leurs émotions avec leurs enfants et les autres membres de la famille.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez ci-dessous deux exemples d'activités de stimulation. Vous trouverez d'autres suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires pour proposer un energizer.
4. Demandez à chacun de se lever et de faire le tour de la pièce.
5. Chaque fois que leur regard croise celui d'une autre personne, ils doivent mimer une émotion, par exemple une personne frustrée, triste ou heureuse. La personne avec laquelle ils ont croisé leur regard doit indiquer quelle émotion l'autre participant représente.
6. Si cette approche n'est pas culturellement appropriée dans votre contexte, vous pouvez la modifier comme suit : invitez les participants à faire le tour de la pièce, et expliquez-leur que vous allez crier certaines émotions et qu'ils devront les mimer.
7. Exprimez certaines émotions, comme "triste", "en colère" ou "effrayé".
8. Après avoir appelé une émotion, prenez quelques minutes pour faire le tour de la pièce et invitez les participants à reconnaître à quoi pourrait ressembler l'émotion que vous venez d'appeler, et comment ses expressions peuvent être similaires ou différentes.
9. Ensuite, remerciez tous les participants pour leur participation et invitez-les à s'asseoir.
10. **DEMANDEZ** :
 - Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente** ?
 - Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - Qu'avez-vous trouvé difficile ?Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez à portée de main le **document d'orientation** à partager si nécessaire.
11. Il faut toujours féliciter ceux qui ont le courage de partager !
12. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Reconnaître nos émotions (30 min)

Objectifs : développer la capacité d'identifier et d'exprimer ses propres émotions ; reconnaître les avantages de communiquer ses propres émotions ; reconnaître les normes culturelles entourant la communication des émotions.

Modalité :

Plénière 

Matériel : Dessinez quelques symboles d'émotions ou écrivez les noms des émotions sur des morceaux de papier et accrochez-les à différents endroits de la pièce. Vous pouvez utiliser les exemples proposés dans le [Pictogramme pour les animateurs9: Symboles d'émotions voir pages suivantes](#)). Vous n'êtes pas obligé d'utiliser toutes les émotions proposées ! Choisissez celles qui vous semblent les plus courantes, pertinentes ou connues dans votre contexte.

1. Montrez au groupe les **symboles des émotions** et demandez aux participants d'identifier la signification de chaque symbole. Assurez-vous que tout le monde est d'accord.
2. Ensuite, expliquez que vous allez mentionner une série de situations et que chaque participant doit réfléchir individuellement à ce qu'il pourrait ressentir dans cette situation, et se placer devant le symbole correspondant dans la salle.
3. **Lisez** les déclarations suivantes et, après chaque phrase, invitez quelques volontaires à y réfléchir (ne poussez personne à participer s'il ne le souhaite pas) :
 - Comment savez-vous quand vous ressentez cette émotion ?

4. **DITES :** 
 - a. Vous avez accompli une tâche difficile au travail et vous avez maintenant du temps libre.
 - b. Vous vous êtes disputé avec votre enfant, et il ne veut pas vous parler.
 - c. Votre enfant rentre à la maison avec un résultat très positif à un test scolaire.
 - d. Votre enfant a cassé votre montre.
 - e. Votre enfant a toujours été très joyeux, mais depuis peu, il est toujours grognon.
 - f. Vous recevez la nouvelle que votre enfant a été libéré par le groupe armé et qu'il arrive à la maison.
 - g. Il y a des rumeurs selon lesquelles un groupe de rebelles se rapproche de votre village.
 - h. Des rumeurs circulent selon lesquelles la personne pour laquelle vous travaillez a des problèmes financiers et pourrait licencier quelqu'un.

Après chaque phrase, donnez le temps aux participants de prendre place devant un symbole d'émotion, et posez la question ci-dessus.

8. Ensuite, invitez tout le monde à reprendre sa place, et remerciez-les pour leur participation.
9. **DEMANDEZ :**
 - a. Certaines de ces émotions sont-elles plus faciles à reconnaître et à gérer ?
 - b. Quelles sont les émotions les plus difficiles à gérer ? Pourquoi ?
 - c. Quelles émotions sont plus faciles à communiquer ? A qui ? Lesquelles sont plus difficiles à communiquer ? Pourquoi ?

- d. Dans notre culture, y a-t-il une émotion que l'on est censé garder pour soi ? Pourquoi ?
- e. Y a-t-il des émotions que les hommes sont censés garder pour eux ? Et pour les femmes ?
- f. Y a-t-il des émotions que les adultes sont censés garder pour eux ? Et les enfants ?
- g. Quelles sont les conséquences de garder ses émotions pour soi ?

10. DITES :

- Reconnaître et comprendre les émotions est important pour les enfants comme pour les adultes. Par exemple, lorsque nous reconnaissons que nous ressentons des émotions intenses, comme une grande colère ou une grande frustration, nous pouvons apprendre à nous calmer. Lorsque nous sommes plus calmes, il est plus facile de réfléchir, de comprendre ce qui se passe autour de nous et de prendre de meilleures décisions.
- Les émotions intenses peuvent nous faire "perdre le contrôle" de nos pensées et de nos actions.
- Comprendre les émotions nous aide à identifier les causes qui déclenchent certaines émotions et à faire des choix qui nous font nous sentir plus positifs (on évite ce qui nous rend triste et on choisit ce qui nous rend heureux).
- Lorsque nous comprenons nos émotions, nous sommes également plus à même de demander de l'aide en cas de besoin.
- Communiquer ses émotions est également important, même si cela peut parfois être difficile.
- Lorsque nous communiquons nos sentiments, nous construisons une relation forte, confiante et saine, nous faisons preuve de confiance l'un envers l'autre.
- Lorsque nous communiquons nos sentiments à nos enfants, nous les aidons à comprendre les motifs de certaines de nos actions, nous leur apprenons à être en phase avec leurs propres émotions et nous les aidons à les gérer de manière saine.



ÉMOTIONS, COMMUNICATION ET NORMES LOCALES

Reconnaître et communiquer les émotions peut être très difficile. Dans certains contextes, les normes culturelles locales peuvent empêcher ou décourager certains groupes sociaux d'exprimer leurs émotions.

Par exemple, dans certains contextes, les hommes ne sont pas censés exprimer leur peur, leur tristesse ou leur affection, surtout lorsqu'ils ont affaire à des enfants. On peut s'attendre à ce que les hommes soient ceux qui disciplinent, montrent leur force, leur fierté et leur colère.

Réfléchissez à votre contexte et aux émotions qui peuvent être exprimées au sein de la famille, et à celles qui ne le sont pas. Il est conseillé de ne pas laisser ces normes culturelles indiscutées, afin de mettre en œuvre une approche efficace de transformation du genre. Ce sujet peut être très difficile à aborder et il est conseillé d'en discuter avec votre **co-facilitateur et le superviseur du programme** afin de choisir la meilleure stratégie pour aborder cette question.

5 minutes de pause (facultatif) : Trouvez un moyen local approprié pour faire une pause et vous détendre. Vous pouvez inviter quelques participants à se porter volontaires et à partager une technique de relaxation appropriée localement, comme une chanson ou un jeu rapide. Si personne ne se porte volontaire, soyez prêt à proposer une activité courte et énergisante.

Pictogramme pour les animateurs 9 : Symboles de sentiments



Voici quelques exemples d'émotions et d'émoticônes pour les reproduire : vous n'êtes pas obligé de les copier tous. N'hésitez pas à choisir celles qui vous semblent les plus courantes, pertinentes ou connues dans votre contexte.

Joyeux



Coupable



Plein d'espoir



Honteux



Fierté



Anxieux



Contente



Inquiet



Calm



Effrayé



Confus



Frustré



Troublé



Débordé



Triste



En colère



Solitaire



Furieux



Activity 3. Jeu de rôle - comment communiquer des émotions à nos enfants (50 min ou plus)



COMMUNIQUER LES ÉMOTIONS AVEC NOS ENFANTS

Devons-nous communiquer toutes nos émotions à nos enfants ? Combien et que devons-nous partager ?

De nombreuses personnes cachent leurs émotions à leurs enfants pour éviter qu'ils ne souffrent avec elles, ou pour ne pas les inquiéter. Réprimer ses émotions peut avoir le résultat inverse : vous ne pouvez pas cacher complètement votre détresse, et vos enfants en reconnaîtront les signes, sans vraiment savoir ce qui se passe.

L'extrême opposé n'est pas non plus sain pour l'enfant : comme dans l'exemple des histoires ouvertes de l'activité 3, une expression incontrôlée des émotions - qu'il s'agisse de la colère, comme dans ce cas - peut entraîner des cris et des pleurs incontrôlés.

De même, le fait de partager des émotions trop intenses, par exemple la colère ou la frustration, peut entraîner des conflits : nous pouvons finir par crier, voire frapper nos enfants.

Ce que nous devons apprendre, c'est à **parler à nos enfants de nos émotions de manière pacifique**. Dans l'exemple fourni, après avoir crié sur l'enfant, Aldana tente d'expliquer ses sentiments à l'enfant pour rétablir la situation. Lorsque vous dites à votre enfant ce que vous ressentez et que vous lui expliquez les causes de vos émotions, vous lui montrez également comment faire face à sa propre détresse de manière saine.

Si vous sentez que vos émotions sont trop intenses, que vous êtes en colère, frustré, triste ou accablé, ce n'est peut-être pas le meilleur moment pour communiquer pacifiquement vos émotions avec votre enfant. Utilisez une technique de relaxation qui fonctionne et, une fois que vous sentez que les émotions sont sous contrôle, vous pouvez approcher votre enfant.

Objectifs : offrir aux participants un espace sûr pour s'entraîner à communiquer leurs émotions avec leurs enfants ; comprendre les avantages de communiquer nos émotions à nos enfants, pour nous-mêmes et pour eux.

Modalité :



Travail en groupe suivi d'une discussion en plénière.

1. **DITES** :

- Communiquer nos émotions avec nos enfants peut être très difficile : la honte, la fierté, les normes sociales peuvent rendre la chose difficile.

2. Invitez les participants à former 4 groupes.

3. Lisez l'histoire suivante : (Histoire ouverte)



Aldana est la mère de 4 enfants. Jorge est son deuxième enfant, il a 10 ans.

Aujourd'hui, Aldana se sent très frustrée et nerveuse : elle a eu une journée de travail très dure et très longue. De plus, elle n'a pas reçu son salaire du mois dernier. Elle vient de rentrer chez elle et la maison est sale. Jorge était censé faire un peu de

ménage et s'assurer que les jeunes frères et sœurs avaient pris un bain, mais il semble qu'il n'ait rien fait de tout cela. En plus de cela, au moment où Aldana appelle Jorge pour l'aider à préparer le dîner, il arrive en courant, trébuche accidentellement et casse une des chaises de la cuisine. Aldana se tourne vers lui et ne peut plus contrôler sa rage. Elle lui crie dessus, tape du poing sur la table et lui demande de partir et de la laisser tranquille.

4. Expliquez que deux groupes doivent travailler sur ce scénario, tandis que les deux autres groupes doivent modifier le scénario et imaginer qu'Aldana n'est pas la mère mais le père, et que Jorge n'est pas un garçon mais une fille. Le reste de la scène reste le même.
5. Expliquez que les quatre groupes doivent imaginer la suite de l'histoire, d'une manière qui permette au **parent de communiquer ses émotions** et d'**utiliser une approche non violente pour faire face à la situation**. Lisez les questions suivantes pour aider les participants à réfléchir :
 - Que pensez-vous qu'il se passe ensuite ?
 - Comment Aldana pourrait-elle communiquer ses émotions à son fils ? Que pourrait-il se passer si elle le faisait ?
 - Comment son enfant va-t-il réagir ?



Voici un exemple de la façon dont la scène pourrait se poursuivre :

Après avoir crié sur Jorge, Aldana prend une inspiration pour se calmer. Une fois qu'elle se sent un peu moins stressée, elle va voir Jorge, s'assoit à côté de lui, passe un bras autour de ses épaules et lui dit : "Je suis désolée si je t'ai crié dessus, c'est parce que je me sens très stressée et nerveuse en ce moment, parce qu'il y a des problèmes au travail. Il est important que tu m'aides et que tu t'occupes des tâches que je te demande de faire. Maintenant, veux-tu m'aider à préparer le dîner, et me dire comment s'est passée ta journée ?"

6. Expliquez-leur qu'ils doivent prendre 15 minutes pour préparer un jeu de rôle de la scène et de sa suite. Dans ce cas, seules deux personnes par groupe vont répéter les personnages, mais elles doivent travailler ensemble pour se mettre d'accord sur le déroulement de la scène. La scène ne doit pas durer plus de 3 minutes.
7. Faites le tour des différents groupes pour vous assurer que la tâche a été comprise.
8. Après 15 minutes, invitez chaque groupe à jouer son jeu de rôle, en 3 minutes maximum.

9. Une fois que tout le monde a présenté son jeu de rôle, utilisez tout ou partie des questions figurant dans les [Notes pour l'animateur11: Communiquer le feedback des émotions](#), pour faciliter une discussion avec tous les participants. Si nécessaire, rappelez-leur que vous n'êtes pas là pour juger les performances des participants,

NOTES POUR LES FACILITATEURS 11 : COMMUNIQUER LES ÉMOTIONS **FEEDBACK**

Utilisez certaines des questions suivantes pour vous aider à animer la discussion après chaque sketch. Si le temps le permet, utilisez toutes les questions. Sinon, concentrez-vous sur les questions clés en gras.

QUESTIONS CLÉS :

1. **Pensez-vous que ce scénario soit réaliste ?**
2. **La mère ou le père a-t-il réussi à communiquer ses émotions à l'enfant ? Si oui, comment pensez-vous qu'il/elle se sent après avoir partagé sa colère et sa frustration avec l'enfant ?**
3. **Comment pensez-vous que l'enfant se sente après que la mère/le père ait partagé sa colère et sa frustration avec lui/elle ?**

Questions supplémentaires :

4. Comment pensez-vous que la mère ou le père se sent après avoir crié sur l'enfant ? Comment pensez-vous que cela affecte sa colère et sa frustration ?
5. Comment pensez-vous que l'enfant se sent après s'être fait crier dessus ?
6. Pensez-vous que cette approche pourrait fonctionner dans votre famille ? Pourquoi ?
7. Pensez-vous que cette approche pourrait fonctionner de la même manière avec des enfants de tout âge ?
8. Cela pourrait-il fonctionner pour les filles comme pour les garçons ? Pourquoi ?
9. Cela pourrait-il fonctionner pour les pères comme pour les mères ? Pourquoi ?

- mais pour apprendre la meilleure approche pour résoudre les problèmes ensemble.
10. Après la discussion, ajoutez vos propres commentaires et résumez les principaux points qui ont été soulevés. Si nécessaire, utilisez les informations contenues dans la **boîte à idées : "Communiquer les émotions avec nos enfants"**. Essayez d'être positif mais n'ayez pas peur de suggérer comment vous pensez que les choses pourraient être mieux faites. Remerciez tout le monde après leur performance !
11. Enfin, **DEMANDEZ :**
- a. Comment pensez-vous que le fait de parler à nos enfants de nos émotions affecte le risque de recrutement par des groupes armés ?
 - b. Comment contribue-t-elle à faciliter leur réintégration s'ils ont été recrutés par des groupes armés ?
12. **DITES :**
- Reconnaître nos émotions nous aide à les maîtriser. Si nous sommes anxieux, inquiets ou tristes, cela a un impact sur nos relations familiales et amicales.

- Si nous apprenons à reconnaître nos émotions et à les partager, nous aidons nos enfants à mieux nous comprendre, nous leur témoignons confiance et respect et nous les aidons à apprendre à gérer leurs propres sentiments et émotions.
- Faire preuve de respect aide nos enfants à se sentir capables de résoudre les problèmes, et lorsqu'ils nous font confiance, ils sont plus enclins à venir nous voir lorsqu'ils sont confrontés à des problèmes.

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Exemplaires du [polycopié "Pratique à domicile": Communiquer nos émotions](#) : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité 4](#).

Modalité :



Plénière

1. Distribuez le [document "Homepractice: Communiquer nos émotions"](#) à chaque participant.
2. Invitez les participants à marquer sur le polycopié chaque fois qu'ils parviennent à partager leurs émotions avec leurs enfants ou avec d'autres membres de la famille ou des amis de manière pacifique. Invitez-les à utiliser un symbole pour indiquer quelle émotion ils ont communiquée.
3. Rappelez-leur de continuer à mettre en pratique les compétences qui ont fait l'objet des sessions précédentes - communication positive et réduction du stress.
4. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
5. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
6. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
7. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
8. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
9. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Document d'entraînement à domicile : Communiquer nos émotions

| Jours de la semaine | J'ai eu l'occasion de communiquer mes émotions à mon enfant. | J'ai communiqué mes émotions à un autre membre de la famille ou à un ami. |
|---------------------|--|---|
| Jour 1 | | |
| 2 | | |
| 3 | | |
| 4 | | |
| 5 | | |
| 6 | | |
| 7 | | |

Communiquer les émotions - n'oubliez pas de le faire :

- Expliquez ce que vous ressentez.
- Expliquez ce qui provoque cette émotion.
- Montrez comment faire face à cette émotion de manière saine - par exemple, prendre une grande respiration si vous êtes stressé, vous allonger, appeler un ami, parler.
- Comment vous êtes-vous senti après avoir partagé vos émotions ? Réfléchissez-y !
- Intégrez ce que vous avez appris dans votre comportement et continuez à mettre en pratique toute autre stratégie que vous utilisez pour communiquer vos émotions à votre enfant de manière pacifique et non violente !

Session 12

La relation parent-enfant : Comprendre et gérer les émotions



Session 12. La relation parent-enfant : Comprendre et gérer les émotions

Durée 1h 35 ☺ min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître les émotions de leurs enfants.
- Faire preuve d'empathie et gérer les émotions de leurs enfants.
- Nommer et reconnaître les émotions de leurs enfants.

Aperçu des activités :

| Session | | TOTAL 95 min |
|---------|--|----------------|
| 12 | | |
| Acte 1 | Accueillir les participants et réfléchir sur la pratique à domicile | 10 min |
| Acte 2 | Comprendre les émotions et les comportements de nos enfants | 20 minutes |
| Acte 3 | Jeu de rôle - comment aider nos enfants à comprendre et à gérer les émotions | 50 min ou plus |
| | Clôture de la journée et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la session 1. [Activité 4.](#)
- **Créez le thermomètre des émotions :** Placez un long morceau de ruban adhésif sur le sol - si possible, en allant d'un côté à l'autre de la pièce. Placez les symboles le long du ruban, comme indiqué sur l'image de l'activité 2. Vous pouvez dessiner les symboles sur des morceaux de papier blanc et les coller au sol, ou vous pouvez les dessiner à la craie sur le sol (veillez à l'enlever ensuite).
- Exemplaires du document sur les pratiques à domicile : Aider nos enfants à communiquer et à gérer leurs émotions.

Contenu

Nous allons maintenant nous pencher à nouveau sur la relation parent-enfant : les parents discuteront des moyens de décoder les émotions des enfants et réfléchiront à la manière

dont ils peuvent aider leurs enfants à gérer et à faire face à leurs émotions. Les parents réfléchiront aux différences entre les enfants dans la façon dont ils expriment leurs émotions et au fait que certains enfants n'ont pas nécessairement envie de partager leurs émotions avec leurs parents, mais trouvent plus facile de communiquer avec leurs pairs (en particulier les enfants plus âgés). Les participants quitteront la session avec une note soulignant une stratégie pour aider les enfants à gérer leurs émotions (c'est-à-dire nommer et reconnaître les émotions des enfants).

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant approprié à votre contexte. Vous trouverez un exemple ci-dessous, et quelques suggestions figurent également dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires pour proposer un energizer ou une chanson.
4. Demandez à tout le monde de se mettre en cercle. Commencez par mimer une action.
5. Ensuite, invitez la personne à votre droite à vous demander "Qu'est-ce que tu fais ?", vous répondez que vous faites quelque chose de complètement différent, par exemple, l'animateur mime la natation et dit "Je me lave les cheveux".
6. La personne à la droite de l'animateur doit alors mimer ce que l'animateur a dit qu'elle faisait (se laver les cheveux), tout en disant qu'elle fait quelque chose de complètement différent.
7. Faites le tour du cercle de cette façon jusqu'à ce que tout le monde ait eu son tour¹⁶.
8. **DEMANDEZ** :
 - Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente** ?
 - Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - Qu'avez-vous trouvé difficile ?

Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions, et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez le **plan d'orientation** à portée de main, si nécessaire. N'oubliez pas d'être réceptif à tout signe indiquant que les parents pourraient avoir besoin d'une aide ciblée de la part d'un travailleur social de votre équipe ou d'une agence externe. Vous trouverez plus d'informations sur cet aspect également dans le **Constant Companion**. Dans tous les cas, vous devriez être en mesure de discuter de ces questions avec le **superviseur du programme** qui pourra vous aider à les aborder.

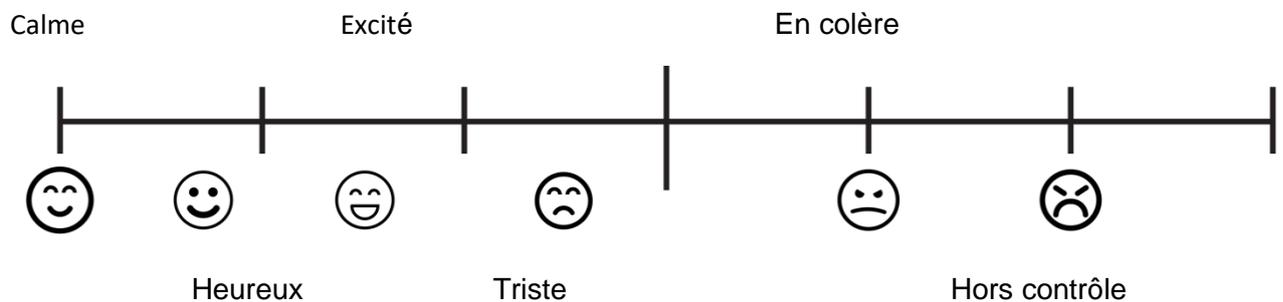
¹⁶ Adapté de International HIV/AIDS Alliance, (n.a.). [100 façons de dynamiser les groupes : Des jeux à utiliser dans les ateliers, les réunions et la communauté...](#)

9. Félicitez toujours ceux qui ont le courage de partager ! Vous pouvez également reconnaître que d'autres peuvent choisir de réfléchir à la réponse en silence, et c'est aussi bien ainsi !
10. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Comprendre les émotions et les comportements de nos enfants (20 min)

Matériaux :

Créez le thermomètre des émotions : Placez un long morceau de ruban adhésif sur le sol - si possible, en allant d'un côté à l'autre de la pièce. Placez les symboles le long du ruban, comme indiqué sur l'image ci-dessous. Vous pouvez dessiner les symboles sur des morceaux de papier blanc et les coller au sol, ou vous pouvez les dessiner à la craie sur le sol (veillez à l'enlever ensuite).



Vous trouverez ci-dessous quelques exemples d'émotions et d'émoticônes à reproduire sur le thermomètre des émotions : vous n'êtes pas obligé de les copier tous. N'hésitez pas à choisir celles qui vous semblent les plus courantes, pertinentes ou connues dans votre contexte.

| | | | |
|----------------|---|-----------|---|
| Joyeux |  | Coupable |  |
| Plein d'espoir |  | Honteux |  |
| Fierté |  | Anxieux |  |
| Contente |  | Inquiet |  |
| Calm |  | Effrayé |  |
| Confus |  | Frustré |  |
| Troublé |  | Débordé |  |
| Triste |  | En colère |  |
| Solitaire |  | Furieux |  |

1. Montrez au groupe le **thermomètre des émotions** posé sur le sol et demandez-lui d'identifier la signification de chaque symbole que vous avez placé sur la ligne. Assurez-vous que tout le monde est d'accord sur la signification des symboles.
2. **DITES :**

- Je vais maintenant vous lire quelques déclarations et je voudrais que vous réfléchissiez à ce que ressent l'enfant dans chaque scénario.
- Ensuite, levez-vous et placez-vous sur le thermomètre des émotions posé sur le sol, en correspondance avec l'émotion que vit l'enfant dans les histoires ouvertes.



3. Lisez les scénarios suivants :

- Jérôme rentre à la maison avec une mauvaise note à l'école.
- Alice a passé un bel après-midi avec ses amis.
- Le père de Frida a un jour de congé et emmène les enfants en promenade.
- Abid veut passer du temps avec ses amis, mais sa mère lui a dit qu'il devait d'abord faire ses devoirs.
- Ange a renversé tout le lait sur le sol.

4. Ensuite, **DITES** :

- Très souvent, les émotions peuvent influencer le comportement des enfants et des adultes. Nos enfants peuvent être soudainement très calmes, ou agressifs.
- Je vais maintenant vous lire quelques déclarations sur le comportement des enfants, et je voudrais que vous réfléchissiez aux émotions qui pourraient guider le comportement de l'enfant.
- De nouveau, placez-vous sur le thermomètre des émotions sur le sol, en correspondance avec l'émotion que vous pensez que l'enfant dans les histoires ouvertes ressent.



5. Lisez les histoires ouvertes suivantes :

- Amina est très calme et ne veut pas se joindre à tout le monde pour le dîner. Elle dit qu'elle veut aller se coucher.
- Au dîner, la mère demande à Susan de l'aider à mettre la table, elle répond qu'elle est occupée à faire ses devoirs. Le père insiste pour qu'elle l'aide. Elle crie qu'elle doit finir un devoir et s'écrie "Pourquoi ne demandes-tu jamais de l'aide à Hassan ?".
- Geneviève rentre de l'école, s'assoit à côté de sa mère et commence à l'aider à préparer le dîner tout en lui disant "tu n'as aucune idée de ce qui s'est passé aujourd'hui à l'école !".
- Dieudonné a du mal à dormir et est souvent impoli envers ses parents.
- Les parents disent à Fiston qu'il n'a pas le droit de quitter la maison après le dîner, car il est trop tard. Il leur crie "c'est injuste, je vous déteste !".

6. Après chaque histoire ouverte, laissez aux participants le temps de se placer sur le thermomètre des émotions. Rassurez-les en leur disant qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse ! Demandez ensuite à des volontaires :

- Qu'est-ce qui vous fait penser que l'enfant ressent cette émotion ?
- Pouvez-vous réfléchir à ce qui pourrait expliquer son comportement ? Qu'est-ce qui a pu se passer ? Pourquoi ressent-il/elle cette émotion ?

7. Remerciez tous les participants et demandez-leur de reprendre leur place.

8. **Alors, DEMANDEZ** :

- Que remarquez-vous à propos de vos propres émotions lorsque l'enfant dans chaque scénario se comporte comme il le fait ?
- Pouvez-vous penser à ce que vous faites en tant que parent pour gérer le comportement et les émotions de votre enfant ?

- Quelles sont les stratégies que nous pouvons utiliser pour aider nos enfants à gérer leurs émotions ? Comment pouvons-nous les aider à exprimer leurs sentiments de manière positive ?

Utilisez les notes du document [Notes pour l'animateur12:Aider les enfants à gérer leurs émotions](#) pour vous assurer que les points pertinents sont couverts. N'oubliez pas que votre rôle est d'encourager les participants à partager et à apprendre entre eux, plutôt que de faire la leçon : n'utilisez les notes que si vous pensez que certains aspects cruciaux n'ont pas été transmis.

9. **Ensuite, récapitulez leurs points clés et intégrez-les aux notes ci-dessous, DITES :**

- Pour aider nos enfants à gérer leurs émotions, nous devons commencer par comprendre leurs émotions et la manière dont ces émotions peuvent influencer leurs comportements.
- Cela nous aide à prendre la bonne décision sur la façon d'aborder leur comportement. Par exemple, si nous répondons au comportement agressif de notre enfant par une punition, nous ne nous attaquons pas à la racine du problème, à savoir **pourquoi** il est agressif.
- Les émotions ont un impact énorme sur nous-mêmes : les émotions déterminent la façon dont nous prenons nos décisions et nos actions/réactions, elles affectent notre bien-être, nos pensées, notre sommeil.
- Les émotions déterminent l'atmosphère du foyer.
- Les émotions positives affectent la relation entre les adultes qui s'occupent de l'enfant, ce qui a une incidence sur la façon dont les enfants réagissent aux autres.
- Rappelez-vous : Nos enfants ne se comportent pas d'une certaine façon pour nous faire du mal. Ils le font parce qu'ils doivent trouver des stratégies pour gérer leurs émotions. Une fois que nous avons compris les émotions qui guident leurs comportements, nous pouvons essayer de nous attaquer aux problèmes à la racine de ces émotions.
- Le respect des émotions de nos enfants leur montre que nous les apprécions et les respectons, ce qui permet d'établir une relation de confiance avec eux et de les aider à venir nous voir en cas de problème.
- En outre, en aidant nos enfants à comprendre et à gérer leurs émotions, nous les aidons à renforcer leur capacité à surmonter les difficultés, à avoir plus confiance en eux et à être plus positifs.
- N'oubliez pas que cette session est liée à ce que nous avons appris précédemment sur nos propres émotions. Si nous apprenons à identifier et à gérer nos émotions de manière appropriée, nous apprenons déjà à nos enfants à identifier et à gérer leurs émotions de manière appropriée.



