

# Mon Harmonie

Activités de groupe thérapeutique pour les  
enfants victimes de violence familiale



## Guide de l'animateur

Réalisé sous la coordination  
Ginette D'Auray  
Sylvie Girard

Rédaction par :  
Ginette D'Auray  
Charlaine Bisailon

4<sup>e</sup> édition

Février 2013

# Remerciements

Nous remercions chacune des personnes suivantes pour leur précieuse contribution à l'élaboration de ce projet qui a pris cette forme au fil des ans.

## **Enfants participants au groupe Mon Harmonie**

## **Membres du comité initial sur la problématique de la violence**

## **Membres rédacteurs de la Direction des services professionnels et de la qualité**

GINETTE D'AURAY, Agente de planification, de programmation et de recherche

## **Coordination des travaux**

GINETTE D'AURAY, Agente de planification, de programmation et de recherche

SYLVIE GIRARD, Conseillère-cadre

## **Collaboration des coanimateurs**

Tous droits réservés.

Dépôt légal, 2<sup>ème</sup> trimestre 2016

Bibliothèque nationale du Québec.

Bibliothèque nationale du Canada.

ISBN 978-2-550-75457-2

ISBN : 978-2-550-75464-0

©La reproduction totale ou partielle de ce document est autorisée à condition que la source soit mentionnée.

**Pour citer le document : Centre Intégré de santé et des services sociaux de l'Outaouais (CISSS de l'Outaouais). Mon Harmonie, Guide de l'animateur. Rédigé par Ginette D'Auray avec la collaboration de Sylvie Girard. 2013, 68 pp.**

Le genre grammatical masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Certains contenus du présent document proviennent de différents auteurs. Nous utilisons des extraits de contenus, nous inspirons de ces textes pour concevoir nos activités et annexes et le faisons en citant l'auteur par une note en bas de page et à la fin, en bibliographie, pour respecter les droits d'auteur. Ce sont ces contenus qui servent à compléter le présent guide de l'animateur.

## TABLE DES MATIÈRES

### TRAJECTOIRE DU GROUPE THÉRAPEUTIQUE

<b>Fonctionnement des rencontres de groupe</b>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Accueil</li> <li>✓ Retour sur les apprentissages effectués</li> <li>✓ Objectifs spécifiques de la rencontre ou de l'atelier</li> <li>✓ Activités en lien avec la rencontre ou l'atelier</li> <li>✓ Collation</li> <li>✓ Fin de la rencontre ou de l'atelier</li> </ul>	
<b>Introduction</b>		
<b>Descriptif du groupe</b>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Historique et mise en contexte</li> <li>✓ Objectif général</li> <li>✓ Objectifs spécifiques</li> <li>✓ Composition du groupe</li> <li>✓ Type d'animation</li> <li>✓ Déroulement des ateliers</li> <li>✓ Matériel d'animation de base</li> </ul>	
<b>Modèle théorique de base</b>		
<b>Thèmes</b>	<b>Activités</b>	<b>Documents d'exercice</b>
	<p><b>Rencontre pré-groupe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Objectifs spécifiques</li> <li>✓ Matériel d'animation</li> <li>✓ Déroulement (accueil, objectifs)</li> <li>✓ Brise-glace <b>(15 min)</b></li> <li>✓ Activités suggérées <ul style="list-style-type: none"> <li>🎵 Échange sur le but du groupe et les objectifs poursuivis <b>(20 min)</b></li> <li>🎵 Jeu « Mes qualités » <b>(15 min)</b></li> <li>🎵 Activité parent-enfant : décoration du cahier du participant <b>(20 min)</b></li> </ul> </li> <li>✓ Fin de la rencontre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Feuille d'exercice « <i>Mes qualités</i> »</li> <li>- Les qualités</li> </ul>
	<p><b>Atelier 1 : Les sentiments</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Objectifs spécifiques</li> <li>✓ Matériel d'animation</li> <li>✓ Déroulement (accueil, retour sur les apprentissages faits et rappel des objectifs)</li> <li>✓ Activités suggérées <ul style="list-style-type: none"> <li>🎵 Mon Harmonie : règles du groupe <b>(15 min)</b></li> <li>🎵 Les bonshommes sentiments <b>(20 min)</b></li> <li>🎵 La roue des émotions <b>(15 min)</b></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Roue des émotions</li> </ul>
<b>Expression des émotions et affirmation de soi</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Objectif général</li> <li>- Cadres théoriques</li> </ul>		

🎵 Crescendo des émotions (15 min)