AIDER LES ENFANTS À GÉRER LEURS ÉMOTIONS - SUGGESTIONS À UTILISER COMME EXEMPLES PAR L'ANIMATEUR

- Reconnaissez les émotions de votre enfant : Par exemple, dites quelque chose comme "Je vois que tu es en colère ou frustré".
- Aidez votre enfant à parler de ses sentiments et à les exprimer : par exemple, dites quelque chose comme "Je vois que tu te sens frustré, peut-être veux-tu me dire ce qui te tracasse ?".
- Donnez à votre enfant l'espace nécessaire pour partager, mais ne le forcez pas s'il ne veut pas le faire : "c'est bon si tu ne veux pas parler, je suis là quand tu veux".
- Apprenez à votre enfant les différentes façons de gérer ses sentiments et laissez-le trouver des moyens de les gérer. Parlez des moyens positifs et moins positifs d'exprimer ses sentiments. Par exemple, vous pouvez inviter votre enfant à discuter avec vous des moyens qui pourraient lui permettre de se sentir mieux lorsqu'il est en colère ou frustré. Demandez-lui plutôt que de lui dire ce qu'il doit faire. Si elle suggère des stratégies qui, selon vous, ne sont pas très positives ou pas appropriées, discutez des raisons pour lesquelles elles ne sont pas appropriées. Par exemple, si elle dit qu'elle a envie de frapper quelqu'un chaque fois qu'elle se met en colère, invitez-la à réfléchir aux conséquences de cette décision. Vous pouvez utiliser les "étapes de résolution des problèmes" indiquées dans la session 18, pour trouver un moyen de gérer les émotions de manière pacifique et positive.
- Partager des stratégies pour faire face aux émotions envahissantes, telles que :
 - Respiration profonde lorsque vous êtes stressé, frustré ou en colère (voir session 11)
 - Apprendre une approche de résolution de problèmes : Comment pouvons-nous résoudre ce problème ? (Session 14)
 - Mise en pause (voir session 13)
 - Demander de l'aide en cas de besoin
 - Trouver quelqu'un à qui parler
 - Recevoir un câlin quand on est triste
 - Trouver un espace calme pour se calmer en cas de détresse
 - Faire une promenade
 - Exercer
- Modélisez votre comportement : expliquez-leur ce que vous ressentez et montrez-leur comment vous gérez vos sentiments de manière positive - en évitant la violence, les comportements agressifs, en trouvant des stratégies d'adaptation positives.
- Évitez de répondre aux émotions intenses de votre enfant par une punition, un comportement agressif ou la violence. Votre enfant n'apprendra pas à réguler ses émotions et à les gérer efficacement, mais il apprendra plutôt à vous cacher ses émotions (voir Session 17. discipline positive).
- Reconnaissez leurs efforts lorsqu'ils parviennent efficacement à faire face à des émotions intenses. Par exemple, dites quelque chose comme "Je sais qu'il doit être difficile de garder une attitude positive lorsque vous vous sentez si frustré !".

Rappelez-vous : il peut être très difficile de répondre de manière calme, pacifique et compréhensive aux émotions intenses de votre enfant, mais nous devons essayer de comprendre les raisons de ces émotions pour les combattre efficacement. Se mettre en colère et crier n'aidera pas à atteindre cet objectif. Si vous sentez que vous perdez votre sang-froid, éloignez-vous et respirez profondément avant de réagir.

Activité 3. Jeu de rôle - comment aider nos enfants à comprendre et à gérer leurs émotions (50 min ou plus)

Objectifs : offrir aux participants un espace sûr pour s'exercer à aider leurs enfants à comprendre et à gérer leurs émotions ; réfléchir à la manière dont nous aidons nos enfants à comprendre et à gérer leurs émotions ; identifier comment la culture locale peut influencer la manière dont des personnes d'âges et de genre différents sont censées exprimer ou gérer leurs émotions.

Modalité :



Travail en groupe

1. DITES :

- Nous allons maintenant nous exercer à aider les enfants à comprendre et à gérer leurs émotions.

2. Invitez les participants à former 4 groupes.

3. Attribuez à chaque groupe l'une des histoires ouvertes suivantes :



- Yara [nom féminin] vient d'être libérée par un groupe armé et vit maintenant avec des proches (ou dans une famille d'accueil) en attendant que ses parents soient retrouvés pour qu'elle puisse rentrer chez elle. Elle partage une chambre avec d'autres enfants du foyer. Elle y reste toute la journée et refuse de manger.
- Au dîner, la mère demande à Sarah de l'aider à mettre la table, elle répond qu'elle est occupée à faire ses devoirs. Le père insiste pour qu'elle l'aide. Elle crie qu'elle doit finir un devoir et dit : "Pourquoi ne demandes-tu jamais de l'aide à Zahid ?".
- Dana est maltraitée par ses amis à l'école, en raison de son implication passée dans un groupe armé. Le matin, elle a toujours l'air épuisée. Son père lui demande ce qui se passe et elle répond : " Je n'arrive pas à dormir, laisse-moi tranquille ! ".
- Lionel a 17 ans. Il a un nouveau groupe d'amis. Ses parents ne les aiment pas car ils craignent qu'ils soient liés au groupe armé et qu'ils poussent Lionel à le rejoindre. C'est l'heure du dîner, et les parents disent à Lionel qu'il n'a pas le droit de quitter la maison après le dîner, car il est trop tard. Il leur crie "c'est injuste, je vous déteste !".

4. Expliquez que chaque groupe doit travailler sur le scénario qui lui a été attribué, en veillant à ce que chaque participant joue un rôle différent.

5. Expliquez-leur qu'ils doivent imaginer la suite de l'histoire, d'une manière qui permette aux parents d'**aider leurs enfants à reconnaître leurs émotions et à les gérer, en utilisant les stratégies identifiées dans l'activité précédente.** Lisez les questions suivantes pour les aider :

- Que pensez-vous qu'il se passe ensuite ?
- Comment peuvent-ils mieux comprendre pourquoi leurs enfants se comportent d'une certaine manière ?

- Comment les parents peuvent-ils aider leurs enfants à communiquer leurs émotions ?
 - Comment l'enfant va-t-il réagir ?
6. Expliquez-leur qu'ils doivent prendre 15 minutes pour préparer un jeu de rôle de la scène et de sa suite. La scène ne doit pas durer plus de 5 minutes.
 7. N'oubliez pas de faire le tour des différents groupes pour vous assurer que la tâche a été comprise.
 8. Après 15 minutes, invitez chaque groupe à jouer son jeu de rôle, ce qui ne prendra pas plus de 5 minutes.
 9. Une fois que tout le monde a présenté son jeu de rôle, utilisez tout ou partie des questions du **feedback des Notes de l'animateur 12: Aider nos enfants à comprendre et à gérer leurs émotions** pour faciliter une discussion avec tous les participants. Si nécessaire, rappelez-leur que vous n'êtes pas là pour juger les performances des participants, mais pour partager leurs approches de la gestion des émotions des enfants et apprendre les uns des autres.

NOTES POUR L'ANIMATEUR 13 : AIDER NOS ENFANTS À COMPRENDRE ET À GÉRER LEURS ÉMOTIONS - FEEDBACK

Utilisez certaines des questions suivantes pour vous aider à animer la discussion après chaque sketch. Si le temps le permet, utilisez toutes les questions. Sinon, concentrez-vous sur les **questions clés** en gras.

Questions clés :

1. **Pourquoi l'enfant se sent-il comme ça ?**
2. **Comment l'enfant se comporte-t-il en raison de cette émotion ?**
3. **Comment les parents ont-ils aidé l'enfant à comprendre ses émotions ?**
4. **Comment les parents ont-ils aidé l'enfant à gérer ses émotions ?**
5. **Pensez-vous que cette approche pourrait fonctionner de la même manière avec des enfants de tout âge ?**
6. **Cela pourrait-il fonctionner pour les filles comme pour les garçons ? Pourquoi ?**

Si le temps le permet, vous pouvez intégrer la discussion à l'aide des questions suivantes :

7. **Comment pensez-vous que la mère/le père se sent ? Comment pensez-vous qu'elle se sent après avoir parlé à son enfant ?**
8. **Pensez-vous que cette approche pourrait fonctionner dans votre famille ? Pourquoi ?**

Après la discussion, ajoutez vos propres commentaires et résumez les principaux points qui ont été soulevés. Si nécessaire, utilisez les informations contenues dans les **Notes de l'animateur 12 : Aider les enfants à gérer leurs émotions**. Ne transmettez ces points que s'ils n'ont pas émergé de la conversation entre les participants.

10. Essayez d'être positif mais n'ayez pas peur de suggérer comment vous pensez que les choses pourraient être mieux faites. Remerciez tout le monde après leur performance !
11. Pour conclure,
DITES :

- N'oubliez pas que le problème est parfois plus important que vous ! Vous et votre enfant pouvez avoir besoin d'une aide extérieure pour faire face à certaines émotions.
- En tant que parents, vous êtes les meilleurs juges du comportement de vos enfants. Si leur comportement vous inquiète pour une raison ou une autre, si vous pensez que votre enfant montre des signes accrus de stress, d'anxiété ou de tristesse, vous pouvez toujours vous adresser à votre réseau de soutien dans la communauté ou venir nous voir pour vous guider dans la recherche du bon service qui pourra vous aider à résoudre ce problème.
- Certains signes qui devraient nous alerter pourraient être : l'automutilation, les tendances suicidaires, le fait d'exprimer que nos enfants cherchent à nuire aux autres, le fait d'être inconsolable, le refus de nourriture, le fait de ne pas parler, le fait d'adopter des comportements à risque.

(Ayez à portée de main le **plan d'orientation** élaboré et convenu avec le **superviseur du programme**. N'oubliez pas que le plan d'orientation et son document d'orientation sont des "documents vivants" : ne vous contentez pas de donner le document d'orientation aux participants, mais, si vous reconnaissez qu'un besoin doit être traité en dehors des sessions, faites tout votre possible pour trouver l'agence appropriée et, si nécessaire, guidez les participants vers les bons acteurs dans votre contexte. Par ailleurs, vous devriez discuter de toute question complexe avec le **superviseur du programme**, qui devrait être en mesure de vous aider à trouver la meilleure approche pour résoudre les problèmes en question).



LES ÉMOTIONS ET LE GENRE

Dans certains contextes, on peut s'attendre à ce que les gens expriment ou gèrent leurs émotions différemment en fonction de leur sexe.

Par exemple, dans certaines communautés, les mères sont principalement chargées de la "charge émotionnelle" de la famille : ce sont elles qui s'occupent des émotions de leurs enfants, tandis que les pères sont moins enclins à exprimer leurs émotions et à gérer celles de leurs enfants.

De même, on attend souvent des garçons qu'ils "jouent les durs", sans montrer leur insécurité, leur peur ou leur tristesse.

Il est important de réfléchir à la manière dont le genre influence la compréhension et l'expression des émotions. Quelles émotions les garçons peuvent-ils exprimer ? Quelles sont celles qu'ils sont censés garder pour eux ? Et les pères ? Quel rôle jouent-ils dans la gestion des émotions au sein de la famille ?

Rappelez-vous que tout le monde devrait être capable d'exprimer une gamme d'émotions, et que le fait de ne pas le faire peut avoir des effets négatifs sur la gestion des émotions, c'est-à-dire que ces émotions deviennent plus fortes et que les gens peuvent être plus enclins à des problèmes tels qu'un comportement agressif ou une dépression. Jetez un coup d'œil à la [session 2. Activité 5](#), si vous voulez voir à nouveau pourquoi l'implication du père dans la prise en charge des enfants est fondamentale et pourquoi ils devraient également être impliqués dans la prise en charge des émotions de leurs enfants.

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Exemplaires du [document Pratiques domestiques : Aider nos enfants à communiquer et à gérer leurs émotions](#) ; (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité 4](#).

Modalité :



Plénière

1. [Distribuez](#) le [document sur les exercices à domicile : Aider nos enfants à communiquer et à gérer leurs émotions](#) à chaque participant. Rappelez les principes clés suivants, en les intégrant à ce qui est ressorti des conversations et des discussions entre les participants. **Dites** :
 - a. En aidant nos enfants à reconnaître et à gérer leurs émotions, nous les aidons à acquérir les compétences dont ils ont besoin pour les gérer efficacement.

- b. Le fait de leur permettre de partager leurs émotions avec nous contribue à créer des relations positives et de confiance au sein de la famille : s'ils sont confrontés à des problèmes, ils sont plus susceptibles de se tourner vers nous.
- c. Les aider à reconnaître et à gérer leurs émotions peut également les aider à faire face à la stigmatisation et à l'isolement social.
- d. Lorsque nous reconnaissons les émotions de nos enfants, nous les aidons à apprendre à accepter leurs sentiments, ce qui réduit le risque de stress et d'anxiété.
- e. Lorsque nous faisons preuve d'empathie envers nos enfants, nous les abordons de manière moins violente et plus sensible, ce qui réduit les comportements agressifs et négatifs chez nos enfants.



LES ÉMOTIONS ET LES ENFANTS PLUS ÂGÉS

Avec les enfants plus âgés, il peut parfois être difficile de comprendre ce qu'ils ressentent et pourquoi ils se comportent d'une certaine manière. Voici quelques idées pour les aider à comprendre et à gérer leurs émotions :

*Restez calme et évitez tout comportement agressif ou violent.

*Donnez-leur de l'espace.

Comprenez ce qui se cache derrière la colère - il se peut qu'il utilise la colère pour cacher d'autres émotions, comme la peur, la honte ou l'insécurité. Aidez-le à réfléchir à ce qu'il ressent et à ce que la colère masque.

Respectez leurs sentiments : en raison des changements qu'ils traversent et de leur besoin d'affirmation de soi et d'individualité, les enfants plus âgés peuvent faire toute une histoire de choses que vous trouvez mineures. Ne minimisez pas leurs expériences ou leurs émotions, mais reconnaissez-les et validez-les.

*Modélez votre comportement : comportez-vous envers votre enfant comme vous voudriez qu'il se comporte envers vous et les autres.

2. Invitez les participants à noter les moments où ils parviennent à aider leurs enfants à exprimer et à gérer leurs émotions. Ils peuvent placer une croix sur le photocopié, ou trouver d'autres moyens de garder une trace, par exemple en plaçant un caillou dans une boîte d'allumettes chaque fois qu'ils aident leurs enfants à gérer et à exprimer leurs émotions.
3. Rappelez-leur d'utiliser les stratégies qui leur conviennent le mieux : ils peuvent utiliser une approche qu'ils connaissent déjà, et/ou une approche partagée par les participants ou une approche suggérée par vous.
4. Rappelez-leur de continuer à mettre en pratique les compétences qui ont fait l'objet des sessions précédentes - communication positive, réduction du stress, gestion des émotions.
5. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
6. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
7. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.

8. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
9. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
- d. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
- e. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
- f. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
10. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Document d'entraînement à domicile : Aider nos enfants à communiquer et à gérer leurs émotions

| Jours de la semaine | Nous avons aidé notre enfant à comprendre ses émotions et à les gérer. |
|---------------------|--|
| Jour 1 | |
| 2 | |
| 3 | |
| 4 | |
| 5 | |
| 6 | |
| 7 | |

Aider vos enfants à comprendre et à gérer leurs émotions - n'oubliez pas :

- Validez les émotions de votre enfant : "Je vois que tu es en colère ou frustré".
- Aidez-les à partager : "Veux-tu me dire ce qui s'est passé ? Comment te sens-tu ?".
- Donnez-leur de l'espace : "Ce n'est pas grave si tu ne veux pas parler, je suis là quand tu veux".
- Partagez des stratégies pour faire face aux émotions envahissantes :
 - Respiration profonde lorsque vous êtes stressé, frustré ou en colère (voir Session XZ)
 - Apprendre une approche de résolution de problèmes : Comment pouvons-nous résoudre ce problème ?
 - Mise en pause
 - Demander de l'aide en cas de besoin
 - Trouver quelqu'un à qui parler
 - Recevoir un câlin quand on est triste
 - Trouver un espace calme pour se calmer en cas de détresse
 - Faire une promenade
 - Exercer
 - (Intégrez-la à toute stratégie de réduction du stress qui fonctionne pour vous !)
- Modélisez votre comportement.
- Évitez de répondre aux émotions intenses de votre enfant par une punition, un comportement agressif ou la violence.
- Reconnaissez-les lorsqu'ils parviennent à gérer efficacement des émotions intenses.
- Intégrez et continuez à pratiquer toute approche non violente et pacifique de la compréhension et de la gestion des émotions qui vous convient !

Session 13

Commencer par soi-même : Pratiques d'autosoins - faire une pause



Session 13 : Commencer par soi-même : Pratiques d'autosoins - faire une pause

Durée 1h 

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître la nécessité de faire une pause dans la journée et de faire quelque chose pour soi.
- Partagez leurs façons de faire une pause.

Aperçu des activités :

| Session 13 | | TOTAL 60 min |
|------------|---|--------------|
| Acte 1 | Accueillir les participants et réfléchir sur la pratique à domicile | 10 min |
| Loi. 2 | Je suis distrait ! | 15 min |
| Acte 3. | Faire une pause | 20 minutes |
| | Terminez la journée : Pratique à domicile et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4.](#)
- Des copies du [document de pratique à domicile](#) "faire une pause" pour chaque participant.

Résumé de la session :

Les parents discutent de la question de savoir s'ils font une pause dans la journée, et quand, et en identifient les avantages. Ils quitteront la journée avec un document qui leur rappellera de faire une pause chaque jour et de faire quelque chose de bien pour eux.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. **DEMANDEZ** :
 - a. Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente** ?
 - b. Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - c. Qu'avez-vous trouvé difficile ?
4. Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions, et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez le **plan d'orientation** à portée de main si nécessaire.
5. Il faut toujours féliciter ceux qui ont le courage de partager !
6. Demandez à quelques volontaires de se rappeler ce qui a été discuté lors de la session précédente.

Activité 2. Se laisser distraire ! (15 min)

Objectifs : Introduire les participants à la nécessité de faire une pause pour mieux accomplir nos tâches quotidiennes d'une manière amusante et engageante.

Matériaux : Selon l'approche que vous avez choisie à l'étape 1.

Modalité :



Plénière

1. Expliquez qu'il s'agit d'un stimulant amusant.
2. Demandez à une personne de se porter volontaire et donnez-lui une instruction secrète. Il/elle dispose d'une minute pour accomplir la tâche assignée. Voici quelques exemples, en fonction de la composition du groupe, des capacités des participants et de leur niveau d'alphabétisation : (Fournissez le matériel et la logistique nécessaires)



ESSAYEZ-LE D'ABORD !

Cette activité peut sembler déroutante, mais elle est extrêmement simple : l'astuce consiste à l'essayer plusieurs fois lorsque vous répétez, afin d'être sûr de pouvoir donner les instructions lorsque vous animez réellement.

- Énumérez les noms de tous les joueurs de football de votre équipe préférée, ou les anciens présidents de votre pays, ou les ingrédients de deux de vos recettes préférées (soyez créatif, n'importe quelle liste de noms, de choses ou de dates fera l'affaire).
- Trouvez les 20 balles de journal qui ont été éparpillées et cachées dans la pièce.

L'essentiel est que l'activité nécessite une bonne dose de concentration pour être menée à bien. Soyez créatifs !

3. Ensuite, demandez au volontaire de quitter la pièce pendant une minute et donnez des instructions au reste du groupe. Expliquez que leur objectif est d'empêcher le volontaire d'accomplir sa tâche en le distrayant le plus possible. Ils peuvent le faire en émettant des sons, en bougeant leur corps ou en lui posant de nombreuses questions. Ils doivent faire preuve de créativité et trouver leurs propres stratégies pour l'empêcher d'accomplir sa tâche.
4. Une fois que le groupe s'est mis d'accord sur la "stratégie de perturbation", invitez le volontaire à rejoindre le groupe et commencez le jeu.
5. Après une minute, arrêtez le jeu. Si l'activité a bien fonctionné, le volontaire sera perplexe mais n'aura pas accompli une grande partie de sa tâche.
6. Merci à tous de participer et **demandez à chacun** :
 - a. A ton avis, quel était le but de ce match ?
 - b. Comment pensez-vous que le volontaire s'est senti ? (demandez-lui d'abord directement)
 - c. Vous êtes-vous déjà trouvé dans une situation similaire ? Quand ? Comment vous sentez-vous ?
7. Résumez le point principal qui est ressorti de la conversation entre les participants et



dites-le :

- Dans nos vies, nous sommes constamment occupés par des tâches, des questions, des attentes et des défis. C'est comme vivre dans un espace chaotique, écrasant et bruyant, tout comme notre volontaire l'a vécu en ce moment.
- L'environnement extérieur peut nous imposer des contraintes supplémentaires : nous pouvons vivre dans des zones de conflit, ce qui peut ajouter du stress à notre vie.
- Parfois, nous avons à peine le temps de prendre un moment pour nous.
- La plupart du temps, nous n'avons pas le temps d'être reconnaissants pour quelque chose de positif qui pourrait se produire.
- Pour notre bien-être, il est important d'apprendre à s'arrêter et à prendre un moment pour soi.

Activité 3 : Faire une pause (20 min)

Objectifs : identifier des approches pour faire une pause et faire quelque chose de bien pour soi qui fonctionne le mieux pour chaque participant.

Modalité :



1. Invitez les participants à partager (ne poussez personne à répondre !),
DEMANDEZ :
 - a. À quand remonte la dernière fois où vous avez pris un moment pour réfléchir à ce qui se passait autour de vous ? Un moment où vous n'étiez pas en train de courir après vos tâches et vos soucis quotidiens ?
 - b. Que faites-vous pour faire une pause dans votre routine stressante, pour faire quelque chose pour vous-même ?
2.  En fonction des coutumes locales et des réponses fournies par les participants, invitez quelques volontaires à modéliser l'approche qu'ils ont de la pause et à la pratiquer en groupe.
3. Si cette option n'est pas possible, passez au point suivant.
4. **DEMANDEZ** :
 - a. Pourquoi faire une pause est-elle importante pour vous et pour votre famille ?
 - b. Pensez-vous que vous pourriez trouver un moyen de prendre quelques minutes pour vous chaque jour ? Comment ?

Certaines réponses possibles peuvent être :

- Faire une promenade
 - Parler à un ami, un parent de la famille
 - Faire une tasse de thé ou de café
- c. Quels pourraient être les défis à relever pour trouver du temps pour soi chaque jour ? Comment pourrait-on surmonter ces défis ?
5. **DITES** :
 - Faire une pause est important pour notre bien-être. Elle nous aide à retrouver notre énergie, à réduire le stress et à nous assurer que nous prenons soin de nous et que nous gérons nos émotions.
 - Vous pouvez vous réserver un peu de temps pour prendre soin de vous, pour faire quelque chose qui vous fait du bien, pour réfléchir à la journée et à vos sentiments, ou pour célébrer et reconnaître les événements positifs.
 6. **DEMANDEZ** :
 - a. Comment nos relations familiales pourraient-elles bénéficier du fait que nous prenions une pause et fassions quelque chose de bien pour nous-mêmes ?
 - b. Comment cela influe-t-il sur les risques que nos enfants soient recrutés par des groupes armés ?
 - c. Comment cela contribue-t-il à la réussite de leur réintégration dans la famille, s'ils ont été recrutés par des groupes armés ?
 7. **DITES** :
 - Rappelez-vous que si nous nous sentons bien, cela a un impact positif sur notre famille.

- Si nous sommes stressés ou débordés, nos enfants perçoivent la tension qui règne à la maison.
- Si nous nous sentons bien dans notre peau, nous sommes plus à même de créer un environnement familial aimant et favorable, nous réfléchissons davantage à nos actions et nous faisons de meilleurs choix au quotidien.
- Les relations familiales positives ont un impact important sur la réduction du risque de recrutement de nos enfants par des groupes armés.
- Vous n'avez pas besoin de beaucoup de temps pour faire une pause, quelques minutes suffisent. C'est très bénéfique pour nous et pour les personnes qui nous entourent.

Terminez la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Des copies du [document de pratique à domicile](#) "faire une pause" pour chaque participant ; (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4](#).

Modalité :



Plénière

1. Remerciez les participants pour leur ouverture et leur disponibilité à essayer de nouvelles choses ensemble !
2. Distribuez le [document d'exercice à domicile: "Faire une pause"](#).
3. Expliquez-leur qu'ils doivent essayer de trouver un moyen de prendre quelques minutes pour eux chaque jour et d'en prendre note. Par exemple, ils peuvent placer un caillou dans une boîte de conserve ou une boîte d'allumettes chaque fois qu'ils parviennent à prendre quelques minutes pour eux.
4. Vous pouvez également inviter les participants à partager leurs idées sur les moyens de suivre la fréquence à laquelle ils parviennent à faire une pause et à faire quelque chose pour eux-mêmes.
5. Rappelez-leur de continuer à pratiquer les compétences qui ont fait l'objet des sessions précédentes.
6. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
7. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
8. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
9. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
10. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
11. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Document d'entraînement à domicile : Faire une pause

Souvenez-vous : Prenez un moment pour vous chaque jour et faites quelque chose de bien pour vous.

Par exemple, vous pouvez



Faites une petite promenade



Exercice



Parlez à un ami



Chanter



Se reposer et se détendre

Intégrez et continuez à utiliser toute approche de la pause qui vous convient le mieux !

Notez vos pauses : Placez un caillou dans une boîte, chaque fois que vous parvenez à faire une pause et à faire quelque chose pour vous-même.



Session 14

La relation parents-enfants : Résoudre les problèmes ensemble pour favoriser la réintégration et prévenir le recrutement



Session 14. La relation parents-enfants : Résoudre les problèmes ensemble pour favoriser la réintégration et prévenir le recrutement

Durée 3h 

Cette session est assez longue et riche : vous pouvez envisager de la diviser en deux parties et de la couvrir en deux sessions de 1,5h chacune. Par exemple, vous pourriez couvrir les activités 1-2-3 dans une session, et les activités 4 et 5 dans une autre. Dans ce cas, veillez à toujours commencer les sessions par un moment de bienvenue (activité 1) et à terminer par une révision de ce qui a été discuté pendant la journée.

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître le rôle de la résolution des problèmes pour soutenir la réintégration et prévenir le recrutement.
- Pratiquer les techniques de résolution de problèmes à la maison et à l'extérieur au moins une fois par semaine.

Aperçu des activités :

| Session 14 | | TOTAL 180 min |
|-------------------|---|----------------------|
| Acte. 1 | Accueillir les participants et réfléchir sur la pratique à domicile | 10 min |
| Loi. 2 | Six étapes pour résoudre les problèmes | 30 minutes |
| Loi. 3 | Jeu de rôle pour résoudre un problème | 65 min ou plus |
| Loi. 4 | Résolution de problèmes pour faciliter la réintégration | 20 minutes |
| Loi. 5 | Résolution de problèmes pour réduire le risque d'enlèvement | 40 min |
| | Clôture de la journée - pratique à domicile et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité 5.](#)
- [Des](#) copies du [document "Home practice" : résoudre des problèmes ensemble.](#)

Résumé de la session :

Très souvent, les problèmes sont à l'origine de nos émotions intenses et de nos conflits à la maison. Apprendre à résoudre des problèmes peut nous aider à mieux gérer nos émotions, à apprendre à résoudre les conflits ensemble et à acquérir une plus grande résilience, c'est-à-dire la capacité à "rebondir" et à se remettre rapidement des difficultés. De plus, s'engager dans des activités de résolution de problèmes avec les enfants peut être un moyen de reconnaître leurs compétences et leurs capacités, de les responsabiliser et de favoriser leur individualité.

Renforcer la résilience des enfants, apprendre à résoudre les problèmes, voir des alternatives aux situations difficiles et se sentir autonome et sûr de soi sont des compétences nécessaires pour prévenir les risques d'engagement dans les groupes armés et promouvoir leur réintégration dans la famille et la communauté (voir [session 8](#)). De même, apprendre à soutenir nos enfants lorsqu'ils font face à leurs problèmes est une compétence clé pour les aider à se réintégrer dans leur famille et leur communauté après avoir été impliqués dans un groupe armé. Les enfants qui retournent dans leur communauté seront confrontés à de nouveaux défis et il est crucial que la famille les aide à acquérir les compétences clés pour relever ces défis.

Les participants partagent l'approche qu'ils utilisent pour résoudre les problèmes. Ils montrent également certaines étapes auxquelles il faut réfléchir pour résoudre les problèmes (identifier le problème, réfléchir à des solutions, en déduire les conséquences, en choisir une, l'essayer, l'évaluer, réessayer si nécessaire). Les participants quittent la journée avec un document qui leur rappelle d'utiliser cette stratégie, ou une stratégie de résolution de problèmes qui leur convient le mieux, avec leurs enfants à la maison.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Modalité :



1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez ci-dessous un exemple. Vous trouverez d'autres suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer.
4. **Exemple d'énergisant :** Expliquez au groupe qu'il va créer un "orchestre" sans instruments. L'orchestre n'utilisera que des sons qui peuvent être produits par le corps. Les joueurs peuvent utiliser leurs mains, leurs pieds, leur voix, etc. mais pas de mots. Par exemple, ils peuvent siffler, taper des mains, fredonner, soupirer ou taper du pied.
5. Chaque joueur doit choisir un son.

6. Choisissez un air connu et demandez à chacun de jouer avec l'"instrument" qu'il a choisi¹⁷.
7. **DEMANDEZ :**
 - a. Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente ?**
 - b. Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - c. Qu'avez-vous trouvé difficile ?
 - d. Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions, et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez le **plan d'orientation** à portée de main, si nécessaire.
8. Il faut toujours féliciter ceux qui ont le courage de partager !
9. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Six étapes pour résoudre les problèmes (30 min)

Objectifs : reconnaître les avantages qu'apprendre à résoudre des problèmes avec nos enfants peut apporter à nous-mêmes et au développement de nos enfants ; partager toute approche constructive et non violente de résolution de problèmes utilisée par les parents ; discuter du plan d'action en six étapes pour résoudre les problèmes à la maison.

Modalité :



Plénière

1. DITES :

- Dans notre vie, nous sommes constamment confrontés à différents types de problèmes, et nous disposons tous d'outils pour les aborder et les résoudre.
- Certains problèmes peuvent être plus faciles à résoudre que d'autres.
- Examinons les moyens de résoudre les problèmes à la maison avec nos enfants et réfléchissons à la manière dont le fait d'impliquer nos enfants dans la résolution de problèmes peut les aider à faire de meilleurs choix, à se sentir positifs et à construire des relations plus fortes à la maison.



2. Lisez le scénario suivant (histoire ouverte) :

Akanksh est un garçon de 15 ans, qui appartient à un groupe minoritaire qui a toujours souffert de rejet et de discrimination au sein de la communauté locale. À cause de la guerre, il n'a pas pu terminer ses études, et il a également perdu le contact avec les quelques amis qu'il s'était faits en classe. Sa famille est très pauvre, et il a essayé de trouver un emploi pour l'aider, mais sans succès. Il se sent très isolé et seul, mais un jour, il est approché par des camarades qui sont également membres du groupe armé et lui suggèrent de trouver du travail s'il les rejoint. Il aime ses nouveaux amis, ils le font se sentir moins seul et il aimerait vraiment aider sa famille, alors il commence à planifier de rejoindre le groupe. Un jour, ses parents découvrent ses projets.

1. Demandez à l'ensemble du groupe :

¹⁷ Adapté de Alliance, (n.a.). 100 façons de dynamiser les groupes : Jeux à utiliser dans les ateliers, les réunions et la communauté. <https://resourcecentre.savethechildren.net/library/100-ways-energise-groups-games-use-workshops-meetings-and-community>.

- a. Comment penses-tu qu'Akanksh se sent ? Comment penses-tu que ses parents se sentent ?
- b. Que pensez-vous qu'il va se passer ensuite ?
- c. Akanksh veut rejoindre un groupe armé pour résoudre d'autres problèmes qu'il rencontre dans sa vie. Quels autres problèmes pouvez-vous identifier, derrière son désir de rejoindre un groupe armé ?
- d. Comment ses parents pourraient-ils l'aider à résoudre ces problèmes ?
- e. Avez-vous une approche de résolution de problèmes que vous utilisez, qui soit constructive, respectueuse et non violente, et que nous pourrions essayer d'appliquer à ce cas ?

4. Si les participants partagent leur propre stratégie pour résoudre les problèmes, utilisez-la ensemble pour aborder l'histoire d'Akanksh. Assurez-vous que l'approche est constructive, respectueuse et non violente. Cela signifie que l'approche doit être basée sur l'écoute mutuelle et la recherche de solutions possibles, sans imposer une approche aux autres et sans recourir à aucune forme de violence. Si quelqu'un suggère une stratégie qui ne présente pas ces caractéristiques, invitez l'ensemble du groupe à discuter de cette approche. Vous pouvez demander : cette approche est-elle respectueuse ? Comment pensez-vous que les personnes impliquées dans cette activité de résolution de problèmes se sentent ? Est-il probable que les personnes impliquées suivent la stratégie suggérée ? Pourquoi ?

5. Si quelqu'un est prêt à partager une stratégie respectueuse de résolution de problème, invitez-le à expliquer les étapes utilisées.

6. Ensuite, appliquez-le à l'histoire d'Akanksh ensemble.

7. Une fois cela fait, vous pouvez passer à l'étape 9. Rappelez aux participants que l'approche que vous allez présenter n'est ni meilleure ni pire que celle qu'ils utilisent déjà. Invitez-les à continuer à utiliser l'approche qui leur convient le mieux.

8. Si personne n'est prêt à partager une approche de résolution de problème, continuez avec l'étape 9.

9. DITES :

- Pour aider Akanksh à résoudre ses problèmes, et empêcher son recrutement par le groupe armé, nous allons essayer d'appliquer ensemble une **méthode de résolution des problèmes, les six étapes de la résolution des problèmes à la maison.**

1. Identifier le problème : Quel est le ou les problèmes qui se posent ici ?

2. Faites un brainstorming sur les solutions : Quelles sont les différentes solutions possibles ?

3. Imaginez quelles pourraient être les conséquences de chaque solution : Quels sont les avantages et les inconvénients de chaque solution ? Comment chaque personne impliquée se sentira-t-elle par la suite ?

4. Choisissez une solution.

5. Essayez-le.

6. Réfléchissez pour savoir si cela a fonctionné : Est-ce que ça a marché ? Le problème est-il résolu ? Comment chacun se sent-il ?¹⁸

Si nécessaire, réessayez !

2. Il se peut que les participants se sentent plus à l'aise pour partager leur propre stratégie de résolution des problèmes après que vous ayez démontré l'approche en six étapes. Par conséquent, pour conclure, **DITES** :
 - a. Comme indiqué, il ne s'agit que d'une approche possible de la résolution des problèmes. Si vous avez une approche différente pour résoudre les problèmes, qui est respectueuse et non violente et qui fonctionne pour vous, continuez à utiliser ce qui vous semble plus confortable ! Si vous le souhaitez, vous avez encore le temps de partager votre approche maintenant.
3. Si un volontaire est prêt à partager sa technique de résolution des problèmes, laissez-le prendre l'initiative et la partager avec le groupe.

Activité 3. Jeu de rôle pour résoudre des problèmes (65 minutes ou plus)

Objectif : Fournir aux participants un espace sûr pour pratiquer une approche de résolution de problèmes ; réfléchir à la manière d'impliquer les enfants dans la résolution des problèmes familiaux ensemble ; reconnaître comment la résolution de problèmes peut aider à réduire le risque de recrutement et comment l'engagement à résoudre les problèmes ensemble peut affecter les sentiments et les relations de chacun.

Modalité :



Travail en groupe suivi d'une discussion en plénière.

1. **Demandez à** chacun de former quatre groupes.
2. Expliquez que chaque groupe doit prendre 20 minutes pour préparer un jeu de rôle basé sur le scénario dont nous avons discuté à l'activité 2. Deux groupes feront semblant que l'enfant de l'histoire est un garçon, tandis que deux groupes feront semblant que l'enfant de la scène est une fille. Relisez l'histoire si nécessaire.



CONSEILS : JOUER DES RÔLES DE GENRE DIFFÉRENTS

Si possible, invitez les participants à échanger les rôles de genre pendant le jeu de rôle - par exemple, parfois les mères joueront le rôle du père dans le jeu de rôle, et vice versa.

3. **Avant de commencer à travailler en groupe, DITES :**
 - Parler à vos enfants de leur désir de rejoindre un groupe armé n'est pas facile. Pour aborder cette question, commencez par trouver le bon moment pour leur parler : parlez-leur lorsque vous êtes tous deux calmes - évitez de parler lorsque l'un de vous est en colère ou irrité.

¹⁸ Adapté de Parenting for lifelong health for teens, Sinovuyo caring families program for parents and teens, 2013, p. 110-111.

- Comme il s'agit d'une conversation difficile, trouvez une stratégie qui réduit la tension, par exemple, parlez lorsque vous faites tous les deux une autre activité ensemble, comme des tâches ménagères ou une promenade.
 - Si votre enfant veut rejoindre un groupe armé, c'est parce qu'il pense que cela résoudra d'autres problèmes qui se cachent derrière cette décision.
 - En groupe, réfléchissez aux problèmes que l'enfant de l'histoire pense résoudre en rejoignant un groupe armé et, ensemble, réfléchissez à des stratégies pour résoudre ces problèmes. Par exemple, dans cette histoire, Akanksh se sent seul et isolé.
 - De plus, il se peut que votre enfant ne sache pas vraiment ce que signifie adhérer et quelles pourraient être les conséquences pour lui. Essayez de réfléchir ensemble à ces aspects. Pensez aux stratégies de communication dont nous avons discuté lors de la session précédente.
 - Rappelez-vous : Il y a certains problèmes que vous pouvez régler directement avec votre enfant, tandis que d'autres peuvent être trop importants pour vous, et vous pouvez également avoir besoin d'un soutien externe de la part d'organismes spécialisés (donnez quelques exemples tirés du plan d'orientation élaboré avec le superviseur du programme).
4. Expliquez que chaque participant doit jouer l'un des rôles de la scène. Expliquez qu'ils peuvent utiliser toute stratégie de résolution de problèmes qui leur convient le mieux, y compris les 6 étapes du plan d'action de résolution de problèmes, pour identifier ensemble une solution possible aux problèmes identifiés et jouer la solution.
 5. Relisez les six étapes ou demandez à un volontaire de les récapituler.
 6. La scène ne doit pas durer plus de 3 minutes.
 7. Laissez les participants travailler en groupes. Faites le tour des différents groupes pour vous assurer que la tâche a été comprise.
 8. Après 20 minutes, invitez chaque groupe à jouer son jeu de rôle, en ne prenant pas plus de 3 minutes.
 9. Après chaque jeu de rôle, utilisez tout ou partie des questions figurant dans les [Notes pour l'animateur14:Feedback sur la résolution de problèmes](#) pour animer une discussion avec tous les participants. Si nécessaire, rappelez-leur que vous n'êtes pas là pour juger les performances des participants, mais pour apprendre la meilleure approche pour résoudre les problèmes ensemble.

NOTES POUR LES FACILITATEURS 14 : FEEDBACK SUR LA RÉOLUTION DE PROBLÈMES

Utilisez les questions suivantes pour vous aider à animer la discussion après chaque sketch. Si le temps le permet, utilisez toutes les questions. Sinon, concentrez-vous sur les **QUESTIONS CLÉS** en gras.

QUESTIONS CLÉS :

1. **L'enfant veut rejoindre un groupe armé pour résoudre d'autres problèmes qu'il rencontre dans sa vie. Quels autres problèmes cette famille a-t-elle identifiés comme étant à l'origine du désir de l'enfant de rejoindre un groupe armé ?**
2. **Pensez-vous que la famille dans ce jeu de rôle a résolu le problème de manière réaliste ?**
3. **Y a-t-il un problème pour lequel cette famille aurait pu demander le soutien d'un organisme extérieur ?**
4. **Comment se sentent tous les personnages du sketch avant le problème ? Et après ?**
5. **Pensez-vous que les parents ont essayé de faire participer les enfants à la résolution du problème ensemble ? Si oui, comment ?**

Si vous avez le temps, vous pouvez intégrer la conversation avec les questions supplémentaires suivantes :

6. Comment pensez-vous que notre culture attend des pères qu'ils réagissent dans cette situation ? Comment se sent-il ?
7. Qu'en est-il des mères ? Comment la mère doit-elle réagir ? Comment se sent-elle ?
8. Comment la scène a-t-elle changé lorsque l'enfant était une fille ?
9. Comment la scène changerait-elle si l'un des enfants vivaient avec handicap ? (Suggérer différents types de handicaps).

10. Après la discussion, ajoutez vos propres commentaires et résumez les principaux points qui ont été soulevés. Essayez d'être positif mais n'ayez pas peur de suggérer comment, selon vous, les choses pourraient être améliorées. Remerciez tout le monde après leur performance !

11. **Enfin,**

DEMANDEZ :

- a. Pouvez-vous penser à d'autres exemples où vous pourriez utiliser cette approche pour résoudre des problèmes avec vos enfants ?
- b. Comment pensez-vous que le fait d'impliquer les enfants dans la résolution de problèmes ensemble peut les faire se sentir ? Quelles sont les compétences et les valeurs qu'ils acquièrent ? Comment cela peut-il les aider dans la vie ?
- c. Comment pensez-vous que l'apprentissage de la résolution de problèmes peut aider à empêcher les enfants de rejoindre un groupe armé ?

12. **DITES :**

- Apprendre à résoudre des problèmes n'est pas seulement important pour nous permettre de régler les problèmes que nous rencontrons dans notre vie. Il s'agit également d'une compétence nécessaire pour nous aider à faire face

à des situations accablantes, à apprendre à relever des défis, à gérer les difficultés, à faire preuve de créativité pour trouver des solutions alternatives et à avoir davantage confiance en soi.

- Même lorsqu'il ne s'agit pas directement de l'implication de l'enfant dans un groupe armé, le fait de résoudre ensemble les problèmes quotidiens leur permet d'acquérir les compétences qui peuvent réduire le risque d'implication dans un groupe armé : la confiance, la capacité de faire le bon choix et la force de surmonter les difficultés.
- En outre, travailler ensemble pour résoudre les problèmes signifie leur montrer que nous **apprécions leurs idées**, que nous **les respectons et que nous nous faisons mutuellement confiance**. Cela signifie qu'ils seront plus enclins à venir vous voir et à demander votre aide s'ils sont confrontés à des défis ou des problèmes, par exemple s'ils envisagent de rejoindre un groupe armé.

13. DEMANDEZ :

a. Dans certains cas, il est préférable de laisser nos enfants essayer de résoudre les problèmes par eux-mêmes plutôt que d'intervenir. À votre avis, quand les parents doivent-ils intervenir et aider les enfants à résoudre leurs problèmes ? Quand est-il préférable de ne pas intervenir ?

14. Laissez les participants discuter. Réfléchissez aux réponses données et intégrez les points suivants si nécessaire, en veillant à vous référer à ce que les parents viennent de suggérer.

DITES :

- Il y a certains problèmes que les responsables d'enfants peuvent laisser les enfants résoudre par eux-mêmes. Laisser les enfants résoudre leurs problèmes seuls leur montre que nous leur faisons confiance. De plus, s'ils expriment le désir de résoudre leurs problèmes seuls, en les laissant faire, nous leur montrons du respect.
- C'est très important pour les enfants qui ont été recrutés par des groupes armés : Grâce à cette expérience, ils ont appris à être indépendants. Nous devons le reconnaître et respecter leur désir.
- Il est très difficile de dire quand un parent doit respecter la volonté de son enfant de s'occuper lui-même de ses problèmes et quand il doit intervenir. Réfléchissez au préjudice que l'enfant pourrait subir s'il était laissé seul face à ses problèmes et demandez-vous si votre intervention est vraiment nécessaire.



L'ÂGE, LA COMMUNICATION ET LA RÉOLUTION DE PROBLÈMES

Dans la plupart des contextes, les jeunes enfants sont considérés comme moins capables, leurs opinions sont largement ignorées parce que nous pensons qu'ils ne sont pas prêts, sur le plan du développement, à comprendre ce qui se passe autour d'eux.

La recherche a montré que, la plupart du temps, ce n'est pas le cas : les jeunes enfants comprennent beaucoup plus que ce que nous supposons, et ils n'ont tout simplement pas les outils nécessaires pour s'engager avec nous. Par conséquent, leurs voix sont souvent ignorées en raison de leur âge. Dans certaines communautés, les parents peuvent être réticents à discuter des problèmes avec les enfants et sont enclins à imposer leurs propres solutions ou points de vue et à attendre des enfants qu'ils acceptent leurs décisions.

Réfléchissez à votre contexte et aux défis que cette session pourrait poser, mais veillez à ce qu'un message important ressorte : **Les enfants ont le droit d'être impliqués et entendus**, et plus nous le faisons, surtout dans les domaines qui les concernent, plus nous gagnons leur respect, nous soutenons leur confiance et leur estime de soi et nous les aidons à s'épanouir.

Activité 4. Résolution de problèmes pour faciliter la réintégration (20 min)

Objectif : réfléchir à la manière dont la résolution des problèmes en commun peut faciliter la réintégration de l'enfant dans sa famille et sa communauté.

Modalité :



1. DITES :

- Jusqu'à présent, nous avons étudié comment la résolution de problèmes peut aider l'enfant à apprendre à prendre les bonnes décisions et à éviter le risque qu'il veuille rejoindre un groupe armé.
- Mais nous n'avons pas exploré le cas des enfants qui rentrent chez eux, et la question de savoir si la résolution de problèmes pouvait d'une manière ou d'une autre faciliter leur réintégration dans le contexte familial et communautaire.

2. DEMANDEZ :

- a. Qu'en pensez-vous ? Apprendre à résoudre des problèmes ensemble peut-il nous aider à faciliter la réintégration de notre enfant ?
- b. Quels problèmes les filles et les garçons qui retournent dans leur famille et leur communauté peuvent-ils rencontrer ?

Quelques réponses possibles ici pourraient être :

L'enfant se sent exclu et rejeté à cause de sa situation. Nous pouvons nous asseoir ensemble et essayer de trouver une solution à ce problème.

Une fille peut rentrer chez elle avec un enfant pour lequel elle a du mal à trouver assez d'argent pour payer les médecins et les médicaments.

3. DITES :

- Il existe de nombreux cas où la résolution de problèmes ensemble peut aider notre enfant à résoudre les problèmes liés à son retour dans la famille et la communauté.

4. DEMANDEZ :

- a. Outre le fait d'aider l'enfant à résoudre des problèmes spécifiques qui pourraient surgir à la suite de son expérience avec un groupe armé, quelles compétences et quelles valeurs l'enfant acquiert-il en s'exerçant à résoudre des problèmes avec sa famille ?
- b. Comment ces compétences et ces valeurs peuvent-elles l'aider dans sa réintégration au sein de la famille et de la communauté ?

Voici quelques exemples de réponses :

En nous réunissant en famille et en résolvant ensemble les problèmes familiaux, nous lui montrons que nous l'apprécions, ainsi que ses idées et son opinion, et qu'elle a une voix et une place dans la famille.

Nous pourrions inviter l'enfant à résoudre ensemble des problèmes familiaux adaptés à son âge, afin qu'il sente qu'il a des responsabilités au sein de la famille et qu'il peut influencer sur les décisions familiales, ce qui contribuera à le rendre plus confiant et plus sûr de lui et à lui permettre de relever ses propres défis.

5. Réfléchissez à ce qui ressort de la conversation, et si cela est nécessaire, DITES :

- S'asseoir ensemble en famille pour travailler à la résolution de problèmes familiaux adaptés à son âge ou prendre du temps avec votre enfant individuellement pour l'aider à relever les défis auxquels il pourrait être confronté lorsqu'il réintégrera la famille, est une pratique qui montre à l'enfant que nous l'**aimons et le soutenons**, que nous sommes là pour lui.
 - Il permet de **passer des moments de qualité avec vos** enfants, où vous pouvez vous concentrer sur la communication et l'écoute.
 - Cela montre également aux enfants que nous **apprécions leurs idées**, que nous **les respectons et que nous leur faisons confiance**, ce qui les aide à reconnaître qu'ils ont un endroit où ils **ont leur place, qu'ils sont acceptés comme membres de la famille et qu'ils peuvent contribuer à la famille et à la communauté**.
 - Si l'on s'en souvient, la reconnaissance de ces compétences et de ces valeurs peut considérablement aider l'enfant à se sentir bien accueilli dans sa famille et sa communauté, et par conséquent faciliter à la fois sa réintégration au sein de la famille et la prévention des risques de réenrôlement.

Activité 5. Résolution de problèmes pour réduire le risque d'enlèvement : Planification de la sécurité pour réduire les risques (40 min)

Objectif : partager des idées de planification de la sécurité pour réduire le risque d'enlèvement et de recrutement forcé.

Modalité :



Plénière

6. DITES :

- Passons maintenant à un autre cas qui peut sembler difficile à traiter par la résolution de problèmes.
7. Invitez les participants à discuter des questions suivantes avec la personne assise à leur droite.

DEMANDEZ :

- Pensez-vous que la famille peut contribuer à réduire le risque que les enfants soient enlevés ou forcés de rejoindre un groupe armé ?
 - La résolution de problèmes peut-elle nous aider à aborder cette question ? Comment ?
8. Donnez quelques minutes aux paires pour discuter, puis demandez à des volontaires de partager leurs réponses.
9. Ensuite, **DITES** :
- Bien qu'il puisse sembler que nous n'ayons pas tellement d'influence sur le risque d'enlèvement ou de recrutement forcé, voyons si la résolution de problèmes peut nous aider ici.
10. Invitez les participants à travailler à nouveau en binômes - ou en unités familiales si cela est possible.
11. Rappelez les 6 étapes de l'approche de résolution de problèmes ou invitez les participants à utiliser toute stratégie de résolution de problèmes respectueuse et non violente qu'ils utilisent et qui fonctionne pour eux.
12. Commencez par énoncer le problème : **DITES**:

Issa est un garçon de 13 ans. Dans le village, il y a des rumeurs selon lesquelles un groupe armé enlève des enfants pour les faire travailler pour eux. Issa et sa famille ont peur qu'ils puissent forcer Issa à les rejoindre.

13. Expliquez-leur qu'ils doivent prendre 10 minutes pour dresser une liste de stratégies visant à réduire le risque d'enlèvement. Ils doivent également imaginer comment impliquer efficacement Issa dans la discussion et évaluer les stratégies qu'il propose également.
14. Invitez chaque paire à réfléchir aux questions suivantes :
 - Y a-t-il un endroit où Issa risque d'être enlevé ?
 - Y a-t-il un moment de la journée qui pourrait être plus dangereux ?
 - Y a-t-il des comportements qui pourraient mettre Issa en danger ?
 - Quel genre de suggestions pourrions-nous donner à Issa pour réduire le risque d'enlèvement ?
15. Après 10 minutes, invitez chaque paire à partager les approches qu'elle a identifiées pour réduire le risque de recrutement.

Voici quelques exemples de stratégies :

- Éviter les endroits dangereux.
 - Marcher par deux ou en groupe, surtout pour traverser des endroits qui pourraient être plus dangereux.
 - Veiller à ce que les parents sachent où se trouve l'enfant, avec qui, et quand il doit rentrer à la maison.
 - Parler à un adulte de confiance chaque fois que l'enfant a l'impression d'être exposé à un danger.
 - Fuyez et criez à l'aide si vous êtes en danger.
 - Pratiquez le scénario pour acquérir une routine afin que la réponse au danger devienne automatique - il peut être particulièrement pertinent d'apprendre à crier à l'aide comme réponse au danger, plutôt que de se figer.
 - Des études montrent que plus il y a de personnes autour d'une personne en détresse, moins il y a de chances que quelqu'un intervienne. Dans ces circonstances, il est essentiel d'identifier une personne spécifique dans la foule et de la désigner pour demander de l'aide. Par exemple, plutôt que de simplement crier à l'aide, l'enfant pourrait crier quelque chose comme "Hé, toi avec le t-shirt noir, à l'aide, s'il te plaît !".
 - Essayez d'éviter d'être prévisible : évitez d'utiliser toujours le même itinéraire à la même heure de la journée.
 - Connaître les maisons, les lieux ou les magasins le long de son parcours où l'on pourrait courir chercher de l'aide ou trouver un abri. Par exemple, sur le chemin de l'école à la maison, identifiez ensemble les commerçants qui offriraient leur aide, si l'enfant est poursuivi par quelqu'un.
 - Emportez un dispositif de signalisation, quelque chose qui vous permet de vous faire entendre facilement, comme un sifflet, surtout si vous avez du mal à crier lorsque vous êtes en danger.
- 16. DITES :**
- Nous avons identifié quelques stratégies possibles pour faire face au risque d'enlèvement, nous devons réfléchir à la façon dont nous pouvons partager ces idées et ces conseils avec nos enfants, et comment nous pouvons être réceptifs aux idées et aux suggestions de nos enfants. Attention : votre enfant peut avoir une perception différente du danger qu'il encourt, mais cela ne signifie pas que nous ne devons pas être ouverts à ses idées et accepter ses suggestions.

17. DEMANDEZ :

Ces stratégies peuvent-elles fonctionner, si nous n'impliquons pas Issa dans la définition d'un plan visant à réduire le risque d'enlèvement ?

- a. Que pouvons-nous faire pour l'impliquer dans la définition d'un plan visant à réduire le risque d'enlèvement ?
 - b. Comment devrions-nous lui parler ?
18. Si le temps le permet, invitez deux volontaires à jouer la conversation entre une mère, un père et Issa, dans laquelle les trois discutent du risque d'enlèvement et essaient de trouver un plan pour réduire le risque ensemble.
19. Donnez aux volontaires 2/3 minutes pour se préparer et imaginer ce qu'ils se diraient. Expliquez que le jeu de rôle ne doit pas durer plus de 2/3 minutes.
20. Après le jeu de rôle, **DEMANDER** à l'ensemble du groupe :
- a. Pensez-vous que les parents ont réussi à impliquer Issa dans la résolution du problème du risque d'enlèvement ? Comment ?
 - b. Comment était le ton de la voix de la mère et du père ? Quel genre de questions a-t-elle posé/il a posé ?
 - c. Comment Issa s'est sentie pendant la conversation ?
 - d. Est-il susceptible de suivre les conseils discutés ensemble ? Pourquoi ?
21. Réfléchissez à ce que disent les participants et, si nécessaire, transmettez les points ci-dessous qui n'ont pas été partagés par les parents. **DITES** :
- Faire participer votre enfant à la recherche de stratégies visant à réduire le risque d'enlèvement est le seul moyen de s'assurer qu'il comprendra et acceptera les stratégies que vous définirez.
 - Assurez-vous d'être dans un état d'esprit calme : soyez ouvert et calme lorsque vous parlez à votre enfant. Le fait de menacer n'incitera pas votre enfant à vous écouter, ni à suivre vos conseils.
 - De même, plutôt que de partir de ce que vous pensez être la meilleure approche pour réduire le risque d'enlèvement, demandez à votre enfant ce qu'il pense.
 - Utilisez une stratégie de résolution de problème pour identifier le problème **ensemble**, et pensez aux solutions possibles, reconnaissez les avantages et les inconvénients de chaque solution, et, ensemble, choisissez celles qui vous semblent les plus appropriées.
 - Si vous vous attaquez ensemble au problème, vous avez plus de chances de réduire efficacement les risques d'enlèvement.
 - Soyez également ouvert et franc sur les questions, même lorsque le sujet peut être difficile à aborder. De cette façon, vous encouragez votre enfant à s'ouvrir à vous et à venir vous voir chaque fois qu'il a l'impression d'être confronté à une situation menaçante ou qu'il a besoin d'aide pour résoudre un problème.

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Exemples du [polycopié "Pratique à domicile" :Résoudre les problèmes ensemble](#) ; (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4](#).

Modalité :

 **Plénière**

1. [Distribuez le document "Home practice" :Résoudre des problèmes ensemble](#) à chaque participant.
2. Rappelez-leur d'essayer d'appliquer le plan d'action en six étapes pour résoudre les problèmes à la maison avec leurs enfants. Rappelez les étapes :
 - Identifier le problème
 - Remue-méninges pour trouver des solutions
 - Imaginez les conséquences
 - Choisissez une solution
 - Essayez-le
 - Évaluer si cela fonctionne
 - Réessayez si nécessaire
3. Rappelez-vous que si vous avez une stratégie différente pour résoudre les problèmes, que vous trouvez efficace pour vous, et qui est constructive, respectueuse et non violente, utilisez ce qui fonctionne le mieux pour vous !
4. Invitez les participants à noter chaque fois qu'ils utilisent l'approche de résolution de problèmes à la maison avec leurs enfants. Invitez les participants à suggérer des moyens d'enregistrer leur pratique.
5. Rappelez-leur de continuer à mettre en pratique les compétences qui ont fait l'objet des sessions précédentes - communication positive, réduction du stress, pause.
6. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
7. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
8. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
9. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
10. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
11. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Plan d'action en six étapes pour résoudre les problèmes ensemble :

1. Identifier le problème : Quel est le problème ici ?

2. Faites un brainstorming sur les solutions : Quelles sont les différentes solutions possibles ?

3. Imaginez quelles pourraient être les conséquences de chaque solution : Quels sont les avantages et les inconvénients de chaque solution ? Comment chaque personne impliquée se sentira-t-elle par la suite ?

4. Choisissez une solution.

5. Essayez-le.

6. Réfléchissez pour savoir si cela a fonctionné : Est-ce que ça a marché ? Le problème est-il résolu ?



N'oubliez pas de le faire :

- **Utilisez l'approche de résolution de problèmes non violente et respectueuse qui vous convient le mieux ! Si vous avez déjà une approche que vous utilisez et qui fonctionne pour vous, continuez à l'utiliser !**
- Impliquez vos enfants (Comment : répondez aux questions ci-dessus avec eux)
- Soyez ouvert à leurs suggestions.
- Utilisez toujours une approche constructive, respectueuse et non violente : n'imposez pas vos idées aux autres.
- Essayez toujours de trouver le moment approprié pour discuter des problèmes avec vos enfants ou avec d'autres membres de la famille : veillez à être dans un état d'esprit calme, n'utilisez pas de menaces ou de violence.
- Si vous parlez à votre enfant et discutez avec lui des moyens de résoudre les problèmes ensemble, il sera plus enclin à venir vous voir chaque fois qu'il sera confronté à un problème, et il appréciera également vos conseils.

Session 15

**Prendre soin de soi et prendre
soin de ses enfants : Faire face à
la stigmatisation**



Session 15. Prendre soin de soi et prendre soin de ses enfants : Faire face à la stigmatisation

Durée 2h 

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Identifier la stigmatisation et la manière dont elle affecte leur bien-être et leurs relations, ainsi que le bien-être de leurs enfants.
- Partager des stratégies pour faire face à la stigmatisation et briser le cycle de la stigmatisation.