- ✓ Collation
- ✓ Fin de l'atelier

### Atelier 2 : La colère

- ✓ Objectifs spécifiques
- ✓ Matériel d'animation
- ✓ Déroulement (accueil, retour sur les apprentissages faits et rappel des objectifs)
- ✓ Activités suggérées
  - 🎵 Le petit volcan (30 min)
  - 🎵 Le rituel de la colère (15 min)
  - 🎵 Exercice pour gérer la colère (15 min)
- ✓ Collation
- ✓ Fin de l'atelier

- Feuille d'exercice  
« Comme le petit volcan... »
- Feuille d'exercice  
« C'est correct d'être en colère »

### Atelier 3 : Ma silhouette

- ✓ Objectifs spécifiques
- ✓ Matériel d'animation
- ✓ Déroulement (accueil, retour sur les apprentissages faits et rappel des objectifs)
- ✓ Activité suggérée
  - 🎵 La silhouette (60 min)
- ✓ Collation
- ✓ Fin de l'atelier

## Violence

- Objectif général
- Cadres théoriques

### Atelier 4 : Définition et formes de violence

- ✓ Objectifs spécifiques
- ✓ Matériel d'animation
- ✓ Déroulement (accueil, retour sur les apprentissages faits et rappel des objectifs)
- ✓ Activités suggérées
  - 🎵 La définition de la violence (20 min)
  - 🎵 Les formes de la violence (40 min)
- ✓ Collation
- ✓ Fin de l'atelier

- Feuille d'exercice  
« La violence pour toi »

### Atelier 5 : Le cycle de la violence

- ✓ Objectifs spécifiques
- ✓ Matériel d'animation
- ✓ Déroulement (accueil, retour sur les apprentissages faits et rappel des objectifs)
- ✓ Activités suggérées
  - 🎵 La tempête (30 min)
  - 🎵 Le cycle de la violence (30 min)

- La tempête
- Cycle de la violence

- ✓ Collation
- ✓ Fin de l'atelier

### Atelier 6 : Les scénarios de protection

– Quand on se chicane à la maison

- ✓ Objectifs spécifiques
- ✓ Matériel d'animation
- ✓ Déroulement (accueil, retour sur les apprentissages faits et rappel des objectifs)
- ✓ Activité suggérée
  - 🎵 Mon plan de maison (60 min)
- ✓ Collation
- ✓ Fin de l'atelier

### Atelier 7 : Les bonnes et les mauvaises solutions

- Feuille d'exercice « Bonnes et mauvaises solutions »  
- Feuille d'exercice « Ma fanfare »

#### Scénarios de protection

- Objectif général
- Cadres théoriques

- ✓ Objectifs spécifiques
- ✓ Matériel d'animation
- ✓ Déroulement (accueil, retour sur les apprentissages faits et rappel des objectifs)
- ✓ Activités suggérées
  - 🎵 Les bonnes et les mauvaises solutions (40 min)
  - 🎵 Ma fanfare (20 min)
- ✓ Collation
- ✓ Fin de l'atelier

### Atelier 8 : Les moyens pour prendre soin de soi

- Histoire de Claude  
- Feuille d'exercice « Mes chaudoudoux »  
- Exemples de chaudoudoux

- ✓ Objectif spécifique
- ✓ Matériel d'animation
- ✓ Déroulement (accueil, retour sur les apprentissages faits et rappel des objectifs)
- ✓ Activités suggérées
  - 🎵 Le conte chaud et doux des chaudoudoux (30 min)
  - 🎵 Mes chaudoudoux (30 min)
- ✓ Collation
- ✓ Fin de l'atelier

### Atelier 9 : Le film

- ✓ Objectif spécifique
- ✓ Matériel d'animation

- ✓ Déroulement (accueil, retour sur les apprentissages faits et rappel des objectifs)
- ✓ Activités suggérées
  - 🎵 Le petit Castor **(30 min)**
  - 🎵 Les questions **(20 min)**
  - 🎵 Évaluation du groupe **(10 min)**
- ✓ Collation
- ✓ Fin de l'atelier







### Rencontre « Partage et Célébration »

- ✓ Objectifs spécifiques
- ✓ Matériel d'animation
- ✓ Déroulement (accueil, rappel des objectifs)
- ✓ Brise-glace **(15 min)**
- ✓ Activités suggérées
  - 🎵 Le « *Pop Quiz* » **(30 min)**
  - 🎵 Le moment du partage et de la célébration **(30 min)**
- ✓ Fin du groupe

## FONCTIONNEMENT DES RENCONTRES DE GROUPE

---

### Les rencontres de groupe s'effectuent toujours de la même manière :

-  **Accueil :** La période d'accueil vise à prendre le temps pour souhaiter la bienvenue aux enfants et pour les accueillir. Il s'agit aussi de repérer leur disposition (triste, perturbé, agacé, frustré, etc.) à recevoir, à donner, donc à partager en groupe. Les animateurs peuvent échanger sur des sujets de la vie quotidienne avec les enfants, afin de créer ou recréer un climat de confiance et de partage.
  