Aperçu des activités :

| Session | | TOTAL 120 min |
|----------------|---|---------------|
| 15 | | |
| <i>Acte. 1</i> | Accueillir les participants | 15 min |
| <i>Acte. 2</i> | Reconnaître les catégorisations de groupes et les stéréotypes | 20 minutes |
| <i>Acte 3</i> | Stigmatisation et isolement social | 20 minutes |
| <i>Acte 4</i> | Les conséquences de la stigmatisation | 30 minutes |
| <i>Acte 5</i> | Lutter contre la stigmatisation | 20 minutes |
| | Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- Des badges en forme - des découpages en papier de différentes couleurs et formes.
Par exemple, pour un groupe de 15 participants, préparez :
 - 4 carrés verts
 - 4 carrés jaunes
 - 4 carrés bleus
 - 4 triang triang triang triangles jaunes
 - 4 triangles bleus
 - 4 triangles verts
 - 4 cercles verts
 - 4 cercles bleus
 - 4 cercles jaunes
- Ruban de papier.

- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4.](#)
- Copies du [document sur les pratiques à domicile :Reconnaître et traiter la stigmatisation](#)

Contenu :

Dans cette session, les participants se concentrent sur la stigmatisation et la discrimination et identifient les causes profondes de la stigmatisation dont eux-mêmes et leurs enfants peuvent faire l'objet, en raison de leur implication dans un groupe armé. Ils réfléchiront aux implications de la stigmatisation pour le bien-être de leurs enfants et pour le leur. Ils réfléchiront à la manière dont ils contribuent à réduire le risque de stigmatisation envers leurs enfants et, par conséquent, envers eux-mêmes.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (15 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Matériaux : Des badges en forme - des papiers découpés de couleur et de forme différentes. Par exemple, pour un groupe de 15 participants, préparez :

- 4 carrés verts
- 4 carrés jaunes
- 4 carrés bleus
- 4 triang triang triang triangles jaunes
- 4 triangles bleus
- 4 triangles verts
- 4 cercles verts
- 4 cercles bleus
- 4 cercles jaunes

Ruban de papier.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. **DEMANDEZ :**
 - Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente ?**
 - Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - Qu'avez-vous trouvé difficile ?

Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions, et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez le **plan d'orientation** à portée de main, si nécessaire.

4. Il faut toujours féliciter ceux qui ont le courage de partager !
5. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.
6. Ensuite, expliquez que vous allez faire une activité courte et intéressante qui introduira le sujet de la session.
7. Donnez à chaque participant un ensemble de badges en forme : la couleur et la forme des badges que chaque personne reçoit n'ont pas d'importance, mais chaque participant doit recevoir plus d'un badge, et les badges doivent être différents.
8. Le cas échéant, fournissez-leur du ruban adhésif et invitez-les à coller les badges à un endroit visible sur le devant de leur t-shirt, chemise ou robe. Si cela n'est pas possible, veillez à ce qu'ils tiennent leur badge à la main afin qu'il soit visible par tous.
9. Expliquez-leur que vous allez leur donner une série d'instructions. Il est interdit de parler à ce stade.
10. Ensuite, demandez-leur de se répartir en groupes de 5. Rappelez-leur de ne pas parler et de simplement trouver un moyen de former des groupes. Vous ne devez pas donner d'instructions sur la manière dont les groupes doivent être formés.
11. Donnez-leur 1 minute pour former des groupes. Il n'y a pas de problème si quelqu'un reste en dehors des groupes.
12. Continuez ensuite en les invitant à former des groupes de 3. Comme précédemment, rappelez-leur de ne pas parler.
13. Donnez-leur 1 minute pour former des groupes, puis continuez en les invitant à former des groupes de 6.
14. Remerciez tout le monde de sa participation et invitez chacun à retourner à sa place.

Activité 2. Reconnaître les catégorisations de groupe et les stéréotypes (20 min)

Objectif : aider les participants à comprendre ce que sont les groupes sociaux, à reconnaître nos propres stéréotypes et à comprendre le danger des stéréotypes.

Modalité :



Plénière

1. DEMANDER :

- e. Réfléchissez à l'activité que nous venons de faire. Quels types de groupes avez-vous formés ?
 - f. Que pensez-vous que ce jeu nous montre ?
2. Très probablement, les participants ont formé des groupes en fonction de la forme ou de la couleur des badges qui leur ont été attribués. Réfléchissez à ce que les participants mentionnent et à la manière dont le jeu s'est développé dans votre cas, et transmettez les points suivants si nécessaire. **DITES** :
- Au cours du jeu, vous avez le plus souvent (ou seulement) formé des groupes qui étaient basés sur la couleur ou la forme des badges attribués.

- En général, lors de ce jeu, il est très peu probable que les participants forment des groupes dans lesquels de nombreuses formes ou couleurs différentes sont représentées, ou que les gens forment des groupes qui n'ont rien à voir avec leurs badges.
- **Cela se produit parce que, lorsque nous interagissons avec d'autres personnes, nous les plaçons automatiquement dans différents groupes, et ces groupes nous aident à définir qui est "nous" et qui est "eux".**
- Par exemple, dans ce cas, les groupes que nous avons créés étaient basés sur la couleur et la forme de nos badges. Dans certains cas, les "nous" étaient tous les carrés jaunes, tandis que dans d'autres, c'était tous les carrés, quelle que soit leur couleur.
- **Dans ces cas, ces regroupements étaient plutôt inoffensifs : faire partie du groupe des "carrés jaunes" n'était ni meilleur ni pire que faire partie du groupe des "carrés bleus".**
- **Mais catégoriser les gens, ou les diviser en groupes, n'est pas toujours inoffensif.**

3. DEMANDER :

- a. Pouvez-vous identifier une façon dont nous catégorisons les groupes de personnes, dans notre contexte ?

Quelques exemples de réponses pourraient être :

Hommes, femmes, adolescents, personnes âgées, enfants, mères, pères, personnes vivant avec handicap, personnes appartenant à un certain groupe religieux ou ethnique, personnes vivant dans certaines régions, etc.

4. Ensuite, expliquez que vous allez faire une activité de brainstorming.
5. Expliquez que vous allez dire un mot.
6. Choisissez une personne pour commencer : elle doit dire la première chose qui lui vient à l'esprit en entendant ce mot, suivie par la personne à sa droite, et ainsi de suite, jusqu'à ce que tout le monde ait eu la parole.
7. Expliquez-leur qu'il est essentiel qu'ils ne réfléchissent pas : ils doivent dire la première chose qui leur vient à l'esprit juste après que la personne qui les précède l'a dit.
8. Faites un premier essai en disant le mot "FLEUR", ou tout autre mot de votre choix.
9. Que chacun dise rapidement un mot qu'il associe à "Fleur".
10. Remerciez tout le monde d'avoir participé et expliquez que vous allez mentionner un autre mot et qu'ils doivent faire de même. Rappelez-leur de ne pas trop réfléchir et de dire simplement la première chose qui leur vient à l'esprit.
11. Choisissez l'un des groupes sociaux mentionnés par les participants à l'étape 3, par exemple les femmes ou les adolescents. Évitez d'utiliser une catégorie dont vous savez qu'elle provoquera des conflits ou un malaise parmi les participants. Par exemple, si vous savez que certains participants appartiennent à des groupes religieux différents, et qu'il existe des tensions entre ces groupes, évitez d'utiliser la catégorie "religion".
12. Dites ensuite le mot que vous avez sélectionné. Par exemple, vous pouvez mentionner "Personne vivant avec handicap". (Modifiez les parties entre parenthèses ci-dessous pour les adapter à l'exemple que vous avez choisi)

13. Laissez chacun s'exprimer. Il est fort probable que certains des mots qui ressortiront du brainstorming reflèteront certains stéréotypes typiques associés à ce groupe social. Par exemple, dans le cas d'une "personne vivant avec handicap", il se peut que certains disent des choses comme "dans le besoin, pauvre, solitaire, dépendant"). Ensuite, **DITES** :

- Comme vous le voyez, certaines des choses qui vous sont venues à l'esprit en mentionnant ce groupe social, sont assez similaires.
- En effet, lorsque nous classons les gens en groupes, nous attribuons généralement des caractéristiques similaires aux personnes appartenant au même groupe.
- Si vous vous en souvenez, dans l'une des sessions précédentes (session 8), nous avons parlé des stéréotypes : les stéréotypes sont des idées ou des croyances simplifiées, partielles ou erronées que beaucoup de gens ont sur un groupe de personnes qui, selon eux, partagent des caractéristiques similaires.
- La façon dont nous pensons souvent aux membres d'un groupe social reflète souvent des stéréotypes communément admis sur ce groupe.

1. DEMANDEZ :

a. Quel est le danger de cette approche ? Quel est le danger de catégoriser les gens et de leur attribuer des caractéristiques similaires ?

14. Réfléchissez à ce qui ressort de la conversation et transmettez le point suivant si nécessaire. **DITES** :

- Les stéréotypes sont souvent basés sur des erreurs, des inexactitudes ou des informations partielles. Nous ne voyons la personne qui fait partie de cette catégorie que pour un seul aspect que nous interprétons d'une certaine manière.
- (Modifiez les [parties entre parenthèses] pour refléter l'exemple que vous avez utilisé dans l'activité de brainstorming ! Par exemple, dans le cas de la [personne vivant avec handicap], toute personne appartenant à cette catégorie sociale est souvent jugée uniquement en fonction de [son] handicap. Les gens voient un handicap, qu'il soit physique ou mental, et ne le considèrent que comme une caractéristique négative. Cette personne ne se reconnaît peut-être pas dans l'image que nous avons construite d'elle].
- Nous jugeons chaque personne appartenant à une catégorie sociale particulière à travers ces lentilles déformées, et nous oublions complètement qu'il existe un être humain unique, avec des caractéristiques uniques.
- C'est pourquoi les stéréotypes sont négatifs. Même si nous avons une attitude positive à l'égard d'un certain groupe, par exemple lorsque nous pensons que les hommes sont forts et courageux, le stéréotype a un impact négatif sur les individus car il oblige toutes les personnes appartenant à ce groupe à correspondre à cette image.



LA RELATION DU MÉNAGE AVEC LE RESTE DE LA COMMUNAUTÉ

La relation du ménage avec le reste de la communauté peut être plus ou moins harmonieuse. Dans certains contextes, les parents et les enfants peuvent être confrontés à une stigmatisation sévère, alors que dans d'autres, les chefs de la communauté et les voisins peuvent entretenir une relation de confiance avec les parents d'enfants associés à des groupes armés, ce qui peut fortement réduire la stigmatisation des enfants et faciliter leur réintégration dans la famille et la communauté.

Réfléchissez à vos contextes et à la nécessité d'adapter la session.

Activité 3. Stigmatisation et isolement social (20 min)

Objectifs : comprendre ce qu'est la stigmatisation et l'isolement social et comment ils peuvent affecter les enfants qui ont été impliqués dans des groupes armés et leurs parents.

Modalité :



Travail en binôme

1. DITES :

- Un stéréotype peut être si négatif qu'il exclut des personnes de la société. Dans tous les groupes sociaux, certaines personnes sont exclues et isolées parce que la communauté décide qui doit en faire partie et qui est en dehors.
- Cela peut être dû à des caractéristiques physiques, mais peut aussi dépendre de choses auxquelles ils croient, ou de choses qu'ils font ou ont faites. Dans ces cas, on parle de stigmatisation.

2. DEMANDEZ :

- b. Y a-t-il un groupe social dans votre communauté qui est exclu ou qui n'est pas facilement accepté par la communauté ?

Voici quelques exemples :

- a. Les enfants vivant avec handicap.
- b. Les filles qui ont été recrutées par des groupes armés.
- c. Les enfants qui ont été recrutés par des groupes armés.
- d. Les parents d'enfants ou de filles qui ont été recrutés par des groupes armés.
- e. Filles revenant des groupes armés, enceintes ou mères.
- f. Des garçons ou des filles qui fuient les groupes armés et rentrent chez eux.
- g. Les parents qui refusent de laisser leurs enfants rejoindre les groupes armés.
- h. Les personnes atteintes d'une maladie chronique.
- i. Des personnes d'un groupe ethnique différent.

Coordonnez avec votre co-facilitateur la prise de notes des réponses dans votre carnet de notes.

3. Demandez aux participants de former des binômes, et **demandez à** chaque binôme de répondre aux questions suivantes :
 - Comment votre communauté décrit-elle les enfants qui ont été associés à des groupes armés ?
 - Que pensent les gens de votre communauté d'eux ?

- Comment se comportent-ils à leur égard ?
- Comment les enfants se sentent-ils ?
- Pourquoi pensez-vous qu'ils choisissent de traiter les enfants comme ça ?

4. Demandez à chaque paire de partager ses réponses.

5. **Demande** suivante :

- Comment votre communauté décrit-elle les parents d'enfants qui ont été associés à des groupes armés ?
- Que pensent les gens de votre communauté d'eux ?
- Comment se comportent-ils à leur égard ?
- Comment les parents se sentent-ils ?
- Pourquoi pensez-vous qu'ils choisissent de traiter les parents comme ça et est-ce juste ? Pourquoi ? ¹⁹

4. **DITES :**

- Les parents d'enfants à risque ou associés à des groupes armés, ainsi que les enfants, peuvent être la cible de stigmatisation et souffrir d'isolement social.
- Dans les prochaines activités, nous nous pencherons sur les conséquences de la stigmatisation, sur la manière d'aider nos enfants à y faire face et sur la manière d'y remédier nous-mêmes.
- N'oubliez pas : La stigmatisation n'est jamais acceptable. Les enfants et les parents souffrent injustement du rejet de la communauté.

Activité 4. Les conséquences de la stigmatisation (30 min)

Objectifs : identifier les conséquences de la stigmatisation pour les enfants associés aux groupes armés et pour leurs parents ; reconnaître la vulnérabilité des filles et des enfants vivant avec handicap.

Modalité :



Plénière

1. Lisez les deux histoires ouvertes suivantes :

- María est une jeune fille de 10 ans, elle a été recrutée par un groupe armé et a été éloignée de sa famille pendant deux ans, travaillant comme cuisinière et recrutant d'autres enfants pour le groupe. Maintenant elle est de retour, et elle a rejoint une famille d'accueil parce que sa famille ne l'accepte pas. Ses anciens amis ne veulent pas s'engager avec elle. Elle a également du mal à trouver un emploi car les gens ne veulent pas qu'elle travaille avec eux.
- Diego est un garçon de 17 ans. Il a été recruté par un groupe armé et a passé deux ans à travailler comme combattant. Les autres enfants et leurs familles ne veulent pas entrer en contact avec lui car ils craignent qu'il ne les incite à rejoindre le groupe armé ou qu'il soit violent.

¹⁹ Cette session se concentre sur la stigmatisation. L'animateur devra faire les ajustements nécessaires pour les contextes où les parents dont les enfants ont rejoint des groupes armés sont considérés comme des héros/éloges.

2. **DEMANDEZ :**

- a. Pourquoi pensez-vous que la communauté rejette ces deux enfants ?
- b. Quelles sont les conséquences de la stigmatisation et de l'isolement social pour ces deux enfants ?

3. **DITES :**

- La stigmatisation et l'isolement social ont un impact sur la façon dont nous nous percevons.
- Lorsqu'une personne se sent isolée socialement, elle peut se sentir seule, triste, déprimée, sans espoir et sans soutien.
- Elle peut générer une image négative de soi.
- Les enfants et les adultes qui font l'objet d'une stigmatisation se sentent invisibles.
- Ils se considèrent comme différents, "inférieurs" et indignes.
- L'isolement social signifie également que la personne est moins susceptible de chercher de l'aide en cas de besoin et, dans le cas des enfants, il peut conduire à un recrutement supplémentaire.
- En outre, la stigmatisation empêche la guérison des traumatismes.

4. **DEMANDEZ :**

- a. Pensez-vous que les filles et les garçons ont les mêmes chances d'être stigmatisés par la communauté après leur recrutement par des groupes armés ?
- b. Que pense la communauté des filles qui ont été associées à des groupes armés ?
- c. Comment la famille et la communauté réagissent-elles aux filles qui reviennent à la maison enceintes ou avec un bébé ?
- d. Et les garçons ?

5. **Réfléchissez à ce qui ressort de la conversation entre les participants et, si nécessaire, intégrez-le aux points suivants. DITES :**

- Les filles associées aux groupes armés risquent d'être stigmatisées et isolées.
- Ils peuvent être blâmés pour ce qu'ils ont vécu.
- Elles risquent de ne pas être prioritaires pour retourner à l'école, alors que leurs camarades masculins sont encouragés à y aller ou aidés à trouver un emploi.
- De plus, les filles peuvent avoir joui de l'autonomie et de la liberté dans le groupe armé, et il peut être très difficile pour elles de revenir à des rôles plus traditionnels.
- Les filles qui rentrent chez elles enceintes ou avec un bébé courent un grand risque de stigmatisation et d'isolement. Cela peut avoir des conséquences dramatiques pour la jeune fille, mais aussi pour son bébé. Elle peut avoir du mal à accéder au travail, aux services de santé, elle peut avoir du mal à assumer son nouveau rôle de mère.
- Si l'on ne répond pas à leurs besoins et que l'on ne les aide pas à se réintégrer, ils risquent de rejoindre à nouveau les groupes armés. L'exclusion et l'isolement peuvent également avoir des conséquences à long terme sur leur bien-être et leur développement.

6. **DEMANDEZ :**

- a. Comment la communauté aborde-t-elle ou pense-t-elle aux enfants vivant avec handicap ?
- b. Comment les membres de la communauté interagissent-ils avec les enfants vivant avec handicap et les traitent-ils ?

7. **DITES :**

- Les enfants vivant avec handicap sont un autre groupe qui fait souvent l'objet d'une stigmatisation.

- La famille joue un rôle important pour éviter la stigmatisation, accepter l'enfant et veiller à ce que ses besoins soient pris en compte.
- Enfin, en donnant l'exemple de ce comportement et en soutenant l'engagement de l'enfant dans les activités communautaires - éducation, formation, événements locaux - la famille peut contribuer à réduire la stigmatisation de l'enfant.

Activité 5. S'attaquer à la stigmatisation (20 min)

Objectifs : réfléchir aux stratégies que les parents peuvent adopter pour réduire la stigmatisation dans la communauté et au sein de la famille.

Modalité :



1. Invitez les participants à former des binômes.
2. **DITES** :
 - Les stigmates proviennent généralement de la peur de la communauté et de croyances erronées concernant quelqu'un ou quelque chose.
 - Dans le cas des enfants associés à des groupes armés, la stigmatisation vient de la crainte que l'enfant soit violent ou qu'il essaie d'influencer les autres enfants.
 - Nous devons démanteler la stigmatisation et comprendre que la communauté et la famille constituent la première étape clé pour ramener l'enfant chez lui et l'aider à se sentir à sa place.
2. **DEMANDEZ** :
 - A. Comment la famille peut-elle intervenir pour soutenir l'enfant, démanteler la stigmatisation, et promouvoir l'acceptation et la réintégration ?
2. Invitez chaque paire à donner quelques suggestions. Coordonnez-vous avec votre co-animateur pour prendre des notes.
3. Réfléchissez à ce qui ressort du travail en binôme et intégrez leurs idées à l'un des points suivants, si nécessaire. **DITES** :
 - Nous pouvons soutenir l'engagement de notre enfant dans des activités positives au sein de la communauté, comme retourner à l'école, suivre une formation ou trouver un emploi (en fonction de son âge), ou participer à des événements sociaux ou à des activités sportives au sein de la communauté.
 - Grâce à ces engagements, la stigmatisation est réduite et les enfants sont accueillis de nouveau dans leur société.
 - En outre, ces contacts réduisent les conséquences de la stigmatisation pour les enfants et leurs parents : les enfants et les parents acquièrent une image plus positive d'eux-mêmes.
 - Une image positive de soi et un sentiment d'appartenance commencent dans les murs de la maison.
 - Les pratiques familiales peuvent fortement déterminer si l'enfant se sent accepté ou rejeté et peuvent influencer le succès du processus de réintégration, ainsi que réduire les risques de (re)-recrutement.
4. **DEMANDEZ** :
 - a. Que peut faire la famille pour soutenir l'enfant et réduire la stigmatisation à la maison ?

- b. Quelle intervention des leaders communautaires en faveur des enfants peut également réduire la stigmatisation dans la communauté ?
5. Réfléchissez à ce qui ressort du travail en binôme et intégrez leurs idées à l'un des points suivants, si nécessaire. **DITES :**
- En accueillant votre enfant à la maison, vous avez déjà fait un grand pas vers sa réintégration. L'étape suivante consiste à accepter l'enfant sans le juger ni lui faire honte. Posez-vous la question suivante : comment puis-je lui montrer qu'il mérite mon amour et mon attention ?
 - Modélisez votre comportement : Traitez votre enfant de la manière que vous savez être la meilleure pour qu'un enfant soit soutenu, soigné et capable d'être heureux dans la communauté.
 - La communication et l'écoute de l'enfant sont une étape clé pour qu'il se sente accepté à la maison.
 - Confier à l'enfant des tâches ménagères, lui demander de résoudre des problèmes ensemble, lui demander son avis, contribuer aux décisions de la famille et lui donner des occasions de participer à la vie familiale sont autant d'étapes essentielles pour soutenir l'enfant dans son processus de réintégration, éviter la stigmatisation et construire une image positive de lui-même.
 - N'oubliez pas : Les filles et les enfants vivant avec handicap sont particulièrement vulnérables à la stigmatisation et au rejet : traitez-vous vos filles comme vous traitez vos garçons ? Respectez-vous et valorisez-vous votre enfant qui a un handicap comme vous respectez et valorisez les autres ? Répondez-vous à ses besoins ?
 - L'implication de la communauté dans le processus de réintégration est également essentielle pour réduire le risque de stigmatisation. Une approche pourrait consister à identifier une personne que nous connaissons bien et qui est tenue en haute estime par le reste de la communauté. Savons-nous qui cela pourrait être dans notre communauté ? Nous pouvons essayer d'obtenir l'aide de cette personne qui pourrait plaider en notre faveur auprès des autres membres de la communauté.

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Exemples du [document sur les pratiques à domicile :Reconnaître et traiter la stigmatisation](#) ; (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité4](#).

Modalité :



Plénière

1. [Distribuez le document sur les pratiques à domicile :Reconnaître et traiter la stigmatisation](#).
2. Rappelez les principes clés suivants et intégrez-les à tout aspect qui est apparu lors de la conversation avec les parents,
DITES :

- Le démantèlement de la stigmatisation de nous-mêmes et de nos enfants commence par l'acceptation de nos enfants, la communication avec eux et le fait de leur montrer que nous les apprécions.
- L'acceptation par les familles et les communautés est l'élément le plus important qui peut déterminer une réintégration réussie et à long terme pour les enfants anciennement associés aux forces et groupes armés.
- Les filles et les enfants vivant avec handicap peuvent être particulièrement exposés à la stigmatisation, à la maison comme à l'extérieur.

Expliquez-leur que dans le document, ils trouveront un rappel des actions qu'ils peuvent entreprendre pour réduire le risque de stigmatisation pour eux et pour leurs enfants.

3. Rappelez aux parents qu'ils doivent continuer à mettre en pratique les compétences abordées lors des sessions précédentes - communication positive, réduction du stress, pause, etc.
4. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
5. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier \(ou tout autre format\)](#), attirez leur attention dessus et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
6. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
7. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
8. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
9. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

Document d'entraînement à domicile : Reconnaître et traiter la stigmatisation

N'oubliez pas de le faire :

*Parlez à votre enfant et écoutez-le.

Évitez la stigmatisation au sein de la famille : Traitez tous vos enfants sur un pied d'égalité, indépendamment du fait qu'ils aient été recrutés par un groupe armé, de leur genre ou de leurs capacités.

Modélisez votre comportement : Traitez votre enfant comme vous aimeriez que les autres le traitent ; traitez votre enfant comme vous aimeriez que les autres vous traitent.

*Donnez à votre enfant des tâches ménagères.

*Résoudre les problèmes ensemble.

*Demandez-lui son avis afin qu'il puisse contribuer à la prise de décisions familiales.

*L'aider à retourner à l'école/à suivre une formation/à participer à des activités communautaires.

*Demander l'intervention d'un responsable de la communauté.

Soyez particulièrement attentif aux besoins des filles et des enfants vivant avec handicap : Traitez-les sur un pied d'égalité, répondez à leurs besoins et aidez-les à se sentir les bienvenus à la maison et dans la communauté.

*Intégrer et continuer à utiliser toute approche de lutte contre la stigmatisation qui pourrait fonctionner pour vous !

Si nous les aidons à surmonter la stigmatisation :

- Nous en profitons nous-mêmes : nous risquons moins d'être la cible de la stigmatisation de la communauté.
- Les enfants acquièrent une image positive d'eux-mêmes.
- L'acceptation par la famille est l'élément clé de la réintégration à long terme des enfants anciennement associés à des groupes armés.

Session 16

La relation parent-enfant : Pratiquer une discipline positive et éviter la violence



Session 16. La relation parent-enfant : Pratiquer une discipline positive et éviter la violence

Durée 1h 45 min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Décrire la différence entre punition et discipline, comprendre les risques et les conséquences des punitions sévères pour leurs enfants, et éviter de revenir à ces pratiques.
- Partager leur compréhension de la discipline positive.
- Partager des stratégies pour co-construire les règles de la maison avec leurs enfants.
- Pratiquer des stratégies disciplinaires positives.

Aperçu des activités :

| Session 16 | | TOTAL 105 min |
|-------------------|--|----------------------|
| Acte. 1 | Accueillir les participants et réfléchir sur la pratique à domicile | 10 min |
| Loi. 2 | L'histoire des géants | 30 minutes |
| Loi. 3 | Le recrutement des enfants et l'importance d'utiliser des méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant | 50 minutes |
| | Conclusion : Que devons-nous ramener à la maison ? | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4.](#)
- Des copies du document sur les pratiques à la maison : Méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant.

Contenu :

Cette session s'appuie sur les connaissances et les compétences acquises lors des sessions précédentes : La colère, le stress, ainsi que certaines normes culturelles entourant l'éducation et le développement des enfants peuvent nous amener à réagir par des méthodes disciplinaires sévères au comportement de nos enfants. Les participants étudieront la différence entre punition et discipline, l'importance d'éviter à tout prix la violence envers les enfants et les conséquences de la violence. Ensuite, les participants discuteront

de leurs méthodes de discipline non violente, exploreront ce que signifie la discipline positive et pourquoi elle est plus efficace et plus respectueuse que la punition.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et intéressante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant.
4. **DEMANDEZ** :
 - a. Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente** ?
 - b. Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - c. Qu'avez-vous trouvé difficile ?
5. Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions, et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez le **plan d'orientation** à portée de main, si nécessaire.
6. Il faut toujours féliciter ceux qui ont le courage de partager !
7. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. L'histoire des géants (30 min)

Objectif : Aider les parents à faire preuve d'empathie envers leurs enfants lorsqu'ils sont confrontés à des méthodes de punition sévères ; comprendre les conséquences des punitions sévères sur un enfant.

Modalité :



Plénière

1. Lisez l'histoire ouverte suivante :



L'HISTOIRE DES GIANTS : Aral est un garçon de 13 ans. Un jour, Aral se réveille et se retrouve dans un monde nouveau, inattendu : il est dans une maison immense, tout est grand, deux fois la taille normale. Il découvre rapidement que la maison est habitée par deux géants. Aral comprend immédiatement que les géants sont attentionnés et aimants : Ils l'accueillent, le prennent souvent dans leurs bras, lui donnent de la bonne nourriture et lui offrent des cadeaux.

Le seul problème est qu'ils réagissent parfois à son comportement d'une manière qu'il ne comprend pas et qu'il trouve effrayante : Sans raison précise, ils se mettent à crier après lui. Ils sont énormes et ont l'air très effrayants quand ils se mettent en colère, même s'ils ne lui font pas vraiment mal. Aral remarque que de nombreuses choses déclenchent la

colère des géants, mais que les règles et les raisons de leur colère sont souvent peu claires.

À un certain moment, les géants commencent aussi à frapper Aral, surtout lorsqu'ils ont l'air très occupés ou stressés. Lorsqu'ils ne sont pas en colère, ils sont toujours aimants et attentionnés, ils le prennent dans leurs bras, lui donnent beaucoup d'attention et lui offrent de beaux cadeaux. Mais très souvent, ils perdent leur sang-froid de façon inattendue et se mettent vraiment en colère contre lui, en criant ou en le frappant. Aral aimerait demander de l'aide, mais il n'y a personne vers qui se tourner, et il commence à penser à s'enfuir.

2. **DEMANDEZ :**
 - a. D'après vous, que signifie cette histoire ? Qui sont les géants ?
 - b. Comment penses-tu qu'Aral se sent dans cette situation ?
 - c. Que pensez-vous qu'Aral apprenne des géants ?
3. **DITES :**
 - Cet exemple vous aide à vous mettre à la place de votre enfant : voilà ce qui se passe lorsque nous utilisons des méthodes de punition sévères et la violence.
 - Les punitions sévères - comme les cris ou les coups - ont pour but d'amener nos enfants à se comporter par la peur. Souvent, la violence est également utilisée pour que les enfants respectent leurs parents ou les adultes.
 - Mais la peur et la violence ne sont pas bonnes pour le cerveau d'un enfant et ne mènent pas au respect ou à la discipline !
4. **DEMANDEZ :**
 - a. Vous vous souvenez de ce qui arrive au cerveau quand on est stressé ?
 - b. Pouvez-vous vous rappeler quels sont les éléments qui contribuent au bon développement de l'enfant ?
5. Laissez les participants discuter et soutenez la discussion en faisant référence aux points mis en évidence dans la session 1, partie 2, activités 1 et 3. Si nécessaire, vous pouvez intégrer les réponses des participants aux points suivants. **DITES :**
 - Dans l'histoire, Aral a constamment peur que les géants se mettent en colère, mais il ne sait pas exactement pourquoi ni comment éviter cela.
 - Si le stress se produit de temps en temps, il n'est pas dangereux. Mais lorsqu'un enfant est exposé à de fréquentes punitions sévères, cet état de stress est prolongé et intense, il peut se trouver dans une sorte d'"état d'alarme" constant. Cet état peut avoir un impact négatif profond et à long terme sur l'enfant (si vous avez le temps, vous pouvez poursuivre avec les informations de la **Tip Box : "Peur et développement du cerveau"**).
 - Pour bien grandir, en tant qu'êtres humains sains et heureux, nous avons besoin d'un environnement sans stress, aimant et attentionné.
6. **DEMANDEZ :**
 - a. Pourquoi pensez-vous que, dans l'histoire, les parents sont dépeints comme des "géants" ?
 - b. Y a-t-il une différence lorsque nous utilisons une discipline sévère sur un enfant plus jeune, par exemple un enfant de 8 ou 9 ans, ou sur un enfant plus âgé ?
7. **DITES :**
 - Tout comme pour Aral, les adultes sont des géants pour les enfants, **quel que soit leur âge !** Ils peuvent être physiquement plus grands et menaçants lorsque l'enfant est petit, mais ils seront toujours psychologiquement "plus grands" : ils ont plus de pouvoir, et ils représentent la source de **sécurité**.

Cette sécurité est perdue lorsque les parents deviennent la source de stress et qu'il y a une peur de la violence.

- Lorsqu'un parent utilise la punition, il montre à l'enfant qu'il a le pouvoir, c'est-à-dire le pouvoir d'établir les règles et d'utiliser la violence.
- Cette approche n'apprend pas à l'enfant ce que sont ces règles et pourquoi elles sont là, elle ne l'aide pas à faire les bons choix.
- La violence domestique et le manque de sécurité peuvent être des éléments qui poussent un enfant à rejoindre un groupe armé.

8. DEMANDEZ :

- a. Que pouvons-nous faire pour guider le comportement de nos enfants au lieu d'utiliser des punitions sévères ?
- b. En quoi notre approche devrait-elle être différente, si nous avons affaire à des enfants ou à des adolescents ?

Si nécessaire, complétez les suggestions des participants avec la liste de la **boîte à idées** : "**Méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant**".



LA PEUR ET LE DÉVELOPPEMENT DU CERVEAU

Lorsqu'on a peur, qu'on est effrayé ou qu'on est stressé, le cerveau se met en quelque sorte en "mode automatique" pour nous aider à faire face à la situation effrayante de manière efficace et rapide. Nous sommes en état d'alerte et, par conséquent, nous faisons taire le cortex préfrontal ou le cerveau qui réfléchit.

Si le stress continue ou si nous sommes constamment dans cet état d'alerte, cela peut causer des dommages à plus long terme au cerveau.

Un environnement sans stress et sans peur aide la personne à apprendre, à grandir et à se développer efficacement et à faire de meilleurs choix.

9. DEMANDEZ:

- c. Pensez-vous que vous pourriez appliquer cette approche dans votre foyer ? Pourquoi ? Pourquoi pas ?

10. DITES :

- Cette approche exige plus d'énergie et d'efforts de la part des parents que l'utilisation d'une discipline sévère, mais gardez à l'esprit ce que vous voulez pour vos enfants, et comment vous voulez qu'ils grandissent.
- En utilisant des méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant, et en évitant le recours aux menaces et à la violence, vous stimulez son indépendance, son esprit critique et sa confiance en lui.
- Ce sont toutes des compétences essentielles pour aider à prévenir le risque de recrutement et pour soutenir la réintégration de l'enfant dans sa famille et sa communauté.



RÉITÉRER SOUVENT LE MESSAGE SUIVANT AU COURS DE CETTE SESSION ET D'AUTRES SESSIONS

- Si vous remarquez que vos enfants ont commencé à se comporter de manière difficile, nouvelle ou inattendue, la meilleure façon de les aider est de leur montrer que vous vous souciez d'eux, de les rassurer et de leur donner de l'affection, d'essayer de leur parler et de les écouter.
- Si nécessaire, rétablissez et réitérez les routines et règles régulières de la maison.
- Vous êtes la personne qui connaît le mieux votre enfant : si le comportement de votre enfant vous inquiète pour une raison ou une autre, cherchez de l'aide au sein de vos réseaux communautaires ou, selon le problème, de l'aide extérieure (reportez-vous au document d'orientation si nécessaire).



DES MÉTHODES POSITIVES POUR GUIDER LE COMPORTEMENT DE VOTRE ENFANT

Des stratégies qui sont valables pour les enfants de tout âge :

- **Réfléchissez aux causes des comportements négatifs** : Ne supposez jamais que votre enfant se comporte mal parce qu'il/elle veut vous embêter. Il se peut qu'il essaie de faire face à un problème ou à un défi, et qu'il ait du mal à l'exprimer et à le résoudre.
 - **Soyez un modèle !** Si vous voulez que votre enfant arrête de crier, ne criez pas vous-même ; Si vous voulez que votre enfant soit respectueux, soyez respectueux ; Si vous voulez qu'il écoute ce que vous dites, commencez par l'écouter.
 - **Utilisez la communication positive (voir la session 10)** : Écoutez et parlez, pour trouver la cause profonde d'un problème.
 - **Résolvez le problème ensemble** : Une fois que vous avez trouvé le problème, discutez ensemble de la façon de le résoudre, expliquez les conséquences naturelles des comportements. (voir session 14)
 - **Faites participer l'enfant à l'établissement d'une règle et à la détermination des conséquences** : Fixez des règles de base claires à suivre dans la maison. (voir l'encadré "Créer des règles pour la maison") ; **Expliquez** les raisons de ces règles ; **(Co) créez des conséquences** en cas de violation des règles (faites en sorte qu'elles soient proportionnées !); **Soyez cohérent** : Assurez-vous que si vous établissez une règle, vous l'appliquerez toujours de la même manière - la règle et les conséquences doivent être prévisibles ; **Tenez compte du sexe et de l'âge** : Assurez-vous que la discipline est la même pour tous vos enfants et pour les enfants de sexe différent ; **Tenez compte de l'âge de l'enfant** : Définissez des attentes adaptées à l'âge de l'enfant et des conséquences adaptées à son âge.
- Évitez la violence !**
- **Évaluez et régulez vos émotions** : Si vous vous sentez particulièrement dépassé, stressé ou frustré, faites une pause avant d'agir (voir session 9 et session 13).

Des stratégies qui peuvent être utiles avec des enfants plus jeunes

- **Félicitez-le !** Félicitez l'enfant lorsqu'il se comporte comme vous le lui avez demandé, reconnaissez et célébrez les bons comportements. Ne vous concentrez pas uniquement sur les comportements négatifs mais reconnaissez les comportements positifs. La psychologie de l'attention nous dit que le fait d'ignorer les comportements négatifs et de se concentrer sur les comportements positifs renforce ces derniers - <https://www.cdc.gov/parents/essentials/consequences/ignoring.html>.
- Offrez à l'enfant un environnement chaleureux et structuré** : Veillez à lui montrer régulièrement des signes d'affection physique et verbale, à passer du temps avec lui, à jouer avec lui. Fournissez une structure, en veillant à ce que les choses se déroulent de manière prévisible et régulière.

Des stratégies qui peuvent être utiles avec des enfants plus âgés :

- L'adolescence est une période tumultueuse, où l'enfant doit "apprendre" à être un adulte. Vous lui apportez tous les encouragements, le soutien et la disponibilité dont il a besoin. Il se peut qu'il vous ignore ou qu'il vous exclue de son monde, mais si vous gardez une ligne de communication ouverte, il trouvera le moyen de vous parler et de vous faire part de ses difficultés et de ses défis.
- Faites participer l'enfant aux décisions qui pourraient le concerner : il a besoin d'être pris au sérieux et d'être reconnu comme un membre précieux de la famille.

Activité 3. Le recrutement des enfants et l'importance d'utiliser des méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant(50 min)

Objectif : Discuter des conséquences des punitions sévères pour les enfants qui ont été recrutés par un groupe armé ; Identifier les approches qui reflètent des méthodes positives pour guider le comportement de l'enfant.

Modalité :



1. Lisez l'histoire ouverte suivante :

"Sahin a été recrutée par un groupe armé lorsqu'elle avait 14 ans. L'une des raisons pour lesquelles elle a rejoint le groupe était de fuir les abus fréquents de sa mère. La vie au sein du groupe était difficile et elle voulait partir, mais en même temps, elle se sentait très indépendante au sein du groupe, elle gagnait de l'argent, et le fait de faire partie du groupe lui donnait le sentiment d'avoir un endroit et des gens auxquels elle appartenait et un but dans la vie.

Après deux ans, elle a réussi à retourner dans sa famille, mais peu après son retour, sa mère a commencé à la frapper, à lui crier dessus et à l'empêcher de quitter la maison chaque fois qu'elle faisait une erreur ou se comportait d'une manière qui ne plaisait pas à sa famille.

Sahin est devenue de plus en plus silencieuse et elle s'échappait souvent de la maison et restait loin pendant de longues heures et parfois des jours. Chaque fois qu'elle revenait, sa mère lui criait dessus et l'enfermait dans la maison.

2. DEMANDEZ :

- a. Comment pensez-vous que Sahin se sentait lorsqu'elle était dans le groupe armé ?
- b. Comment se sent-elle maintenant qu'elle est de retour à la maison ?
- c. Comment a-t-elle changé après son expérience avec le groupe armé ?
- d. Pourquoi pensez-vous que Sahin s'échappe souvent de la maison ?
- e. Quelles pourraient être les raisons pour lesquelles sa mère est en colère contre elle ?
- f. Comment pensez-vous que les parents pourraient utiliser des méthodes positives pour guider le comportement de Sahin ?

3. Réfléchissez à ce qui ressort de la conversation et intégrez ce qui suit aux points soulevés par les participants. DITES :

- Les punitions sévères n'aident pas un enfant qui se comporte mal, car l'enfant apprend à craindre ses parents et les adultes, plutôt que de leur faire confiance et de suivre leurs conseils.
- **Les punitions humilient les enfants** : ils ne se sentent pas respectés et apprennent que la violence est une stratégie acceptable pour faire face aux conflits.
- Lorsque nous faisons preuve de respect envers nos enfants, que nous leur montrons que nous les apprécions et que nous leur apprenons à faire les bons choix en utilisant une discipline positive, nous pouvons prévenir leur engagement dans les groupes armés (en leur montrant que les alternatives à la violence sont tangibles) et faciliter leur réintégration dans la famille et la communauté, en faisant de leur vie familiale une bonne vie.

4. DEMANDEZ :

- d. Utiliser des punitions sévères avec des enfants qui ont été recrutés par un groupe armé peut faire courir à l'enfant le risque d'être à nouveau recruté. Pouvez-vous imaginer pourquoi ?

5. Réfléchissez à ce qui ressort de la conversation et intégrez ce qui suit aux points soulevés par les participants. DITES :

- Les enfants - et surtout les filles - peuvent acquérir un nouveau pouvoir et une nouvelle indépendance lorsqu'ils rejoignent un groupe armé : ils peuvent recevoir de l'argent ; parfois, les filles peuvent assumer des rôles qui ne sont pas très différents de ceux de leurs camarades masculins.
- Les filles peuvent revenir en tant que mères et considérer que leur rôle au sein du foyer est différent de ce qu'il était auparavant - elles sont maintenant des parents avec des responsabilités et ne se voient pas comme l'enfant/adolescent qu'elles étaient auparavant.
- Ce changement, cette liberté et cette indépendance peuvent être très différents de ce qu'ils avaient connu chez eux et dans la communauté avant leur recrutement.
- Lorsqu'ils reviennent, nous ne pouvons ignorer ce qu'ils ont vécu et la liberté dont ils ont bénéficié.
- Il est essentiel que nous évitions la violence et les punitions sévères à l'encontre de tous les enfants, y compris ceux qui ont été recrutés. Lorsque nous utilisons une discipline sévère et la violence, nous soulignons que nous sommes les géants, et qu'ils n'ont aucun pouvoir, aucune autonomie et aucune indépendance. Nous leur disons que nous ne les respectons pas.
- Tout cela peut être difficile pour les parents aussi ! Plutôt que d'utiliser des punitions sévères pour faire face aux mauvais comportements de nos enfants, nous devrions nous concentrer sur des méthodes positives pour guider le comportement de nos enfants, montrer du respect envers nos enfants et les aider à se sentir valorisés et appréciés :
 - ✓ Soyez un modèle !
 - ✓ Utiliser une communication positive
 - ✓ Résoudre le problème ensemble
 - ✓ Félicitez votre enfant, mettez l'accent sur ses bons comportements.
 - ✓ Établir ensemble les règles de la maison et les conséquences
 - ✓ Évitez la violence !
 - ✓ Évaluer et réguler ses émotions
- La plupart de ces aspects ont déjà été abordés dans d'autres sessions. Concentrons-nous maintenant sur l'élaboration d'un règlement intérieur.

6. DEMANDEZ :

- a. Qu'est-ce que le règlement intérieur ?
7. Invitez les participants à former des binômes et à discuter ensemble des questions suivantes. **DEMANDEZ :**
- a. Avez-vous un règlement intérieur à la maison ? Quelles sont les règles que vous avez ?
- b. A qui s'applique ce règlement intérieur ? S'appliquent-elles aux enfants ou également aux parents ? S'appliquent-elles aux garçons et aux filles ?
- c. Comment les avez-vous définies ? Qui a décidé des règles à suivre ?
- d. Comment les règles de la maison que vous avez définies ont-elles fonctionné pour vous jusqu'à présent ?
8. Donnez à chaque paire 5 minutes pour discuter, puis invitez quelques volontaires à partager leurs idées.

9. Intégrez ce qui a émergé du travail en binôme en utilisant la **boîte à idées** : "**Créer des règles internes**" pour faciliter cette discussion. À la fin, **DEMANDER** :

a. Pourquoi est-il important d'établir un règlement intérieur avec nos enfants ?

7. Si ce qui suit ne ressort pas de la conversation entre les participants, DITES-le :

b. Lorsqu'elles sont bien construites, les règles familiales aident les enfants à comprendre quels comportements sont acceptables, et pourquoi. Cela aide les enfants à prévoir les conséquences de leurs actes, renforce leur autodiscipline et leur permet d'apprendre à faire des choix appropriés.

c. Construire ensemble des règles de vie montre à nos enfants que nous les apprécions et les respectons, et que nous reconnaissons leur besoin d'indépendance. C'est un aspect crucial pour les enfants qui ont été recrutés par des groupes armés.

d. Les règles de la maison doivent être valables et applicables à tous, y compris aux parents. Elles doivent refléter les besoins et les valeurs partagés par les membres du foyer. Il ne doit pas y avoir de distinction entre les genres dans les règles et les conséquences de leur violation.



CRÉER DES RÈGLES INTERNES

- Créez-les **avec** vos enfants - cela permet de s'assurer qu'ils sont plus susceptibles de respecter ces règles, et aussi qu'ils se sentent reconnus et respectés.
- Discutez et expliquez les **raisons** de chaque règle. Il ne suffit pas de dire "le couvre-feu est à 20 heures" : Expliquez pourquoi vous établissez chaque règle.
- Tout le monde devrait être tenu de respecter ces règles !
- Soyez prêt à réviser les règles de temps en temps (vous changez, les enfants changent, les circonstances changent).
- Avoir des conséquences claires et proportionnées (les choisir ensemble).
- Si une règle est souvent enfreinte, asseyez-vous ensemble et utilisez une approche de résolution de problème pour aborder la question - voir la session 16.
- Établissez quelques règles et faites en sorte qu'elles soient claires et simples. Veillez à ce que chacun les comprenne.
- Il est plus utile pour l'enfant que les règles expliquent ce qu'il doit faire : au lieu de dire "ne crie pas", dites "parle d'une voix calme et basse".

Par exemple :

Respectez les biens d'autrui - demandez la permission d'emprunter des objets aux autres.

* Parlez d'une voix calme et basse.

* Informez les membres de votre famille de l'endroit où vous allez et de la date de votre retour.

* On dîne tous ensemble.

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Exemplaires du document Pratiques à domicile : Méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité 4](#).

Modalité :



- a. [Distribuez le document "Home practice" : Méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant](#) à chaque participant. Rappelez les principes clés suivants :
- ✓ Soyez un modèle !
 - ✓ Utiliser une communication positive
 - ✓ Résoudre le problème ensemble
 - ✓ Félicitez votre enfant, mettez l'accent sur ses bons comportements.
 - ✓ Établir ensemble les règles de la maison et les conséquences
 - ✓ Évitez la violence !

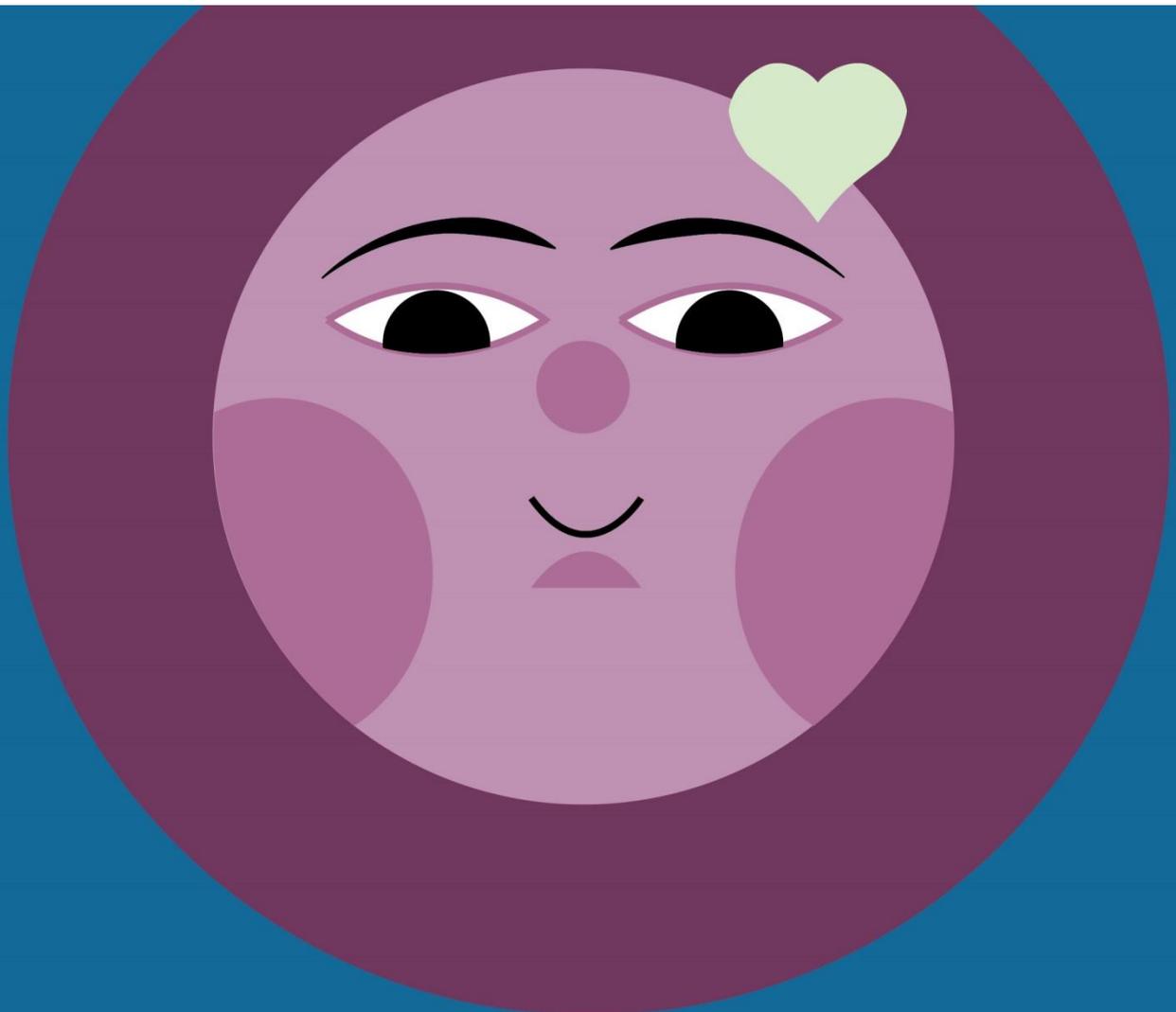
- ✓ Tout cela peut être un défi pour vous aussi en tant que parent. De temps en temps, évaluez et régulez vos émotions.
- b. Rappelez aux participants qu'ils doivent continuer à mettre en pratique les compétences qui ont fait l'objet des sessions précédentes - communication positive, réduction du stress, pause, etc.
- c. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
- d. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
- e. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
- f. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
- g. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - 12. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - 13. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - 14. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
- h. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

[Document d'entraînement à domicile : Méthodes positives pour guider le comportement de votre enfant.](#)

- ✓ Soyez un modèle !
- ✓ Utiliser une communication positive
- ✓ Résoudre le problème ensemble
- ✓ Félicitez votre enfant, mettez l'accent sur ses bons comportements.
- ✓ Établir ensemble les règles de la maison et les conséquences
- ✓ Évitez la violence !
- ✓ Évaluer et réguler ses émotions
- ✓ Intégrez et continuez à utiliser toute méthode de discipline non violente et respectueuse qui fonctionne pour vous.

Session 17

Partir de soi - pratiques de soins personnels : Prendre soin de soi au quotidien



Session 17. Partir de soi - pratiques de soins personnels : Prendre soin de soi au quotidien

Durée 1h 25 ☺ min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître les obstacles aux pratiques d'autosoins et les solutions pour surmonter ces obstacles.
- Se récompenser pour leurs efforts en tant que parents.

Aperçu des activités :

| | | |
|------------|---|--------------|
| Session 17 | | TOTAL 85 min |
| Acte 1 | Accueillir les participants et réfléchir sur la pratique à domicile | 10 min |
| Acte 2 | Identifier notre façon de prendre soin de nous | 40 min |
| Acte 3 | Se faire un compliment | 20 minutes |
| | Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1. Activité 4](#).
- Reproduisez sur deux tableaux de papier les **Picogrammes pour les animateurs 10 : Pratiques d'autosoins** (voir activité 2) en intégrant, si possible, les pratiques d'autosoins qui ont été suggérées par les participants pour gérer le stress lors de la [session 9 Activité 4](#).
- Exemplaires du [document sur les exercices à domicile : Se sentir bien dans sa peau](#).

Contenu :

Il s'agit de la dernière des sessions sur les soins personnels. À ce stade, les parents devraient avoir eu suffisamment d'occasions de discuter et de pratiquer diverses approches pour prendre soin d'eux-mêmes. L'objectif de cette session est de donner

aux parents l'occasion de reconnaître et de célébrer leurs efforts quotidiens pour créer un environnement positif et favorable au sein du foyer tout en supportant des conditions stressantes et en faisant face à des sources quotidiennes d'inquiétude et d'anxiété.

L'objectif de cette troisième séance d'autosoins est que chaque parent prenne ce moment pour identifier les pratiques d'autosoins qui, selon lui, fonctionnent vraiment pour lui. Ils reconnaissent les conditions difficiles dans lesquelles ils vivent et reconnaissent comment ces expériences peuvent affecter leurs propres besoins et leur vie dans son ensemble. Ils discutent également des obstacles qui pourraient les empêcher de mettre en pratique leur pratique d'autosoins et de la manière de les surmonter. Cette séance servira également à rappeler combien il est important de se féliciter mutuellement.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Modalité :



1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez quelques suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer ou une chanson.
4. **DEMANDEZ :**
 - Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente ?**
 - Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - Qu'avez-vous trouvé difficile ?

Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions, et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez le **plan d'orientation** à portée de main, si nécessaire.

5. Il faut toujours féliciter ceux qui ont le courage de partager !
6. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Identifier notre façon de prendre soin de nous (40 min)

Objectifs : Reconnaître les défis possibles à la mise en œuvre régulière des pratiques d'autosoins et identifier des solutions pour relever ces défis ; identifier les approches d'autosoins qui fonctionnent le mieux pour chaque participant/unité familiale.

Matériel : Reproduisez sur deux tableaux de papier les **pictogrammes pour les animateurs 10 : Pratiques d'autosoins** (ci-dessous) en intégrant, si possible, les pratiques

d'autosoins qui ont été suggérées par les participants pour gérer le stress lors de la [session9Activité 4](#).

Modalité :



Paires

Pictogrammes pour les animateurs 10 : Exemples de pratiques d'autosoins :

- **Faites une promenade.**
- **Chantez une chanson.**
- **Soyez créatif** : jouez de la musique, dessinez, dansez, cuisinez (si c'est quelque chose qui vous fait du bien).
- **Trouvez un coin tranquille et respirez profondément.**
- **Reposez-vous, ou faites une sieste.**
- **Faites du sport.**
- **Lisez un livre.**
- **Tenez un journal/journal.**

Parlez à quelqu'un.

1. DITES :

- Au cours des sessions 9 et 13, vous avez eu diverses occasions de partager les moyens par lesquels vous prenez soin de vous et de votre bien-être.
- Malgré nos efforts, nous pouvons être confrontés à divers défis pour prendre efficacement soin de nous dans notre vie quotidienne.
- Il est important que l'autosoin ne soit pas ressenti comme un fardeau supplémentaire, mais plutôt comme faisant partie de nos routines quotidiennes.

2. DEMANDEZ :

- a. Qu'avez-vous fait normalement de temps en temps pour prendre soin de vous ?
- b. Qu'est-ce que vous avez fait, qui vous fait vous sentir bien ?

10. Une fois que les participants ont partagé leurs expériences, montrez les [pictogrammes pour les animateurs 10 : Pratiques d'autosoins](#), ou lisez la liste des pratiques d'autosoins ci-dessous, en veillant à souligner ce qui a déjà été partagé par les participants à l'étape 2 ci-dessus.

Pratiques d'auto-soins :

- Faites une promenade
- Chantez une chanson
- Écouter de la musique
- Être créatif : jouer de la musique, dessiner, danser
- Trouvez un coin tranquille et respirez profondément
- Reposez-vous, ou faites une sieste
- Faire du sport
- Lire un livre
- Tenir un journal
- Parlez à quelqu'un
- Le temps du silence

3. DITES :

- Chacun d'entre nous utilise des techniques d'autosoins différentes pour lui-même. Parfois, nous ne nous rendons pas compte que nous avons cette force avant de regarder en arrière et de voir ce que nous avons déjà accompli jusqu'à présent.
4. Ensuite, invitez les participants à former des paires ou des petits groupes basés sur l'unité familiale, si possible. Dans les sessions en groupes mixtes, si les femmes/hommes ne se sentent pas à l'aise pour discuter de leurs problèmes personnels avec leurs maris/femmes/partenaires ou avec d'autres hommes/femmes, utilisez un autre système de regroupement.
 5. Invitez chaque groupe à prendre 15 minutes pour discuter de chacune des pratiques d'autosoins qu'ils ont mises en pratique.
 6. Invitez les groupes à répondre ensemble aux questions suivantes :
 - a. Quels sont les défis qui peuvent vous empêcher de faire quelque chose de bien pour votre bien-être chaque jour ?
 - b. Que pourriez-vous faire - en tant qu'individu et en tant que cellule familiale - pour surmonter ces difficultés et vous assurer que vous faites régulièrement quelque chose de bien pour votre bien-être ?
Un exemple de réponse ici pourrait être : Je ne trouve pas le temps mais peut-être que si je pratique une technique de relaxation tout en faisant une autre activité de routine, comme me brosser les dents ou travailler la terre, alors je n'aurais pas ce problème.
 7. Une fois que c'est fait, invitez chaque paire ou groupe à partager et à discuter de ses idées avec le reste du groupe en 3-4 minutes maximum.
 8. Merci à tous pour leurs contributions.

Activité 3. Se faire un compliment (20 min)

Objectifs : reconnaître leurs succès en tant que parents et en tant qu'individus ; comprendre l'importance de se sentir bien dans sa peau.

Modalité :



Plénière

1. DITES :

- Vous travaillez très dur chaque jour pour prendre soin de votre famille : en étant ici, vous montrez que vous vous souciez de vos enfants et des membres de votre famille.
 - Nous arrivons à la fin de notre programme, et voici la dernière de nos séances d'autosoins. Il est temps de nous applaudir pour tout le travail accompli et toutes nos réalisations, pour nos enfants et pour notre famille, et d'apprendre à reconnaître nos efforts.
 - Il est important de se sentir bien dans sa peau et dans celle de sa famille : non seulement parce que nous le méritons, mais aussi parce que cela améliorera nos relations familiales. Il se peut que les choses ne se passent pas toujours comme nous le voudrions, et que nous soyons parfois plus ou moins proches de ce que nous imaginons comme une famille aimante, solidaire et saine. Mais cela ne doit pas nous décourager !
2. **Demandez à** chacun de prendre un moment pour réfléchir individuellement aux questions suivantes :

- a. Quelle est une chose qui s'est produite au cours des derniers mois et dont vous êtes heureux ?
 - b. Quelle est la chose que vous avez bien faite avec votre enfant au cours des derniers mois ?
3. Invitez certains volontaires à partager leurs idées, mais ne forcez personne à le faire. Respectez leur désir de ne pas partager leurs idées.
 4. Après chaque commentaire, remerciez les volontaires pour leur contribution.
 5. Concluez en félicitant tout le monde pour leur travail, en tant que parents et en tant qu'individus.
 6. Remerciez l'ensemble du groupe, et

DITES :

- Il est important d'apprendre à reconnaître les efforts et les réalisations de votre famille. Cela vous aide à devenir une personne heureuse et confiante.
 - En prenant soin de vous, en vous respectant et en apprenant à vous sentir bien dans votre famille, vous aidez votre enfant à apprendre à se respecter également et à se construire une image positive de lui-même.
 - Essayez de vous féliciter, de reconnaître vos succès et de faire quelque chose de bien pour votre bien-être chaque jour.
 - Enfin, n'oubliez pas que tous les défis ne peuvent pas être gérés et relevés seuls : nous vivons dans un environnement extrêmement difficile et stressant (*faites ici directement référence à certains des défis auxquels les gens sont généralement exposés dans votre contexte, comme le fait de vivre dans une zone de conflit, les difficultés à trouver un emploi, etc.*).
 - Nous ne pouvons pas espérer avoir toujours la force de faire face à tout cela par nous-mêmes. Sachez reconnaître quand vous avez besoin d'aide et soyez prêt à demander de l'aide, à un membre de votre famille, à un ami, à quelqu'un en qui vous avez confiance.
 - De plus, nous sommes toujours là pour vous apporter un soutien supplémentaire : si vous avez besoin d'une aide spécifique, vous pouvez toujours venir nous en parler et nous essaierons de vous adresser à l'agence qui pourrait vous fournir un soutien plus ciblé. (Il est *ici crucial* que vous ayez toujours votre **plan d'orientation** à portée de main. N'oubliez pas non plus d'être toujours vigilant et conscient de la situation des participants : si vous pensez que certains pourraient avoir besoin d'une aide spécifique, mais qu'ils ne vous approchent pas directement, il est bon d'en parler au **superviseur du programme**).
11. Rassurez tout le monde en leur disant que vous passerez la session suivante à chercher des moyens de solliciter une aide extérieure, lorsque les défis sont trop importants pour être gérés de manière indépendante.

Enfin, félicitez-les une fois de plus d'avoir réussi à être des parents si attentifs et attentionnés, même dans toutes ces situations difficiles.

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, présenter et discuter la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Exemplaires du [polycopié Pratique à domicile :Se sentir bien dans sa peau](#) ;
(Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4](#).

Modalité :



1. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui. Distribuez le [document d'entraînement à la maison :Se sentir bien dans sa peau](#).
2. Expliquez-leur que dans le document, ils trouveront un rappel des actions qu'ils peuvent entreprendre pour reconnaître leurs efforts et leurs succès en tant que membre de la famille et en tant qu'adulte. Rappelez-leur qu'il est important de trouver des moyens de se sentir bien dans leur peau, de reconnaître et de saluer leurs propres efforts. Rappelez-leur de continuer à mettre en pratique les compétences qui ont fait l'objet des séances précédentes - communication positive, réduction du stress, pause.
3. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
4. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
5. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
6. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
1. Remercier chacun pour sa participation et son engagement

Document d'entraînement à domicile : Se sentir bien dans sa peau.

Que pourrions-nous faire pour améliorer notre perception de nous-mêmes ?

*Faites quelque chose de bien pour vous et vos proches tous les jours.

Reconnaissez vos succès en tant que parent : **Quelle est la chose que vous avez bien faite avec votre enfant au cours des dernières semaines/mois.**

Reconnaissez vos succès en tant que personne : **Quelle est la chose qui s'est produite au cours des dernières semaines/mois et dont vous êtes fier ?**

*Ne vous inquiétez pas si les choses ne sont pas toujours comme vous le souhaiteriez !
Soyez fier et encouragé de faire de votre mieux !

Session 18

La relation parent-enfant : Faire un budget familial et économiser de l'argent



Session 18. La relation parent-enfant : Faire un budget familial et économiser de l'argent

Durée 2h 50min

Cette session est particulièrement longue, et elle peut être prolongée, en fonction de l'expérience des participants en matière de budget et d'épargne. Vous pouvez réaliser cette activité en une seule réunion, en veillant à intégrer quelques pauses dans le déroulement de la session. Sinon, nous vous recommandons de répartir cette session sur deux réunions. Par exemple, vous pouvez réaliser les activités 1 à 3 au cours d'une réunion, et les activités 4 à 6 au cours d'une autre. Si vous optez pour cette division, consultez les parents afin que la pause entre la partie 1 (activités 1 à 3) et la partie 2 (activités 4 à 6) ne soit pas trop longue.

Veillez à toujours commencer une réunion par un moment d'accueil (activité 1) et un moment de clôture.

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Décrire les avantages de faire participer leurs enfants à la prise de décision.
- Définir ce qu'est un budget familial et énumérer ses avantages.
- Créer et mettre à jour un budget familial .

Aperçu des activités :

| Session 18 | | TOTAL 170 min |
|-------------------|---|----------------------|
| Acte 1 | Accueillir les participants et réfléchir sur la pratique à domicile | 10 min |
| Loi. 2 | Remue-méninges autour des besoins et des désirs | 20 minutes |
| Acte 3 | Créer un budget familial | 40 min |
| Acte 4 | Épargner et dépenser | 20 minutes |
| Acte 5 | S'entraîner à établir un budget et un plan d'épargne | 50 minutes |
| Acte 6 | Faire participer nos enfants à l'élaboration d'un budget et d'un plan d'épargne | 15 min |
| | Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation | 15 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et document d'orientation connexe.
- Tableaux de conférence et marqueurs.
- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4.](#)
- Créez un tableau de papier avec deux colonnes, intitulées "Dépenses pour les besoins" et "Argent gagné". Vous pouvez remplacer ces en-têtes par les

pictogrammes que vous trouverez dans le [Pictogramme pour les animateurs 11 : Budget familial](#) (voir activité 3).

- 11 copies des pictogrammes contenus dans le [Pictogramme pour les animateurs 11 : Budget familial \(deux copies par groupe, plus une pour les animateurs\)](#) (voir activité 3).
- 30 Cailloux (voir les exemples dans le [Pictogramme pour les animateurs 11 : Budget familial](#)) (voir activité 3).
- Deux/trois cassettes ou colles (placez-les sur une table dans un coin de la salle).
- 2/3 ciseaux (placez-les sur une table dans un coin de la pièce).
- 5 poignées de cailloux ou de haricots (une poignée par groupe).
- Quelques vieux journaux ou magazines (placez-les sur une table dans un coin de la pièce).
- 5 boîtes ou bocaux en carton (un par groupe).
- Exemplaires du [document sur les pratiques domestiques : Faire un budget familial ensemble](#).

Résumé de la session :

En travaillant ensemble à l'élaboration d'un budget familial, les parents et les enfants tentent de s'attaquer à l'une des causes fréquentes de stress dans la famille : l'argent. En même temps, grâce à cette activité, les capacités des enfants sont reconnues, et ils se sentent davantage reconnus et valorisés dans la famille.

L'élaboration et la tenue d'un budget familial peuvent également constituer une routine quotidienne qui permet de passer du temps avec les enfants, de créer un espace de communication efficace et de s'exercer à résoudre des problèmes ensemble.

Cette activité peut convenir à des familles avec des enfants de tous âges - avec les plus grands, les parents peuvent faire participer l'enfant à la création et à la tenue du budget familial, tandis qu'avec les plus petits, les parents peuvent travailler sur de plus petites sommes d'argent ou d'autres ressources.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectifs : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Modalité :



1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez ci-dessous un exemple. Vous trouverez d'autres suggestions dans le Compagnon de

Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer.

4. Demandez aux participants de s'asseoir en cercle. Ils envoient un clap autour du cercle en faisant face et en frappant à l'unisson avec la personne à leur droite, qui répète le clap avec la personne à sa droite, et ainsi de suite. Faites-le aussi vite que possible. Vous pouvez envoyer plusieurs claquements de mains, avec des rythmes différents, autour du cercle en même temps²⁰.
5. **DEMANDEZ :**
 - a. Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente ?**
 - b. Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - c. Qu'avez-vous trouvé difficile ?
 - d. Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez à portée de main le **document d'orientation** à partager si nécessaire.
N'oubliez pas que le plan d'orientation et le polycopié qui s'y rapporte sont des "documents vivants" : ne vous contentez pas d'y renvoyer les participants, mais si vous reconnaissez qu'il existe un besoin qui doit être traité en dehors des sessions, faites tout votre possible pour trouver l'agence appropriée et, si nécessaire, guidez les participants vers les bons acteurs dans votre contexte. Par ailleurs, vous devriez discuter de toute question complexe avec le **superviseur du programme**, qui devrait être en mesure de vous aider à trouver la meilleure approche pour résoudre les problèmes en question.
6. Il faut toujours féliciter ceux qui ont le courage de partager !
7. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Brainstorming autour des besoins et des désirs (20 min)

Objectifs : Faire la distinction entre les besoins et les envies.

Modalité : Plénière

1. **DITES :**
 - L'argent peut être l'une des principales sources de stress dans une famille.
2. **DEMANDEZ :**
 - a. Faire un budget familial ensemble peut contribuer à réduire le risque de recrutement et faciliter la réintégration d'un enfant dans sa famille. Êtes-vous d'accord ou non ? Pourquoi ?
3. **Réfléchissez à ce qui ressort des réponses des participants et, si nécessaire, intégrez la conversation aux points suivants. DITES :**
 - Les difficultés à contribuer au budget familial peuvent être l'un des facteurs qui poussent un enfant à rejoindre un groupe armé.
 - Lors du retour dans la famille après le recrutement, le fait de pouvoir soutenir la famille peut faciliter la réintégration de l'enfant dans la famille et la communauté.

²⁰ Adapté de Alliance, (n.a.). 100 façons de dynamiser les groupes : Jeux à utiliser dans les ateliers, les réunions et la communauté. <https://resourcecentre.savethechildren.net/library/100-ways-energise-groups-games-use-workshops-meetings-and-community>.

- Même si l'établissement d'un budget familial ne génère pas plus d'argent que ce que nous gagnons, c'est une activité grâce à laquelle les enfants peuvent trouver un but et un rôle dans la famille. En leur permettant de participer au budget familial, la famille montre son respect et sa reconnaissance envers l'enfant.
- En outre, l'établissement d'un budget familial aide la famille à mieux gérer son argent et à réduire le stress lié à l'argent.
- Aujourd'hui, nous allons discuter de stratégies pour suivre nos dépenses et identifier les moyens d'impliquer nos enfants dans cette pratique.



ADAPTATION POUR L'ACTIVITÉ 2. BRAINSTORMING DES BESOINS ET DES DÉSIRS

Si vous souhaitez rendre l'activité plus attrayante visuellement, fournissez à chaque groupe de vieux journaux, des ciseaux, du carton et de la colle, et invitez-les à identifier les images qui peuvent représenter les besoins et les désirs, et à créer leur propre affiche des besoins et des désirs.

- DEMANDEZ :**
 - Utilisez-vous un système de budgétisation à la maison ? Faites-vous quelque chose pour suivre régulièrement l'argent que vous gagnez et celui que vous dépensez ?
- Donnez aux participants un peu de temps pour échanger et prenez note de leurs réponses : vous pourrez les utiliser comme exemples de bonnes pratiques lorsque vous expliquerez comment établir un budget familial.
- Expliquez-leur que toutes leurs idées et pratiques sont précieuses. Vous allez présenter ici une façon de tenir un budget à la maison, et il est certain que les stratégies qu'ils utilisent déjà se recoupent à bien des égards avec celle que vous allez présenter ici. En même temps, invitez-les à signaler toute différence significative qu'ils remarqueront au cours de l'activité.
- DEMANDEZ :**
Pouvez-vous citer une chose que vous trouvez nécessaire, sans laquelle vous ne pourriez pas vivre ?
- Donnez à quelques volontaires l'occasion de partager leurs réflexions. Voici quelques exemples de réponses : eau, nourriture, maison, articles d'hygiène menstruelle, santé, fauteuil roulant, médicaments, etc. Les gens peuvent aussi dire des choses comme les enfants, la paix, l'éducation. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse ici ! L'essentiel est de reconnaître que certaines choses sont plus importantes que d'autres pour notre survie.
- Ensuite, DITES :**
 - Nous pouvons appeler ces choses dont nous ne pouvons pas nous passer des **BESOINS**.
- DEMANDEZ :**
 - Pouvez-vous maintenant nommer des choses que vous désirez ou aimez, mais qui ne sont pas nécessaires à votre survie ?
- Donnez à quelques volontaires l'occasion de partager leurs réflexions. Quelques exemples ici peuvent être : La télévision, les amis, le téléphone, les beaux

vêtements, etc. Encore une fois, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, et il est simplement important de reconnaître la valeur différente des choses.

12. Ensuite, **DITES** :

Nous pouvons appeler ces choses que nous désirons mais qui ne sont pas nécessaires à notre survie des **VENTES**.

Identifier les avantages d'impliquer leurs enfants dans la prise de décision.

13. **DEMANDER** :

1. Quels sont les besoins des filles ? Et pour les garçons ?
2. Quels sont les désirs des filles ? Et pour les garçons ?

14. Invitez quelques volontaires à partager leurs idées.

Utilisez les informations de la **boîte à idées** : "**Définir les besoins et les désirs**" pour guider la discussion.



DÉFINIR LES BESOINS ET LES DÉSIRS

Les envies sont des désirs de choses que nous aimerions avoir mais dont nous n'avons pas besoin. Les besoins sont un type particulier de désirs et font référence aux choses que nous devons avoir pour survivre, comme la nourriture, l'eau et le logement. De nombreuses envies peuvent sembler être des besoins.

Voici quelques exemples :

- Veut : Voiture, télévision, téléphone, etc.
- Besoins : Nourriture, eau, abri, articles d'hygiène menstruelle, santé, fauteuil roulant, etc.

ATTENTION : Certaines choses sont difficiles à classer, par exemple : L'éducation. Bien qu'elle puisse sembler différente de la nourriture, l'éducation est un besoin humain, car sans éducation, la société ne se développe pas. Les besoins correspondent souvent à des droits. Par exemple, les enfants ont besoin de nourriture pour survivre ; leur fournir des aliments nutritifs leur permet d'exercer leur droit à la vie.

Activité 3. Créer un budget familial (40 min et plus)

Objectifs : expliquer ce qu'est un budget et les étapes de sa création ; s'entraîner à l'établissement d'un budget.

Matériaux :

- Créez un tableau de papier avec deux colonnes, intitulées "Dépenses pour les besoins" et "Argent gagné". Vous pouvez remplacer ces en-têtes par les pictogrammes que vous trouverez dans le [Pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#) (voir pages suivantes).
- 6 copies des pictogrammes contenus dans le [Pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#).
- 5 tableaux de papier et marqueurs (1 par groupe).

- 30 cailloux (voir les exemples dans le [pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#)).
- Ruban adhésif ou colle.
- 5 poignées de cailloux ou de haricots.

Modalité :



Plénière

1. **DEMANDEZ :**

- a. Pourquoi pensez-vous qu'il est important de pouvoir faire la distinction entre vos besoins et vos envies lorsqu'il s'agit d'argent ?

2. **DITES :**

- Nous devons d'abord dépenser notre argent pour nos besoins, avant de le dépenser pour nos envies.



3. Maintenant, **lisez l'histoire ouverte suivante :**

Pajika (mère) et Labh (père) sont les parents de Saada, une fille de 8 ans, Devine, une fille de 14 ans, et Abeo, un garçon de 16 ans. Ils ont une maison qu'ils louent, deux chèvres et trois poulets.

4. **DEMANDEZ :**

5. What do you think are **needs** that Pajika and Labh spend money on **every week? Every month? Every year?**



BUDGET ET DÉPENSES HEBDOMADAIRES OU MENSUELLES

Dans certains contextes, il peut être plus facile de travailler sur un budget hebdomadaire plutôt que sur un budget mensuel - cela dépend des types de sources d'argent gagnées et des dépenses, comme le loyer, les prêts ou les tontines.

Adaptez l'activité pour qu'elle corresponde mieux à votre contexte. Adaptez également les sources d'argent gagné et les dépenses en fonction de votre contexte.

6. Pour visualiser les réponses des participants, collez les pictogrammes pertinents que vous trouvez dans le [Pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#) sur la colonne de gauche du tableau de papier (Dépenses pour les besoins), ou faites un dessin si les participants font des suggestions qui ne figurent pas parmi les pictogrammes.

Utilisez les informations du [pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#) si vous pensez que certains éléments doivent être ajoutés.

7. **DITES :**

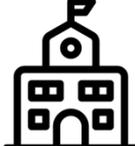
- Ensuite, nous devons déterminer si Pajika et Labh peuvent couvrir toutes ces dépenses.

- Pouvez-vous citer toutes les façons dont Pajika et Labh gagnent de l'argent ?
8. Pour visualiser les réponses des participants, collez les pictogrammes pertinents que vous trouvez dans le [Pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#) sur la colonne de droite du tableau de papier (Argent gagné). Faites un dessin si les participants font des suggestions qui ne sont pas incluses dans les pictogrammes.
 9. Utilisez les informations du [pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#) si vous pensez que certains éléments doivent être ajoutés.
 10. **DEMANDEZ :**
 - a. Maintenant, nous devons voir si Pajika et Labh ont encore de l'argent, après avoir payé tous leurs **besoins**. Comment pensez-vous que nous pouvons faire cela ?
 11. **DITES :**
 - Ce que nous devons faire, c'est additionner tout l'**argent dépensé pour les besoins (première colonne)**. Puis nous additionnons tout l'**argent qu'ils gagnent (deuxième colonne)**.
 - Ensuite, nous devons soustraire le deuxième montant du premier.
 12. Exercez-vous ensemble. Montrez aux participants les cailloux.
 13. **DEMANDEZ aux** participants de vous aider à attribuer un certain nombre de cailloux à chaque élément que vous avez énuméré dans les deux premières colonnes (Dépenses pour les besoins). Par exemple, le temps d'antenne peut représenter 4 cailloux, tandis que la lessive en poudre représente 2 cailloux. Rassemblez la quantité convenue de cailloux à côté de chaque élément sur le tableau de papier. **Gardez ce tableau de papier à portée de main pour l'activité suivante.**
 14. Consultez l'[exemple de budget familial : Besoins et argent gagné](#) (pages suivantes) pour voir un exemple de la façon dont le budget peut être construit avec les cailloux.
 15. Suivez maintenant l'**étape 7** en utilisant les cailloux.
 16. **DITES :**
 - Ce que nous devons faire, c'est additionner tout l'argent/les cailloux dépensés pour les besoins (première colonne).
 - Puis on additionne tous les cailloux qui représentent l'argent gagné (deuxième colonne).
 - Ensuite, nous devons soustraire le deuxième montant du premier.
 17. Pour vous aider à faciliter cette partie, regardez l'[exemple de budget familial: Besoins et argent gagné](#). Dans la dernière ligne, vous verrez combien il reste pour Pajika et Labh après qu'ils aient dépensé leur argent pour couvrir leurs besoins : il leur restera 8 cailloux après avoir couvert les coûts de leurs besoins (voir dernière ligne du tableau).
 18. Ensuite, invitez les participants à former des groupes de 4 personnes.
 19. Distribuez un tableau de papier et un marqueur à chaque groupe, ainsi que quelques cailloux et une copie des pictogrammes contenus dans le [Pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#).
 20. Invitez-les à répéter les étapes 8 à 12 en groupes. Invitez-les à réfléchir aux besoins de Pajika et Labh, à l'aide des pictogrammes, et à la manière dont ils vont couvrir ces besoins. Invitez-les à dessiner des pictogrammes d'éléments qu'ils pensent ne pas être inclus dans ceux distribués.
 21. Invitez-les à réfléchir au nombre de cailloux que chaque élément pourrait coûter.
 22. Ils doivent ensuite réfléchir à la manière dont ils gagnent de l'argent, à la somme qu'ils gagnent et à celle qui reste à Pajika et Labh après avoir couvert les coûts de leurs besoins.
 23. Faites le tour des groupes pour vous assurer que la tâche a été comprise.
 24. Enfin, **DITES :**

- Ce que nous avons fait jusqu'à présent est de créer un budget familial. Établir un budget signifie faire des plans autour de l'argent.

Pictogramme pour les animateurs 11 : Budget familial

Découpez les pictogrammes indiqués ci-dessous et collez-les sur le tableau de papier pour enregistrer les réponses des participants. Utilisez ces informations pour suggérer tout élément qui, selon vous, n'est pas ressorti de la discussion.

| Exemples de BESOINS | Exemples d'argent qu'ils gagnent |
|--|----------------------------------|
|  AIRTIME (destiné à être utilisé comme crédit téléphonique pour des appels téléphoniques) | Le travail du mère |
|  Poudre à laver | Le travail du père |
|  Frais de scolarité | Le travail de Devine |
|  L'uniforme scolaire | Le travail d'Abeo |
|  Livres scolaires | Lait de chèvre |
|  Électricité/factures | Œufs de poule |
|  Alimentation | Tontine/groupe d'épargne |
|  Nourriture pour les animaux - chèvre et poulets | |
|  Location | |
|  Médecins/médicaments | |
|  Vêtements | |
|  Dettes | |
|  Produits d'hygiène féminine - par exemple, serviettes hygiéniques | |

Cailloux

Distribuez 30 cailloux de cette taille :



Exemple de budget familial : Besoins et argent gagné.

| Dépenses pour les besoins | Argent gagné |
|---|---|
| Airtime - 3 cailloux  | Travail de Pajika et Labh = 20 cailloux |
| Lessive - 1 caillou  | Vendre du lait de chèvre = 5 cailloux |
| Éducation - frais de scolarité - 2 cailloux  | Travail d'Abeo et Devine = 5 cailloux |
| Nourriture - 4 cailloux | |
| Éducation - livres et uniformes - 1 caillou | |
| Location - 5 cailloux | |
| Électricité/factures - 1 caillou | |
| Taxes - 1 caillou | |
| Médecins/médicaments - 2 cailloux | |
| Vêtements - 1 caillou | |
| Dettes - 1 caillou | |
| TOTAL = 22 cailloux | TOTAL. 30 cailloux |
| CE QU'IL RESTE POUR COUVRIR LES SOUHAITS/LES SOUPIRS : 30-22= 8 cailloux | |

Activité 4. Épargner et dépenser (20 min)

Objectifs : reconnaître l'importance de l'épargne ; comprendre comment épargner et comment dépenser de l'argent pour des "besoins".

Matériel : Poster du [budget familial](#) avec les pictogrammes développés dans l'activité 3.

Modalité :



Plénière

1. **DITES** :

Pajika et Labh ont entendu dire qu'une grande inondation est imminente, et ils ont peur de ne pas pouvoir récolter autant qu'ils le pensaient. De plus, l'inondation pourrait faire augmenter considérablement le prix de certains aliments.

2. **DEMANDEZ** :

- Que penses-tu que Pajika et Labh devraient faire ?
- Comment l'établissement d'un budget peut-il les aider à faire face à la situation ?

3. **DITES** :

- Il est bon d'économiser de l'argent pour être sûr de pouvoir faire face à des situations où les ressources sont rares ou à des dépenses imprévues, comme les frais médicaux liés à un accident.

4. **DEMANDEZ** :

- Comment Pajika et Labh peuvent-ils économiser de l'argent ? Que doit-on faire pour économiser de l'argent ?

5. **DITES** :

- Reprenons le [budget familial](#) que nous avons créé dans l'activité 3.
- Comme nous l'avons vu, Pajika et Labh ont encore de l'argent après avoir couvert les coûts de leurs besoins (la maison, la nourriture, etc.). Dans notre exemple, il leur **restait 8 cailloux (modifiez ce nombre si vous avez utilisé des quantités différentes dans l'activité précédente !)**.
- Ils n'ont pas besoin de dépenser la totalité de la somme d'argent chaque mois ! De cette somme, ils peuvent mettre de côté un peu d'argent qu'ils **économiseront**.
- Même le fait d'économiser quelques centimes par mois peut s'avérer utile et créer un filet de sécurité contre les imprévus, et c'est un moyen de cultiver l'habitude d'économiser de l'argent. Nous devrions toujours essayer de dépenser moins que ce que nous gagnons.

6. **DEMANDEZ** :

- Après avoir couvert les coûts de leurs besoins, Pajika et Labh ont 8 cailloux restants. Combien pensez-vous qu'ils devraient en mettre de côté ?
- Combien de ces 8 cailloux pensez-vous qu'ils pourraient dépenser pour quelque chose qu'ils veulent, qui n'est pas un besoin ?
- Que pensez-vous qu'ils pourraient acheter ?

7. Pour vous aider à faciliter cette partie, vous pouvez voir un exemple de l'argent économisé et dépensé pour certains "besoins" - voir [Exemple de budget familial : Économiser et dépenser pour des besoins \(page suivante\)](#).

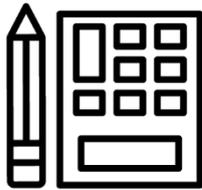
8. **DEMANDEZ** :

- a. Essayez-vous de mettre de l'argent de côté chaque mois/semaine ? Comment ?
- b. Quelles sont les autres choses pour lesquelles nous pourrions économiser de l'argent ?
Voici quelques exemples : pour se protéger en cas d'événements imprévus, pour les frais médicaux, pour les études futures.
- c. Pouvons-nous également économiser de l'argent pour certains de nos "désirs" ? Comment pouvons-nous décider du montant à dépenser pour nos "envies" ?

9. DITES :

- Nous devrions également dépenser de l'argent pour nos besoins.
- Le plus important est d'apprendre à établir des priorités et à planifier : nous couvrons d'abord nos **besoins**, puis nous voyons combien il nous reste et nous mettons une partie de ce montant de côté pour **épargner**, et une autre partie que nous pouvons dépenser pour nos **besoins**.

Exemple de budget familial : Épargner et dépenser pour les désirs

| | |
|---|--|
|  | <p>Ce qui reste après que les membres de la famille aient couvert leurs BESOINS : 30 - 22 = 8 cailloux BESOIN = 30 cailloux Argent gagné = 22 cailloux</p> |
| <p>Épargner : 5 cailloux Épargne</p> | |
| <p>De l'argent pour les désirs : 8-5= 3 cailloux → les membres de la famille s'achètent une nouvelle radio !</p> | |

Activité 5. S'entraîner à établir un budget et un plan d'épargne (50 min et plus)

Objectifs : fournir aux participants un espace sûr pour s'entraîner à établir un budget familial ; comprendre l'intérêt d'établir un budget familial et d'impliquer nos enfants dans cette activité.

Matériaux :

- Préparez quelques vieux journaux, quelques marqueurs, et deux/trois bâtons de colle et des ciseaux sur une table dans un des coins de la pièce.
- Copies du [pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#) (un par groupe).
- Boîtes ou bocaux en carton (un par groupe).
- Tableaux de conférence (un par groupe).
- Un ensemble de 30 cailloux par groupe.

Modalité :



Paires (si possible, unités familiales)

Cette activité peut être assez complexe pour les participants, n'oubliez pas de vous promener dans la salle et d'essayer d'aider chaque groupe dans sa tâche.

1. **DEMANDER** aux participants de travailler en tant qu'unité familiale - si plusieurs membres de la famille sont présents - ou de travailler par groupes de 4 s'il n'y a qu'un seul membre de la famille présent.
2. Fournissez à chaque groupe un tableau de papier et des marqueurs, un exemplaire du [Pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#), un bocal ou une boîte, et montrez-leur les journaux, les ciseaux et le support de colle.
3. Expliquez-leur qu'ils peuvent choisir de dessiner, d'écrire ou de découper des images dans les journaux, ou utiliser les images du [pictogramme pour les animateurs11: Budget familial](#). S'ils ne trouvent pas d'image appropriée, ils peuvent faire un dessin sur le tableau de papier.
4. Invitez les groupes à diviser le tableau de papier en deux parties, en traçant une ligne verticale.
5. En groupes, demandez-leur de dresser la liste de toutes les choses **pour lesquelles** ils pensent **devoir dépenser de l'argent** chaque semaine, chaque mois ou chaque année et notez-les dans la partie gauche du tableau de papier.
6. Expliquez-leur qu'ils ont 15 minutes pour accomplir cette tâche.
7. Après 15 minutes, donnez 30 cailloux à chaque paire du groupe.
8. **DITES :**
 - Imaginez que votre pays a pour monnaie des cailloux. Discutez ensemble du coût des galets pour chacun des **besoins** que vous avez identifiés. Essayez de penser au coût réel de chaque élément et utilisez plus de cailloux pour les choses les plus chères, moins de cailloux pour les choses les moins chères.
9. Donnez aux participants 10 minutes pour réaliser cette partie de la tâche.
10. Après 10 minutes,
DITES :
 - a. Ensuite, pensez aux façons dont vous gagnez de l'argent, et utilisez des découpages, des dessins ou notez-les sur le **côté droit du tableau de papier**. Imaginez que les 30 cailloux que vous avez reçus représentent la somme totale d'argent que vous gagnez.
 - b. N'oubliez pas que vous n'avez pas besoin de dépenser tout votre argent/galet pour vos besoins. Vous pouvez garder quelque chose comme **épargne** et pour certains **besoins**.Donnez aux participants 5 minutes pour accomplir cette tâche.
11. Après 5 minutes,
DEMANDEZ :
 - a. Qui a encore de l'argent/des cailloux ?
 - b. Combien de cailloux avez-vous encore ?
 - c. Par deux, discutez de ce que vous voulez faire avec l'argent/les cailloux restants. Décidez ensemble du montant que vous voulez **épargner** et, si vous voulez **dépenser pour certaines de vos envies, du** montant. Mettez-vous également d'accord sur ce à quoi vous dépenseriez l'argent des "envies" !

12. Invitez les participants à placer ce qu'ils veulent sauver dans la boîte ou le bocal que vous avez fourni.
13. Expliquez-leur qu'ils ont 5 minutes pour se mettre d'accord sur leurs plans.
14. Une fois cela fait, invitez chaque groupe à présenter son affiche et sa discussion. Utilisez la question figurant dans les [Notes pour l'animateur n° 15: Réaliser un budget familial pour](#) faciliter la discussion avec l'ensemble du groupe après chaque présentation.

Notes pour l'animateur 15 : Retour d'information sur l'établissement d'un budget familial

Utilisez les questions suivantes pour faciliter la discussion après chaque sketch.

1. **Y a-t-il un élément qui, selon vous, a été oublié ? Qui doit être ajouté ?**
2. **Y a-t-il un bon équilibre entre l'argent dépensé pour les besoins, épargné et dépensé pour les désirs ? (N'oubliez pas : vous devez couvrir TOUS les besoins avant d'épargner et épargner quelque chose avant de dépenser pour vos désirs).**
3. **Pensez-vous pouvoir appliquer cette approche à la maison ?
Comment êtes-vous parvenus à un accord sur la façon dont vous dépensez l'argent de vos "envies" ? A-t-il été difficile de parvenir à un accord au sein du binôme/groupe ? Pourquoi ?**

LA GESTION DE L'ARGENT ET LE GENRE

Dans certains contextes, les femmes et les filles ne sont pas autorisées à s'occuper de la gestion de l'argent.

Si tel est le cas, envisagez de réaliser les activités 4 et 5 non pas en binôme mais plutôt en groupes homogènes du point de vue du genre. Il serait également souhaitable d'avoir une discussion sur le sujet avec les participants et d'essayer de remettre en question ce stéréotype de genre, dans le cadre d'une approche transformatrice de genre. Néanmoins, il s'agit là d'une démarche très spécifique au contexte, qui requiert de la part de l'animateur une sensibilité et une connaissance du contexte. Une telle discussion doit être planifiée avec le **superviseur du programme.**

Activité 6. Impliquer nos enfants dans l'élaboration d'un budget familial et d'un plan d'épargne (15 min)

Objectifs : reconnaître l'intérêt d'impliquer tous les membres de la famille dans l'élaboration d'un budget et d'un plan d'épargne.



LE GENRE ET LES FINANCES FAMILIALES

Dans de nombreux contextes, les filles (et les femmes) sont exclues de la gestion des finances familiales.

Cet aspect peut être très difficile à combattre, mais en tant qu'animateur, vous devez et pouvez aider à lutter contre cette inégalité, en rappelant aux participants les avantages que cette approche pourrait apporter aux filles et à la famille dans son ensemble. N'oubliez pas que les parents peuvent également travailler sur les aspects financiers avec de jeunes enfants : ils peuvent utiliser de plus petites sommes d'argent si l'enfant est trop jeune pour travailler sur le véritable budget familial (voir Session 20. La relation parents-enfants : Faire un budget familial et économiser de l'argent)

En permettant aux filles de participer à la gestion des finances familiales en travaillant ensemble sur le budget familial et en définissant des objectifs d'épargne et de dépense, nous sommes.. :

Donner du pouvoir aux filles, leur montrer que nous les apprécions et les respectons, autant que nous apprécions et respectons nos fils.

*Montrer que nous les apprécions et leur donner une voix égale dans la famille signifie construire des relations de confiance mutuelle : nos filles seront plus susceptibles de se tourner vers nous lorsqu'elles seront confrontées à des défis, tels que le risque de recrutement.

*Développer leurs compétences en matière de résolution de problèmes, ce qui implique également la capacité d'analyser les événements et d'apprendre à faire les bons choix.

Donner aux filles la possibilité de participer à la gestion des finances de la famille, ce qui leur permet d'avoir plus d'opportunités dans la vie et d'échapper à la pauvreté.

Modalité :



Plénière

1. **DITES :**
2. **DEMANDEZ :**
 - a. Quels pourraient être les avantages d'impliquer nos enfants dans l'élaboration de notre budget familial ?
 - b. Comment pouvez-vous faire participer les jeunes enfants ? Et les enfants plus âgés ?

- c. Pourrions-nous également impliquer les filles ? Pourquoi ? Pourquoi pas ?
- 3. Réfléchissez à ce qui ressort de la conversation avec les participants et intégrez les points suivants uniquement si nécessaire. DITES :**
- Le fait d'épargner et de faire un budget peut nous aider à réduire le stress familial, car nous avons davantage de contrôle sur nos ressources.
 - L'implication de nos enfants peut leur donner le sentiment d'avoir un but, d'être appréciés, respectés et responsabilisés. Cet aspect est particulièrement important pour les enfants qui risquent d'être recrutés et pour ceux qui ont été recrutés : le fait d'avoir un but et de se sentir valorisé peut avoir un impact important pour faciliter une réintégration réussie et durable dans la famille et la communauté.
 - Permettre à nos enfants de nous aider à gérer le budget familial est un excellent moyen de montrer que nous leur faisons confiance et que nous reconnaissons leurs compétences. Ceci est particulièrement important pour les enfants plus âgés qui ont été recrutés, et notamment les filles. Grâce au recrutement, ils peuvent avoir fait l'expérience d'une nouvelle autonomie. En laissant nos filles contribuer au budget familial, nous leur montrons que nous ne voulons pas les priver de ce type d'indépendance.
 - Nous pouvons prendre quelques minutes chaque soir ou une fois par semaine pour noter toutes nos dépenses et travailler ensemble sur notre épargne et nos dépenses à la fin de la semaine. Cette activité permet de passer du temps de qualité ensemble, de communiquer et de résoudre des problèmes.
 - N'oubliez pas non plus que le stress lié à l'argent peut être l'une des raisons qui poussent les enfants à rejoindre un groupe armé.



Gestion de l'argent, genre et âge

Vous pouvez travailler à l'élaboration d'un budget avec des enfants de tous âges : S'ils sont jeunes, vous pouvez utiliser de plus petits montants et vous entraîner à épargner et à dépenser ensemble, pendant que les parents travaillent sur le budget familial proprement dit. S'exercer ensemble avec de petites sommes d'argent reste un excellent moyen d'apprendre l'habitude d'épargner !

Néanmoins, dans certains contextes, le chef de famille ne sera pas facilement disposé à partager la tâche de gestion de l'argent avec le reste de la famille, en particulier avec les jeunes enfants et les femmes du ménage.

Si c'est le cas, adaptez l'activité 6. Et la pratique à la maison : Ne demandez pas aux parents de travailler sur le budget avec leurs enfants, mais invitez-les à travailler sur un budget familial et un plan d'épargne, à partager le plan avec les membres de la famille et à assigner à chaque membre de la famille une tâche pour tenir le budget.

Clôture de la journée : Pratique à domicile et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée, discuter de la pratique à domicile et évaluer la session.

Matériel : Exemplaires du [document Pratiques domestiques : Faire un budget familial ensemble](#) ; (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session1.Activité4](#).

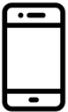
Modalité :



1. [Distribuez](#) le [document Pratiques domestiques : Faire un budget familial ensemble](#) à chaque participant.
2. Expliquez que, soit en tant que famille, soit en tant que parents, ils doivent essayer de compléter leur budget familial comme ils l'ont fait pendant la session ensemble, en utilisant des sommes d'argent réelles.
3. Établissez également un **plan d'épargne et de dépenses** : en famille, décidez du montant que vous comptez épargner chaque semaine ou chaque mois, et faites participer tous les membres de la famille au suivi du plan d'épargne une fois par semaine.
4. Décidez de la somme que vous **voulez dépenser** et convenez de l'usage que vous ferez de cet argent.
5. Montrez-leur la liste des "besoins" et expliquez-leur qu'ils peuvent s'en servir comme guide pour remplir le budget.
6. Si possible, invitez-les à remplir le budget et à le tenir régulièrement à jour avec l'aide de leurs enfants. Une idée consiste à se réunir une fois par semaine pour réviser et mettre à jour le budget.
7. Si cela n'est pas possible, invitez-les à assigner une tâche d'épargne spécifique à leurs enfants et à les aider à économiser de l'argent chaque semaine.
8. **Demandez** à un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
9. Rappelez-leur de continuer à mettre en pratique les compétences qui ont fait l'objet des sessions précédentes - communication positive, réduction du stress, pause.
10. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
11. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
12. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
13. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a) **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b) **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c) **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
14. Remerciez tout le monde pour leur participation et leur engagement.



Document d'exercice à domicile : Faire un budget familial ensemble

| | |
|--|--------------------------|
|  AIRTIME (destiné à être utilisé comme crédit téléphonique pour des appels téléphoniques) | M, le travail des autres |
|  Poudre à laver | Le travail du père |
|  Frais de scolarité | Le travail de Devine |
|  L'uniforme scolaire | Le travail d'Abeo |
|  Livres scolaires | Lait de chèvre |
|  Électricité/factures | Oufs de poule |
|  Alimentation | Tontine/groupe d'épargne |
|  Nourriture pour les animaux - chèvre et poulets | |
|  Location | |
|  Médecins/médicaments | |
|  Vêtements | |
|  Dettes | |
|  Produits d'hygiène féminine - par exemple, serviettes hygiéniques | |

Plan d'épargne et de dépenses : Discutez-en avec les membres de votre famille !

Chaque semaine, nous économiserons..... À la fin du mois, nous dépenserons... et nous achèterons.....

Session 19

**Les familles ne sont pas seules -
qu'existe-t-il d'autre pour soutenir
les enfants et les parents ?**



Session 19. Les familles ne sont pas seules - qu'existe-t-il d'autre pour soutenir les enfants et les parents ?



Durée ⌚ 2h 5 min

Objectifs : À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître ses limites : identifier les problèmes/comportements qui nécessitent une aide spécialisée et le soutien d'experts externes.
- Identifier les personnes de leur entourage pour demander de l'aide - membres de la famille, pairs, personnes de confiance et parents.
- Identifier les organismes spécialisés pour demander de l'aide.

Aperçu des activités :

| Session | | TOTAL 125 min |
|---------|--|---------------|
| 19 | | |
| Acte 1 | Accueillir les participants | 10 min |
| Acte 2 | Reconnaître nos limites | 20 minutes |
| Acte 3 | Reconnaître les signes de problèmes de santé mentale pouvant nécessiter un soutien | 25 minutes |
| Acte 4 | Reconnaître les signes de la violence fondée sur le genre | 25 minutes |
| Acte 5 | Chercher de l'aide | 20 minutes |
| Acte 6 | Partager votre document de référence | 15 min |
| Acte 7 | Clôture de la session et évaluation | 10 min |

Ressources nécessaires :

- Plan d'orientation et son document d'orientation.
- Tableaux de conférence et marqueurs.

- (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4.](#)
- Des copies du document de référence (si possible !).

Résumé de la session :

Il est essentiel d'aider les parents à comprendre que la responsabilité du bien-être de leurs enfants ne repose pas uniquement sur leurs épaules.

Ni vous, en tant qu'animateur, ni les parents n'ont la capacité de résoudre tous les problèmes auxquels la famille peut être confrontée. Par conséquent, cette session sera consacrée à l'identification des questions ou des problèmes qui existent ou pourraient survenir dans la famille, qui ne peuvent pas être abordés dans le cadre de ce programme et qui doivent être traités par des institutions spécialisées.

Le groupe discutera également des stratégies pour demander de l'aide et surmonter la stigmatisation lors de la recherche de soutien. L'animateur partagera le **document d'orientation élaboré avec le superviseur du programme** et guidera les participants dans l'identification des organismes externes qui pourraient les aider à résoudre des problèmes spécifiques.



MECANISME DE REFERENCEMENT ET FICHE DE REFERENCEMENT

Avant d'animer cette session, vous devez avoir préparé un **fiche de référencement** avec votre coanimateur et le **superviseur du programme**. Le **mechanisme de référencement** contient toutes les indications pour vous, en tant qu'animateur, au cas où certains problèmes particuliers se présenteraient, et vous donne des suggestions sur la façon d'intervenir. La **fiche de référencement** est un document lié au mécanisme de référencement mais destiné aux participants. Il comprend une liste d'agences opérationnelles dans votre contexte local et décrit le type de soutien que chaque agence peut fournir, ainsi que la manière dont les participants peuvent facilement contacter chaque agence spécifique.

Rappelez-vous : le but de cette session n'est pas de faire un dépistage des familles, mais plutôt de les aider à comprendre quels sont les problèmes qui peuvent survenir et pour lesquels elles doivent chercher une aide et un soutien spécialisés, et où trouver cette aide ! Réaffirmez votre disponibilité à soutenir les familles dans leur recherche d'aide, si nécessaire.

Activité 1. Accueil des participants et réflexion sur la pratique à domicile (10 min)

Objectif : accueillir les participants, établir une atmosphère positive et partager l'expérience de la pratique à domicile.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez quelques suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer ou une chanson.
4. **DEMANDEZ :**
 - Quelqu'un est-il prêt à partager comment **s'est déroulé l'entraînement à domicile de la session précédente ?**
 - Qu'avez-vous trouvé facile ?
 - Qu'avez-vous trouvé difficile ?

Rappelez aux participants la nature confidentielle des sessions, et votre disponibilité avant ou après les sessions si quelqu'un a besoin d'aide ou de soutien supplémentaire. Ayez le **plan d'orientation** à portée de main, si nécessaire.

5. Il faut toujours féliciter ceux qui ont le courage de partager !
6. Demandez à quelques volontaires de rappeler certains points clés abordés lors de la session précédente.

Activité 2. Reconnaître nos limites (20 min)

Objectifs : reconnaître les problèmes/comportements qui dépassent nos capacités et nécessitent l'aide et le soutien d'organismes spécialisés.

Modalité :



Plénière



PARLER DES DÉFIS

Dans certains contextes, les participants peuvent avoir du mal à parler ouvertement de leurs propres difficultés. La stigmatisation de certains sujets - comme les maladies mentales - ou la dynamique du pouvoir - les femmes ont moins de pouvoir que les hommes, les personnes âgées moins que les jeunes - peuvent rendre certains sujets difficiles à aborder en tant que cellule familiale et en plénière. Réfléchissez donc à vos contextes et à la manière dont les normes culturelles, les stéréotypes et la dynamique du pouvoir peuvent affecter la discussion. Déterminez quelle est la meilleure approche pour aborder ces questions et s'il est préférable de travailler en famille, en groupe homogène ou en plénière.

1. DITES :

- En tant que parents et individus, nous ne pouvons pas nous attendre à résoudre tous les types de problèmes qui peuvent survenir dans notre vie et dans celle de nos proches.
 - Comme nous l'avons dit à plusieurs reprises, il est important pour votre bien-être et celui de votre famille que vous appreniez à reconnaître vos limites.
 - Il est tout aussi important que nous apprenions à demander de l'aide en cas de besoin, et nous savons comment le faire.
2. Expliquez que vous allez mentionner des scénarios dans lesquels un enfant est victime d'abus, de violations ou de difficultés.
 3. Rappelez aux participants la nature confidentielle de la session et expliquez-leur qu'ils n'ont pas besoin de partager leurs réponses s'ils n'ont pas envie de le faire.



RÉFLÉCHISSEZ À VOS PARTICIPANTS !

Si vous ne travaillez qu'avec des familles d'enfants qui ont été recrutés par des groupes armés et qui sont en train d'être réintégrés dans la famille, il est très probable que les enfants auront accès à la gestion de cas et qu'ils recevront déjà le soutien nécessaire. Dans ce cas, éliminez/éditez tous les éléments qui seraient déjà traités par des agences spécialisées.

4. Invite participants to stand up if they believe that the issue needs to be addressed by a specialized agency or specialist. They should remain seated, if they think that the issue can be addressed within the family and does not need the intervention of a specialist or specialized agency.
5. Rassurez-les sur le fait que pour certains des exemples, la réponse sera très subjective et dépendra de la façon dont ils comprennent vos phrases, puisqu'ils ne disposeront pas de suffisamment d'informations pour une interprétation précise. Néanmoins, c'est une bonne occasion de discuter de ces questions.
6. Pour vous aider à animer la séance, la phrase en gras représente une situation qui ne nécessite pas nécessairement un soutien spécialisé et qui pourrait être abordée directement par la famille, tandis que toutes les autres peuvent nécessiter une aide

extérieure. L'aide extérieure peut être un travailleur social de la protection de l'enfance ou un travailleur communautaire qui aide à mettre en relation la personne en charge avec un prestataire de services afin qu'elle puisse voir les voies possibles pour trouver une solution. Néanmoins, si les participants ont un avis différent sur la question, respectez leurs idées et discutez-en ensemble : Il ne s'agit que d'une suggestion !

7. Lisez les phrases suivantes et prenez quelques minutes après chaque phrase pour demander à des volontaires d'expliquer pourquoi ils pensent qu'une aide extérieure peut ou non être nécessaire.
 - a. L'enfant est très calme, il ne parle presque pas, il ne veut jamais quitter la maison et il n'a pas d'amis. Cela dure depuis quelques mois, et les parents ont essayé de comprendre le problème, mais sans y parvenir.
 - b. Le père remarque des coupures apparemment auto-infligées sur les bras de l'enfant, certaines semblent être plus récentes, d'autres sont des cicatrices plus anciennes. Le père essaie de parler à l'enfant, mais celui-ci ne lui dit pas ce qui s'est passé.
 - c. Pendant quelques semaines, l'enfant parle très peu et ne veut pas quitter la maison. Après que la mère a essayé, l'enfant s'ouvre et explique qu'elle se sent rejetée par ses amis de l'école et qu'elle est victime de harcèlement.**
 - d. L'oncle, qui vit sous le même toit, menace fréquemment de blesser, crie, rabaisse et harcèle son neveu. La mère remarque que son fils est de plus en plus silencieux et qu'il devient très nerveux en présence de l'oncle.
 - e. La mère remarque que sa fille est depuis peu très collante, qu'elle ne veut pas la quitter et que cela s'aggrave en présence d'hommes. Elle remarque des ecchymoses sur différentes parties du corps de sa fille, que celle-ci n'explique pas. Elle remarque également qu'elle a des écoulements dans les parties génitales. La mère essaie de lui parler, de comprendre quel est le problème, mais sans succès.**
 - f. L'enfant a séché l'école. Elle a de nouveaux amis qu'elle a appris à connaître dans la nouvelle école qu'elle fréquente. Les parents n'aiment pas vraiment ses nouveaux amis. Récemment, la fille est devenue plus distante envers ses parents. Elle critique souvent les idées, les goûts et le comportement des parents, et les tensions sont fréquentes dans le foyer.

2. Merci à tous pour leur implication.

3. **DITES :**

- Les questions évoquées ci-dessus reflètent des défis que nos enfants pourraient rencontrer, mais que nous pourrions également rencontrer en tant que parents et adultes.
- Dans les prochaines activités, nous aborderons deux problèmes dont nous devons être conscients : les problèmes de santé mentale et les abus et l'exploitation sexuels. Nous discuterons de certains signes d'alerte dont nous devons être conscients.
- N'oubliez pas non plus que toute forme d'atteinte aux enfants doit être traitée efficacement et immédiatement.
- Les préoccupations et les problèmes de sécurité de nos enfants peuvent également vous affecter en tant que parent. Par conséquent, n'oubliez pas d'être également conscient de vos propres sentiments et émotions et, si nécessaire, de demander l'aide de votre réseau de soutien.

4. Pour conclure,

DEMANDEZ :

- a. Y a-t-il un autre problème ou défi auquel les parents pourraient être confrontés et qui devrait être traité par une agence spécialisée ?

Activité 3. Reconnaître les signes de santé mentale qui peuvent nécessiter un soutien (25 min)

Objectif : énumérer certains signes de problèmes de santé mentale qui pourraient nécessiter une attention particulière.

Modalité :



Plénière

1. **DITES** que vous allez lire certaines des phrases que vous avez partagées et discutées auparavant.
2. **Relisez les scénarios a. et b. une fois de plus :**
 - a. L'enfant est très calme, il ne parle presque pas, il ne veut jamais quitter la maison et il n'a pas d'amis. Cela dure depuis quelques mois, et les parents ont essayé de comprendre le problème, mais sans y parvenir.
 - b. Le père remarque des coupures apparemment auto-infligées sur les bras de l'enfant, certaines semblent être plus récentes tandis que d'autres sont des cicatrices plus anciennes. Le père et les autres membres de la famille essaient de parler à l'enfant, mais celui-ci ne partage pas ce qui s'est passé.
3. **DEMANDEZ :**
 - a. Quel genre de questions ou de problèmes pensez-vous que les enfants rencontrent dans ces scénarios ?
4. **DITES :**
 - o Dans ces deux cas, les enfants peuvent avoir des problèmes de sécurité ou des problèmes émotionnels, qui peuvent nécessiter l'attention d'un travailleur social ou d'un spécialiste.
5. **DEMANDEZ :**
 - a. Selon vous, quels pourraient être les signes de détresse ou de problème émotionnel d'un enfant qui a besoin de l'aide et du soutien d'un travailleur social ou d'un spécialiste ?
6. **DITES :**
 - Certains signes qui doivent nous inquiéter peuvent être :
 - a. Autodestruction
 - b. Tendances suicidaires (par exemple, l'enfant dit qu'il souhaiterait mourir)
 - c. Exprimer que la personne cherche à faire du mal aux autres
 - d. Être inconsolable
 - e. Adopter des comportements à risque, notamment la consommation de drogues et d'alcool.
 - f. Colère excessive, irritabilité, hostilité, pouvant aller jusqu'à la violence, pour des questions apparemment insignifiantes pour les autres (y compris les enfants comme lui).
 - g. Détachement de la réalité (délires), paranoïa ou hallucinations
 - h. Discours incompréhensible et apparemment illogique
 - i. Toute autre émotion ou sentiment qui est si fort et prolongé que la personne ne parvient pas à mener sa vie quotidienne normalement.

7. DITES :

- Si vous reconnaissez l'un de ces signes ou si le comportement de votre enfant vous inquiète pour une raison quelconque, n'ayez pas honte ! N'oubliez pas que de nombreuses autres personnes se sont trouvées et se trouveront dans la même situation. Plus la réaction est rapide, plus vous parviendrez à aider efficacement votre enfant !
- Dans l'activité suivante, nous verrons où aller chercher de l'aide, et nous vous laisserons des conseils ou un polycopié comme suggestions d'endroits où chercher de l'aide en cas de besoin.
- Tout comme vous devez prendre soin de vos enfants et de votre famille, ne vous oubliez pas vous-même !
- Si vous avez l'impression que certaines émotions ou pensées deviennent envahissantes et que ces émotions ou pensées vous empêchent de mener votre vie quotidienne de manière normale, vous devez reconnaître que vous devez chercher de l'aide vous-même !

Activité 4. Reconnaître les signes d'abus sexuels (25 min)

Objectif : Dresser la liste des signes possibles qui peuvent aider les parents à reconnaître si l'un de leurs enfants a été victime d'un abus sexuel.

Modalité :



Plénière

1. Lisez à nouveau le scénario ci-dessous :
 - a. La mère remarque que sa fille est depuis peu très collante, qu'elle ne veut pas la quitter et que cela s'aggrave lorsqu'il y a des hommes autour d'elle. Elle remarque des ecchymoses sur différentes parties du corps de sa fille, que celle-ci n'explique pas. Elle remarque également qu'elle a des écoulements dans les parties génitales. La mère essaie de lui parler, de comprendre quel est le problème, mais sans succès.
2. **DEMANDEZ :**
 - a. Quel genre de question ou de problème pensez-vous que l'enfant rencontre ici ?
3. **DITES :**
 - a. L'enfant dans ce scénario peut être un survivant d'abus sexuels.
4. Réfléchissez aux meilleurs mots à utiliser pour parler de l'abus sexuel dans votre contexte. Modifiez la question et les signes d'abus sexuel mentionnés ci-dessous en conséquence. **DEMANDER :**
 - a. Quels sont, selon vous, les signes qui pourraient nous aider à reconnaître si l'un de nos enfants est un survivant d'abus sexuel ?
5. Si ce sujet est trop difficile à aborder ouvertement, lisez à haute voix les signes suivants indiquant qu'un enfant ou une personne pourrait être un survivant d'abus sexuel - mettez-les en contexte si nécessaire.
6. **DITES :**
 - a. Voici quelques signes qui pourraient indiquer qu'un enfant est un survivant d'abus sexuel. Rappelez à tous que certains de ces signes peuvent également signifier d'autres problèmes de protection de l'enfance ! Faites confiance à vos sentiments et contactez un travailleur social, un spécialiste ou

un agent spécialisé si vous êtes inquiet du comportement de votre enfant. (Note : La liste ci-dessous commence par les signes qui sont plus probablement liés à l'abus sexuel et sont suivis par les signes qui sont susceptibles d'être plus généraux à d'autres formes d'abus de l'enfant, y compris la violence sexuelle. Vous pouvez ne lire que certains des signes de chacune des deux catégories, et demander aux participants ce qu'ils pensent de ces exemples ou s'ils souhaitent en ajouter d'autres).

Signé en rapport avec l'abus sexuel :

- Douleurs ou démangeaisons dans la zone génitale. Signes possibles d'une maladie vénérienne, comme des plaies ou des écoulements.
- Signes de grossesse, tels que nausées, manque d'énergie, augmentation de l'appétit, ventre qui grossit.
- Des ecchymoses multiples qui sont toutes à des stades différents de guérison.
- Infections des zones génitales, notamment associées aux infections sexuellement transmissibles (IST).
- Gêne/difficulté à marcher ou à s'asseoir.
- Sous-vêtements tachés, souillés ou mouillés.

Les signes qui sont plus généraux et nécessitent une attention particulière, mais qui pourraient être liés à un abus sexuel, surtout si plusieurs d'entre eux apparaissent en même temps.

Les signes qui montrent que l'enfant se trouve dans une situation de malaise permanent peuvent être des indicateurs potentiels de problèmes de santé mentale. Toutefois, surtout s'ils sont accompagnés d'autres signes spécifiques, ils peuvent indiquer que l'enfant est ou a été victime d'un abus sexuel.

- Des plaintes médicales inexpliquées ou vagues.
- Incapacité à se concentrer ou à se focaliser sur une tâche spécifique, dépression, repli sur soi ou tendances suicidaires, comportement agressif, comportements autodestructeurs tels que les coupures, changements soudains ou extrêmes d'humeur ou d'émotions, irritabilité accrue, colère ou rage, etc.
- Peur de rentrer chez soi après l'école (ou peur d'aller à l'école).
- Pleurs excessifs.
- Des os cassés.
- Pipi au lit, cauchemars, peur d'aller au lit ou autres troubles du sommeil.
- Une peur de certains endroits, de certaines personnes ou de certaines activités, en particulier d'être seul avec certaines personnes. Soyez attentif aux signes indiquant que votre enfant essaie d'éviter quelqu'un et écoutez attentivement lorsque votre enfant vous dit ce qu'il ressent pour quelqu'un.
- Manque de confiance dans les adultes ou confiance excessive.
- La peur des examens médicaux.
- La peur d'être seul.
- Refus d'être réconforté par quelqu'un d'autre.

- a cessé de parler. Si des signes de développement normal étaient présents auparavant et qu'ils ont disparu, il se peut que quelque chose ne soit pas normal.
- Un enfant qui a bien travaillé à l'école commence à prendre du retard dans son travail scolaire.
- Un enfant abandonne l'école.
- Abus de drogues et d'alcool²¹.

7. DITES :

- N'oubliez pas que des circonstances différentes font qu'il est facile ou très difficile pour les filles et les garçons de parler de leur expérience de la violence ou du harcèlement.
- En tant que parents, c'est vous qui connaissez le mieux votre enfant : si son comportement vous inquiète pour une raison ou une autre, contactez l'organisme approprié !
- N'oubliez pas que d'autres membres de la famille peuvent également être des survivants d'abus sexuels. N'hésitez pas à aborder ces questions également.

Activité 5. Chercher de l'aide (20 min)

Objectifs : identifier les moyens de demander de l'aide ; surmonter les obstacles à la demande d'aide.

Modalité :



Plénière



1. Lisez l'histoire ouverte suivante :
 - a. Gabriel est père de deux enfants. L'aîné, Carlos, est très calme, il parle à peine, il ne veut jamais sortir de la maison, il n'a pas d'amis. Cela dure depuis quelques mois déjà. Gabriel se sent inquiet. Il va voir sa femme, Lubna, et lui demande ce qu'elle pense de Carlos, si elle partage les mêmes inquiétudes. Ils discutent pendant des heures et conviennent qu'ils sont très inquiets pour lui. Ils essaient tous deux d'approcher l'enfant et de lui parler, mais l'enfant devient encore plus distant, il essaie d'éviter ses parents. Il passe la plupart de son temps au lit. À un moment donné, il commence aussi à refuser de manger. Gabriel et Lubna conviennent qu'ils doivent trouver un moyen de l'aider, mais ils ne savent pas comment. Ils sont également inquiets car ces questions sont perçues de manière suspecte par la communauté locale, avec des préjugés et une discrimination extrêmes.
2. **DEMANDEZ** :
 - a. Que pensez-vous que Gabriel puisse faire pour chercher de l'aide ?
3. **DITES** :
 - Il est compréhensible de se sentir confus, impuissant et de ressentir toute une gamme d'émotions dans une situation comme celle à laquelle Gabriel est confronté.
 - Il est important de trouver des stratégies pour surmonter la stigmatisation et tout autre obstacle qui pourrait nous empêcher de chercher l'aide appropriée.

²¹ WomenWin.org

- Si vous pensez qu'il est trop difficile d'atteindre la bonne agence, essayez de trouver une personne proche avec laquelle vous vous sentez en sécurité pour partager votre fardeau, et qui peut vous aider à atteindre la bonne agence. Dans cet exemple, Gabriel s'est d'abord adressé à sa femme.
- Veillez à trouver une personne avec laquelle vous vous sentez en sécurité et en qui vous avez confiance.
- N'attendez pas de cette personne qu'elle résolve le problème à votre place, mais laissez-la vous aider à chercher de l'aide et à identifier l'organisme approprié pour résoudre le problème !

Activité 6. Partage du document de référence (15 min)

Objectifs : aider les participants à identifier et à se référer à l'agence qui pourrait les aider à résoudre leurs problèmes.



Matériel : Le plan d'orientation tel qu'élaboré avec le **superviseur du programme**.

Copies du document de référence (si possible !)

1. Profitez de ce moment pour partager avec vos participants le document d'orientation que vous avez élaboré avec votre co-facilitateur et le **superviseur du programme**.
2. Indiquez aux participants :
 - **Les services existants qu'ils pourraient atteindre.**
 - **Quels sont les questions, les défis ou les problèmes que chaque service pourrait aborder.**
 - **Comment ils peuvent accéder à ces services.**
3. Distribuez le document de référence.
4. Expliquez-leur qu'ils trouveront dans le polycopié un rappel des agences qu'ils peuvent contacter s'ils détectent chez un membre de leur famille l'un des problèmes abordés au cours de la session, ou s'ils sont eux-mêmes exposés à l'un de ces risques. (Note : Si vous avez un travailleur social en réserve, vous pouvez le présenter ou fournir ses coordonnées à la fin de la session).
5. Réaffirmez que vous êtes disponible pour discuter de toute question personnelle après cette séance, et que les séances sont confidentielles.



ASSESS THE RISKS !

Le document d'orientation contenant les agences/services que les participants peuvent contacter et auxquels ils peuvent accéder peut être une source de conflit dans le foyer si les deux parents n'ont pas assisté aux sessions. Par exemple, si vous ne travaillez qu'avec des mères, le fait de rentrer chez vous avec un document expliquant à qui s'adresser en cas de violence à la maison ou de demande de soutien financier peut déclencher des réactions négatives dans la famille. Le document d'orientation doit donc être rédigé de manière sûre, par exemple centre pour femmes au lieu de centre de soutien contre la violence sexiste.

Tenez compte de la composition de vos participants et des normes culturelles locales et évaluez les risques et l'égalité, éventuellement en discutant avec le superviseur du programme à l'avance. En cas de risque de préjudice, ne distribuez pas les documents !

Clôture de la journée : Clôture de la session et évaluation (15 min)

Objectifs : Récapituler la journée et évaluer la session.

Matériel : (Si possible) Tableau de conférence avec les espoirs et les craintes de la [session 1.Activité4](#).

Modalité :



Plénière

1. **Demandez à** un ou deux volontaires de récapituler deux points abordés aujourd'hui.
2. Rappelez-leur de continuer à mettre en pratique les compétences qui ont fait l'objet des sessions précédentes - communication positive, réduction du stress, pause.
3. Si vous avez eu l'occasion de noter les [espoirs et les craintes des participants sur un tableau de papier](#), attirez leur attention sur celui-ci et demandez-leur de placer une ou plusieurs étoiles sur les espoirs qui se réalisent.
4. Ensuite, demandez-leur de prendre un marqueur et d'enlever les peurs qui commencent à être surmontées.
5. Puis, demandez-leur d'ajouter de nouvelles craintes ou de nouveaux espoirs qui auraient pu apparaître.
6. Enfin, **posez les** questions suivantes au groupe et notez les réponses.
 - a. **Y a-t-il quelque chose que vous avez particulièrement apprécié dans cette session ?**
 - b. **Y a-t-il quelque chose que vous avez trouvé particulièrement utile ?**
 - c. **Y a-t-il quelque chose que vous feriez différemment ?**
7. Merci à tous pour leur participation et leur engagement.

FICHE DE REFERENCEMENT



Ce document doit être élaboré par vous, avec votre co-facilitateur et le superviseur du programme.

Le document doit inclure :

Les services existants que les parents peuvent atteindre.

Quels sont les questions, défis ou problèmes que chaque service pourrait aborder.

Comment ils peuvent accéder à ces services.

N'oubliez pas : Lors de l'élaboration de ce document, veillez à ce que les choses soient aussi claires et simples que possible !

Si le superviseur du programme ne vous a encore rien dit au sujet du mécanisme de référencement et du document qui s'y rapporte, contactez-le immédiatement !

Session 20

LA FAMILLE ENSEMBLE - Fixer des objectifs ensemble pour créer un environnement familial positif et favorable



Session 20. LA FAMILLE ENSEMBLE - Fixer des objectifs ensemble pour créer un environnement familial positif et favorable



Durée ⌵ 2h 35 min ou plus

Objectifs : A la fin de cette session, chaque unité familiale sera capable de :

- Définir leur stratégie pour créer un plan familial afin de créer un environnement familial positif et favorable à leurs enfants.
- Reconnaître et célébrer leurs succès en tant que famille et en tant que parents.

Aperçu des activités :

| Session | | TOTAL 155 min |
|---------|--|----------------|
| 20 | | |
| Acte 1 | Accueillir les participants | 10 min |
| Acte 2 | Se préparer à faire le planning familial à la maison | 15 min |
| Acte 3 | Guider les parents dans la construction d'un Plan familial : définir nos objectifs | 20 minutes |
| Acte 4 | La voie à suivre pour atteindre nos objectifs | 30 minutes |
| Acte 5 | Clôture du programme : temps de partage | 20 minutes |
| Acte 9. | Célébrer notre succès ! | 60 min ou plus |

Ressources nécessaires :

Matériaux :

- [Document sur le plan familial \(voir pages suivantes\) - un exemplaire par foyer.](#)
- Certificats pour les participants.

Résumé de la session :

Au cours de cette dernière session, les animateurs aident et guident les parents dans l'élaboration d'un plan d'action familial qu'ils rédigeront de manière autonome, à la maison, avec leurs enfants.

En outre, le groupe conclura le programme parental en reconnaissant ses succès et en célébrant ses efforts.

Note :

- Cette session conclut le programme parental : l'animateur explique comment développer le plan d'action familial, sur lequel **chaque unité familiale travaillera indépendamment, avec ses enfants, à la maison.**
- **N'oubliez pas : en tant que facilitateur, vous n'êtes pas censé travailler directement avec les enfants, mais vous guidez les parents pour qu'ils utilisent les compétences qu'ils ont acquises jusqu'à présent pour mener eux-mêmes ce plan d'action à la maison.**
- Si possible, et si la famille est d'accord, l'animateur peut effectuer une **visite de famille** pour assurer le suivi du plan d'action familial qu'il a élaboré et apporter un soutien à chaque famille individuellement. Vous devrez analyser les facteurs de risque par rapport aux avantages de la visite d'une famille et vous assurer que vous ne faites aucun mal en accédant au domicile. Vous trouverez des instructions sur la manière d'organiser et de diriger les visites familiales dans le Guide des visites familiales.
- Vous trouverez des instructions détaillées sur l'organisation et le déroulement des visites familiales dans le Guide des visites familiales.
- N'oubliez pas qu'effectuer des visites dans des foyers où des enfants ont été impliqués dans des groupes armés peut s'avérer extrêmement difficile et, en fonction du contexte, si l'on n'y prend pas garde, cela peut faire plus de mal que de bien à l'enfant et à sa famille, comme des risques de stigmatisation ou de réenrôlement. Pour cette raison, il est primordial que le plan d'action soit développé par les familles de manière indépendante et, si vous effectuez des visites de suivi à domicile, assurez-vous de suivre et de mettre en œuvre toutes les stratégies de sauvegarde et de réduction des risques indiquées dans le Guide des visites familiales.

Activité 1. Accueil des participants (10 min)

Objectifs : accueillir les participants et établir une atmosphère positive.

Modalité :



Plénière

1. Bienvenue aux parents.
2. Souriez et montrez une attitude positive ! Remerciez tout le monde d'être là.
3. Commencez par une activité courte et attrayante qui attirera l'attention de tous, comme une chanson locale, un jeu rapide ou un bref stimulant. Vous trouverez quelques suggestions dans le Compagnon de Constant. Vous pouvez également inviter certains participants à se porter volontaires et à proposer un energizer ou une chanson.

Activité 2. Se préparer à faire le planning familial à la maison (15 min)

Objectifs : Préparer les participants à la session finale au cours de laquelle ils élaboreront un plan d'action familial en tant qu'unité familiale.

Modalité :



Plénière

1. DITES :

- Nous sommes arrivés à la fin de notre programme. Maintenant que nous avons exploré les moyens de construire des relations familiales saines, aimantes et solidaires, il est temps de trouver l'approche qui vous convient le mieux en tant que cellule familiale et de vous y engager ensemble.
- Pour ce faire, et pour être sûrs d'atteindre nos objectifs familiaux, nous devons mettre tous les membres de la famille à contribution et travailler ensemble.
- C'est pourquoi, à travers cette dernière session, nous voulons vous aider à avoir un échange d'idées avec les membres de votre famille, y compris vos enfants, et à développer votre plan d'action familial ensemble, de manière indépendante, à la maison.

2. DEMANDEZ :

- a. Que pensez-vous d'un plan familial ?
- b. Pourquoi pensez-vous qu'il peut être important pour une famille d'établir un plan familial ?
- c. Qu'est-ce qui vous inquiète dans le fait de discuter des moyens de se soutenir mutuellement et d'inclure tous les membres du foyer dans cette discussion ?
- d. Qu'est-ce qui vous facilitera la tâche et quels sont vos conseils ?

Si possible, demandez à des volontaires de partager leurs idées et essayez d'aborder les problèmes ensemble.

3. Réfléchissez à ce qui est ressorti de l'échange entre les participants et, si nécessaire, intégrez les points suivants en **disant** :

- Un plan familial est une feuille de route dans laquelle nous identifions ce que nous pouvons réaliser en tant que famille, et quelle est la meilleure façon d'atteindre cet objectif.
- Il s'agit d'un plan que nous élaborons ensemble en tant que famille et qui implique tous les membres de la famille, dans lequel nous identifions les interventions, les actions et les comportements que chaque membre de la famille entreprendra et incarnera pour réaliser notre propre famille idéale.
- Jusqu'à présent, nous avons discuté de diverses stratégies pour créer un environnement familial sain, favorable et aimant. Il est maintenant temps pour vous et vos enfants de réfléchir à ce qui fonctionne le mieux pour vous en tant que famille.
- Nous allons maintenant réfléchir à la manière d'inciter nos enfants et les autres membres de la famille proche à fixer ensemble nos objectifs, à définir les actions et les comportements individuels pour les atteindre, et à identifier les réseaux de soutien.
- Vous travaillerez sur le plan d'action à la maison, de manière autonome. Si vous avez besoin d'aide après avoir élaboré le plan d'action, nous serons heureux de vous soutenir et de vous rendre visite à votre domicile.

Idéalement, la visite à domicile ne concernera que les adultes qui ont participé au Programme de formation au rôle parental.

- Veuillez venir nous parler à la fin de cette session, ou nous contacter par la suite, si vous souhaitez discuter de cette visite à domicile ou si vous avez besoin d'un soutien individuel pour le plan d'action.

Activité 3. Guider les parents dans la construction d'un plan familial : Exploration de la structure du plan et des moyens d'impliquer les enfants (20 min)

Objectifs : explorer la structure du plan d'action familial ; discuter des moyens de faciliter une conversation avec leurs enfants pendant l'élaboration du plan d'action familial.

Matériaux :

[Document sur le plan familial \(voir pages suivantes\) - un exemplaire par foyer.](#)

Modalité : Individuel ou travail en binôme par unité familiale si possible

1. Demandez aux participants de former des paires sur la base de leur unité familiale. Si cela n'est pas possible, demandez aux participants de travailler individuellement ou avec une paire avec laquelle ils sont à l'aise s'ils le souhaitent.
2. Distribuez les documents sur les plans familiaux aux participants (un par unité familiale, si l'unité familiale travaille en groupe, sinon un par personne).
3. **DITES** :
 - Il y a quelques semaines, vous avez entamé un voyage pour explorer les moyens de créer un environnement familial favorable et aimant.
 - Nous aimerions maintenant vous aider à partager cet engagement avec vos enfants (et avec votre partenaire s'il n'est pas là) et à élaborer un plan qui guidera tous les membres de la famille vers cet objectif.
 - Nous vous invitons à prévoir une heure dans l'un des prochains jours, pendant laquelle vous pourrez vous asseoir avec votre partenaire et vos enfants à la maison, ou dans tout autre endroit où vous vous sentez à l'aise et en sécurité pour discuter des idées avec les membres de votre famille.
 - Choisissez un moment où tous les membres de la famille se sentent suffisamment libérés du stress et où ils ont le moins de distractions possible. Par exemple, évitez d'organiser la réunion au moment où les plus jeunes enfants ont besoin d'être nourris ou de dormir, ou lorsque vous pouvez vous attendre à des visites.
 - Dans la mesure du possible, assurez-vous de mener cette activité uniquement avec les membres de votre famille proche (vos enfants, votre partenaire et toute autre personne qui vit avec vous) en évitant les personnes extérieures qui n'ont pas participé au Programme de formation au rôle parental, sauf si vous pensez qu'elles ont un rôle important dans la vie de votre enfant et que vous vous sentirez à l'aise et prête à partager et discuter également devant elles.
 - Dressez une liste des "membres de la famille proche" que vous souhaitez inclure dans votre plan d'action familial.
2. Expliquez-leur que vous allez discuter ensemble d'une approche de l'élaboration d'un plan d'action familial : s'ils ont d'autres idées ou s'ils souhaitent utiliser une approche différente pour parvenir au même résultat, ils doivent se sentir libres de suivre ce qui fonctionne le mieux pour eux. Vous pouvez également les inviter à partager leurs idées avant de passer aux étapes suivantes.

3. Une fois que les participants ont partagé leur approche de l'élaboration d'un Plan familial, **DITES** :
 - L'approche que nous allons explorer ici est basée sur un échange d'idées entre les membres de la famille. À la maison, vous devriez avoir une conversation ouverte avec les membres de votre famille proche, en suivant le document du plan d'action que vous venez de recevoir.
 - Cela signifie que vous jouerez un rôle similaire à celui que nous, en tant que facilitateurs, avons joué avec vous au cours des dernières semaines. Vous devrez encourager la conversation en posant des questions ouvertes, en évitant tout jugement et en veillant à ce que chacun puisse s'exprimer.
 - Commençons par examiner les différents éléments du plan d'action que nous proposons ici. (Montrer le plan d'action).
 - Pour commencer à travailler sur votre plan familial, la première étape consiste à comprendre quels sont vos objectifs communs en tant que famille.
 - Pour vous aider à fixer ces objectifs, vous pouvez vous demander à vous-même et à tous les autres membres de la famille :
 - i. **Quels sont nos objectifs pour notre famille ?**
 - **Montrez le plan d'action familial et indiquez l'espace du plan d'action familial où se trouve la question.**
4. **DITES** :
 - Ici, vous, et les autres membres de la famille, devez répondre en utilisant **un seul mot**. Si possible, chacun doit noter son mot sur le plan d'action familial (en utilisant des pictogrammes si nécessaire).
 - Sur le document Plan d'action familial, vous trouverez des suggestions de mots qui pourraient représenter vos objectifs (indiquez l'espace du Plan familial où se trouvent ces mots et leurs pictogrammes).
 - Après avoir défini les objectifs, vous et les autres membres de la famille présents pouvez discuter des **actions que vous pouvez entreprendre pour atteindre ces objectifs**. Nous verrons cet aspect en détail dans l'activité suivante.
 - Maintenant que nous avons un aperçu du contenu de ce plan d'action, voyons comment nous pourrions **faciliter la conversation sur le plan d'action à la maison**.
 - Le plan d'action familial ne fonctionnera que si tout le monde est d'accord, si tous les membres de la famille sont d'accord.
 - Nous vous encourageons vivement à réaliser cette activité uniquement avec vos enfants, et avec les membres de votre famille qui ont participé à ce programme.
 - Il est essentiel, à ce stade, d'avoir une conversation ouverte et respectueuse et d'engager nos enfants dans une conversation : ils ne doivent ni être forcés à participer, ni être réduits au silence s'ils veulent exprimer une opinion différente de la vôtre.
4. Invitez les participants à suggérer des stratégies par lesquelles ils peuvent aider et encourager leurs enfants à participer à l'échange et à exprimer leurs idées.
5. Voici quelques exemples de ce qu'ils pourraient dire :
 - a. Le mot que vous avez choisi est très important et complexe. Que signifie ce mot pour vous ? A quoi ressemble pour vous une famille **"aimante"/"respectueuse"** ? (Remplacez les mots en rouge par ceux qui ont été choisis).
Veillez à ce que chacun ait son mot à dire.

- b. Y a-t-il quelqu'un qui n'est pas du tout d'accord avec l'un des mots choisis ?
Pourquoi ?
- Rappelez aux participants qu'ils doivent insister sur la nécessité de réfléchir à chaque aspect en tant qu'unité familiale, plutôt qu'en tant que membres individuels. Évitez tout blâme ou reproche, toute phrase qui commence par "je" contre "ils" ou toute discussion qui crée une séparation entre les enfants et les parents. Rappelez à chacun de commencer ses phrases par "Nous, en tant que famille" plutôt que par "Je" ou "Ils".
 - Demandez-leur si la tâche est claire et s'ils ont des suggestions, ou s'ils voient un défi dans la mise en œuvre.
 - Rappelez-leur qu'il ne s'agit que d'une suggestion sur la manière d'élaborer un plan d'action familial : s'ils ont d'autres idées ou stratégies qui, selon eux, fonctionneraient mieux, invitez-les à les partager avec le reste du groupe.

Activité 4. S'entraîner à utiliser le plan d'action familial (30 min)

Objectifs : s'entraîner à utiliser le plan d'action familial et à faciliter la conversation avec les enfants à la maison.

Modalité : Individuel ou travail en binôme par unité familiale si possible, individuellement ou en binôme selon leur choix.

- Expliquez que, maintenant que nous avons une vue d'ensemble de ce qu'est le plan d'action familial, nous devons nous entraîner à l'utiliser ensemble.
- Invitez les participants à travailler sur le plan d'action familial en binôme par unité familiale si possible, afin de s'entraîner à la manière dont ils le développeront lorsqu'ils y travailleront à la maison.
- Demandez aux participants de commencer par fixer les **objectifs**.
- DITES** :
 - Imaginons que vous êtes assis à la maison avec vos enfants. Par deux, essayez de compléter le plan d'action ensemble.
 - Commencez par vous demander à vous-même et à votre partenaire :
Quels sont nos objectifs pour notre famille ?
- Montrez à nouveau le plan d'action familial et indiquez l'espace du plan d'action familial où se trouve la question.
- DITES** :
 - À la maison, n'oubliez pas de n'utiliser qu'un seul mot pour répondre à la question.
 - En outre, vous devez vous assurer que chacun a son mot à dire.
- Donnez aux participants 5 minutes pour discuter de la tâche, puis invitez quelques volontaires à partager les objectifs qu'ils ont identifiés, s'ils le souhaitent.
- Prochain **SAY** :

**Vous avez défini vos objectifs en tant que famille.
Selon vous, quelles devraient être les prochaines étapes de l'élaboration du plan familial ?**
- Rappelez-leur qu'après avoir fixé les objectifs, il est bon de discuter avec leurs enfants de la manière d'atteindre ces objectifs en famille (montrez la partie du plan d'action familial intitulée "Voici ce que nous ferons pour atteindre nos objectifs").
- DEMANDER** :

Comment pourriez-vous discuter avec vos enfants des stratégies pour atteindre ces objectifs familiaux ?

11. DITES :

Voici quelques exemples de points de discussion que vous pouvez partager pour déclencher une conversation :

- i. Comment pouvons-nous nous engager à atteindre les objectifs que nous avons identifiés pour notre famille ?
- ii. Quel comportement chacun d'entre nous devrait-il adopter ?
- iii. Quelles actions pratiques quotidiennes chacun de nous peut-il faire pour atteindre cet objectif ?

Montrez ces questions et les pictogrammes correspondants sur le document Plan familial.

12. Invitez chaque paire à prendre 5 minutes pour essayer de répondre à ces questions. Voici quelques exemples : "Je construirai une famille aimante en passant du temps avec mon enfant chaque jour pendant au moins 30 minutes, pour savoir comment s'est passée sa journée".

12. Invitez les participants à essayer d'être aussi précis que possible. Soulignez à nouveau l'importance de se concentrer sur les efforts communs et de ne pas profiter de cette occasion pour blâmer qui que ce soit ou imposer un point de vue aux autres.

13. Rappelez-leur qu'il ne s'agit que d'un exercice visant à les familiariser avec le plan d'action familial : ils doivent veiller à retravailler le plan d'action à la maison, avec leurs enfants !

15. DITES :

- N'oubliez pas de maintenir l'accent de la conversation sur un effort commun pour atteindre les objectifs de la famille.
- Commencez toujours votre réponse par "Je ferais..." et évitez de montrer du doigt les autres membres de la famille en disant des choses comme "Je pense que VOUS devriez faire, etc.
- Pour encourager les enfants à participer, commencez par vous-même : partagez vos idées sur ce que vous feriez pour atteindre les objectifs familiaux.
- Soyez toujours respectueux et ouvert à tout autre point de vue.

16. Expliquez-leur qu'ils doivent essayer de parvenir à un accord commun, et ne pas ignorer les désaccords. S'il y a des désaccords et que les voix ne sont pas entendues, le plan d'action ne fonctionnera pas.

17. DITES :

- Pour vous assurer que vous parvenez à un accord commun, vous pourriez dire quelque chose comme :
 1. Y a-t-il quelqu'un qui soit en désaccord avec l'une de ces suggestions ?
 2. Y a-t-il quelqu'un qui est fortement en désaccord avec un ou plusieurs éléments de ce plan d'action ? Si oui, pourquoi ?

18. DITES :

- N'oubliez pas qu'en cas de conflit, vous devez utiliser la stratégie de résolution des problèmes que nous avons explorée dans la session 14 : "Résoudre les problèmes ensemble".

19. DEMANDEZ : Quelqu'un peut-il se rappeler ces étapes ?

- N'oubliez pas que la somme de vos engagements constitue votre plan d'action pour construire une famille aimante et solidaire : les objectifs ne peuvent être atteints que s'ils sont partagés. Tout le monde les accepte et les approuve, et chacun s'engage activement à mettre en œuvre les comportements qui permettront d'atteindre l'objectif !
- N'oubliez pas non plus d'être patient : c'est un voyage que vous entreprenez ensemble, et parfois les eaux seront calmes, d'autres fois elles seront agitées, parfois quelqu'un peut perdre de vue le but, et c'est alors qu'il est important que les autres membres de la famille l'aident à retrouver la route.
- Enfin, le plan d'action n'est que le point de départ de ce voyage. Il n'est pas gravé dans la pierre, et vos buts et objectifs changeront et évolueront certainement en même temps que vous et votre famille.

20. **DEMANDEZ :**

- Vous sentez-vous en confiance pour faire cette activité à la maison avec vos enfants ?
- Quels sont les défis ou les problèmes qui, selon vous, pourraient apparaître ? Comment pourrions-nous les aborder ?
- Avez-vous une autre approche que vous aimeriez utiliser pour créer un plan d'action familial avec vos enfants ? Voulez-vous partager vos suggestions avec le reste du groupe ?

21. Enfin, remerciez tout le monde et félicitez chacun pour ses efforts et son engagement. Invitez les participants à vous parler après la fin de la session, s'ils ont des préoccupations dont ils souhaitent discuter en privé. Rappelez-leur que, s'ils le souhaitent, vous êtes prêt à effectuer des visites familiales individuelles dans chaque foyer une fois qu'ils auront rempli le plan d'action avec leurs enfants. La visite familiale ne concernera que les adultes qui ont participé au programme parental, et non les enfants. Expliquez que vous pourrez discuter des détails de cette visite à domicile à la fin de la session (vous trouverez des instructions sur la manière de mener les visites familiales dans le Guide des visites familiales).

i. Quels sont nos objectifs pour notre famille ?

Nous voulons construire un famille ensemble

Aimer



Soutien



Communicative



Comprendre



Respectueux



Utile



Fort



Courageux



Inclusive



Confiance



Voici ce que nous ferons pour atteindre nos objectifs :

- Comment pouvons-nous nous engager à atteindre les objectifs que nous avons identifiés pour notre famille ?
- Quel comportement chacun d'entre nous devrait-il adopter ?
- Quelles actions pratiques quotidiennes chacun de nous peut-il entreprendre pour atteindre ces objectifs ?

Exemple d'un plan d'action familial rempli

Nous voulons construire ensemble une famille aimante et confiante.

Voici ce que nous ferons pour atteindre nos objectifs :

Comment pouvons-nous nous engager à atteindre les objectifs que nous avons identifiés pour notre famille ?

Quel comportement chacun d'entre nous devrait-il adopter ?

Quelles actions pratiques quotidiennes chacun de nous peut-il entreprendre pour atteindre ces objectifs ?

Je - le père - prendrai le temps de m'asseoir et de parler avec mes enfants pendant au moins 10 minutes chaque jour.

Moi - fils aîné - je dirai à mes parents où et avec qui je passe du temps chaque fois que je quitterai la maison.

Moi - mère - je compterai jusqu'à 10 lorsque je m'énerverai contre un membre de la famille.

Moi - la fille cadette - je serai responsable de faire mes devoirs sans avoir besoin que mes parents me le rappellent.

Etc.

Activité 5. Clôture du programme : Temps de partage (20 min)

Objectifs : partager certains des résultats positifs du programme.

Modalité :



Plénière

1. Expliquez que nous allons maintenant travailler à nouveau en plénière, puisque nous arrivons à la conclusion de la session et du programme de parentalité.
2. Demandez à chaque parent de présenter sa pratique d'autoprise en charge préférée.
3. Demandez à chaque participant de présenter la pratique parent/enfant qu'il trouve la plus utile.
4. Demandez à chaque participant de présenter la pratique domestique qu'il trouve la plus facile à mettre en œuvre.
5. Demandez à chaque participant de présenter la pratique domestique qu'il a utilisée le plus souvent au cours des dernières semaines.

Activité 6. Célébrer nos succès ! (60 min ou plus, selon la façon dont vous décidez de célébrer)

Cette activité/célébration peut être menée à la fin de la dernière session ou comme une journée de célébration séparée - cela dépend entièrement de la façon dont vous et les parents choisissez de célébrer ! Avec les parents, vous pouvez choisir de garder la célébration au sein du groupe, ou d'inviter d'autres personnes (par exemple, des membres de la famille, de la communauté). C'est à vous et aux parents de planifier tout cela. Les étapes ci-dessous ne concernent que la cérémonie de remise du certificat et ne sont que des suggestions. Après avoir passé 20 séances avec les parents, vous saurez ensemble quelle est la meilleure façon de célébrer "Grandir ensemble en force" !

Objectifs : Célébrer l'achèvement du programme de formation des parents.

Matériel : Certificats pour les participants (ou tout autre symbole approprié dans votre contexte pour montrer l'appréciation et l'obtention d'un diplôme/achèvement).

Modalité :



Plénière ou autre modalité selon la façon dont vous choisissez de célébrer la fin du programme.

1. Remerciez tout le monde pour leur engagement.
2. Demandez à chacun de partager une chose dont il est fier !
3. Applaudissez tout le monde pour leur travail.



4. Si possible, vous pouvez profiter de ce dernier moment pour distribuer les certificats tout en donnant aux parents l'occasion de se féliciter et de se soutenir mutuellement :
 - a. Distribuez les certificats aux participants de manière aléatoire.
 - b. En cercle, invitez la personne à votre gauche à remettre le certificat à la personne à qui il appartient, tout en la félicitant pour son travail en tant que parent et en tant qu'individu. Invitez-les à trouver des façons uniques de louer et de féliciter les autres.
 - c. Notez que cette approche peut ne pas fonctionner dans des contextes où une certaine formalité est attendue au moment de la distribution des certificats. Discutez avec le superviseur du programme et votre co-facilitateur de la meilleure façon d'organiser la cérémonie de remise des certificats.

Fermer.

LA FIN

GROWING STRONG TOGETHER



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



THE ALLIANCE
FOR CHILD PROTECTION
IN HUMANITARIAN ACTION