-  **Retour sur les apprentissages effectués :** réviser les notions vues aux ateliers précédents.
  
-  **Objectifs spécifiques de la rencontre ou de l'atelier :** rappel des objectifs afin que chaque enfant puisse situer les apprentissages qu'il fera lors de l'atelier.
  
-  **Activités en lien avec la rencontre ou l'atelier :** activité individuelle ou de groupe, avant ou après de brefs contenus théoriques.
  
-  **Collation :** Occasion favorisant l'apprentissage de moyens visant à prévenir les conflits. Les enfants choisissent leur collation en tenant compte du choix des autres.
  
-  **Fin de la rencontre ou de l'atelier :** La période de fin vise à faire le bilan de la journée, à résumer ce qui a été appris, mais aussi à vérifier l'état dans lequel les enfants terminent le groupe. Au besoin, une intervention peut s'avérer nécessaire. L'animateur prend également le temps de préciser la date de la prochaine rencontre et ce qui y sera abordé. Les animateurs remercient les enfants de leur présence et de la qualité de leur participation.

## DÉFINITION/CITATIONS

---

« La violence est un moyen de contrôle et de pouvoir qui consiste à se croire autorisé à imposer de force, par des contraintes verbales ou physiques, ses désirs et ses volontés... La violence a pour effet de nuire au développement de l'autre, jeune ou adulte, en compromettant son intégrité physique, psychologique ou sexuelle. »<sup>1</sup>

« Toutes les violences ont un lendemain. »

*Victor Hugo*



« La violence envers un enfant fait de l'ombre sur toute sa vie »

*Herbert Ward, traduction libre*

---

<sup>1</sup> Les Centres jeunesse de l'Outaouais, (2007) Programmation clinique intégrée, p.17

## INTRODUCTION

---

### DESRIPTIF DU GROUPE THÉRAPEUTIQUE *MON HARMONIE*

#### INTRODUCTION

Autrefois, le groupe *Mon Harmonie* portait le nom de groupe *Mon Héritage*. Ce groupe a été développé, afin de répondre aux besoins des enfants témoins de violence conjugale de notre région, à la fois desservis par les CLSC ainsi que les Centres jeunesse de l'Outaouais (CJO). Il fut ainsi donné pendant plusieurs années.

Puis, entre 2005 et 2007, les CJO ont amorcé une démarche de consultation auprès des intervenants et au terme d'un travail intensif par l'entremise de comités, les CJO ont été en mesure d'identifier, d'une part les besoins spécifiques des enfants et des adolescents et d'autre part, les écarts entre ces besoins et la pratique. Cette démarche a conduit les CJO à développer leur propre programmation clinique en lien avec les problématiques de l'abandon, de la négligence, de la violence et des troubles de la conduite. Divers groupes thérapeutiques ont alors été mis sur pied, en réponse aux besoins de ces enfants et de ces adolescents.

Afin de répondre aux besoins des enfants ayant été victimes de violence familiale, le groupe *Mon Harmonie* a été développé, en s'inspirant du contenu théorique du groupe *Mon Héritage*.

#### OBJECTIF GÉNÉRAL

L'enfant **connaît et comprend les notions entourant la violence et identifie des mécanismes appropriés de protection.**

Les enfants sont ainsi amenés à :

- 🌀 Démystifier ce qu'est la violence.
- 🌀 Prendre conscience que la violence est inacceptable et que le comportement abusif relève de celui qui l'exerce.
- 🌀 Identifier des scénarios de protection appropriés en cas d'urgence ou lors de conflits.
- 🌀 Favoriser la reconnaissance et l'expression des émotions.

- 🎯 Renforcer leur estime et leur affirmation de soi.
- 🎯 Expérimenter des modes de résolution de conflits.

## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

De manière plus précise, voici les objectifs poursuivis au fil des ateliers :

- 🎯 L'enfant sait qu'il n'est pas seul à vivre dans une situation de violence, car il rencontre d'autres enfants ayant vécu de la violence.
- 🎯 L'enfant est capable de reconnaître des émotions, notamment que la colère est un sentiment « normal ».
- 🎯 L'enfant est capable d'exprimer ses émotions.
- 🎯 L'enfant apprend à exprimer sa colère de manière « socialement acceptable ».
- 🎯 L'enfant identifie ses forces et ses qualités.
- 🎯 L'enfant est capable de définir la violence physique et la violence verbale.
- 🎯 L'enfant est capable d'identifier des situations où il a vécu de la violence physique et verbale.
- 🎯 L'enfant se familiarise avec les notions liées au cycle de la violence.
- 🎯 L'enfant identifie des signes reliés au cycle de la violence (signes précurseurs).
- 🎯 L'enfant sait qu'il n'est pas responsable de la violence vécue.
- 🎯 L'enfant identifie une ou des personnes en qui il a confiance.
- 🎯 L'enfant identifie un ou des lieux physiques où il se sent en sécurité.
- 🎯 L'enfant identifie des actions à poser en cas de violence ou lors de conflits.
- 🎯 L'enfant identifie des sources de bien-être pour lui.
- 🎯 L'enfant identifie son réseau de soutien.
- 🎯 L'enfant explique à son parent les notions apprises au cours du groupe *Mon Harmonie*.
- 🎯 Le parent permet à son enfant de s'exprimer sur la violence vécue et prend connaissance des acquis que celui-ci a faits.

## COMPOSITION DU GROUPE

Les enfants qui participent au groupe *Mon Harmonie* sont des usagers des Centres jeunesse de l'Outaouais (CJO), suivis sous la Loi de la protection de la jeunesse. Le groupe s'adresse à des enfants, garçons et filles, âgés de 6 à 12 ans, qui sont ou ont été victimes de violence. En sus de l'âge, il y a **quatre critères d'inclusion** permettant aux enfants de participer au groupe, soit que :

- l'enfant reconnaît avoir été victime de violence,
- un ou les deux parents reconnaissent la présence de violence familiale,
- un ou les deux parents permettent à l'enfant de s'exprimer sur son vécu de violence (briser le secret entourant son histoire de violence),
- un ou les deux parents participent à deux rencontres : rencontre pré-groupe et le moment « Partage et célébration » lors du dernier atelier; si les parents ne peuvent y participer, les parents d'accueil ou toute autre personne significative peuvent accompagner l'enfant lors de ces rencontres.

Généralement, le groupe est composé de **six à huit enfants**. Il s'agit d'un groupe fermé (aucun enfant ne pourra se joindre à partir du 2<sup>e</sup> atelier). Les groupes sont construits en fonction de la proximité de l'âge des enfants, soit les 6-9 ans et les 10-12 ans, et ce, afin de tenir compte de leurs besoins de développement.

De plus, il est recommandé de ne pas inclure la fratrie au sein du même groupe pour permettre à chacun des enfants de s'exprimer librement sur son vécu de violence (la violence étant perçue et vécue différemment) et d'avoir son espace à lui pour vivre pleinement son expérience de groupe.

## TYPE D'ANIMATION

L'animation « peut se définir comme l'art, par deux intervenants d'une même discipline ou de formation différente et complémentaire, de partager l'animation d'un groupe. Il s'agit d'un mode d'intervention planifié dont l'utilisation est appropriée aux besoins des membres du groupe, appliqué tout au long du processus et actualisé dans différents contextes de pratique » (Turcotte & Lindsay, 2001, p217).

Le groupe *Mon Harmonie* a été construit en tenant compte des besoins et de la réalité des enfants. La structure d'animation peut donc être adaptée. Nous vous proposons **deux types d'animation** qui, au fil de leur expérimentation, ont démontré leur efficacité.

- Le premier consiste à animer une rencontre pré-groupe en soirée, rencontre qui se déroule en présence des enfants et d'au moins un de ses deux parents. Si ses parents ne peuvent être présents, les parents d'accueil ou toute autre personne significative peuvent accompagner l'enfant. Cette rencontre est d'une durée d'environ une heure trente. Par la suite, les ateliers sont animés en bloc de trois journées intensives, tel qu'illustré dans le tableau qui suit. Ces journées sont d'une durée de quatre heures trente, incluant le temps consacré au dîner. Nous vous suggérons de cibler des journées pédagogiques au calendrier scolaire, afin que les enfants ne s'absentent pas de l'école.

THÈME	ATELIER
Rencontre pré-groupe	En soirée d'une durée de une heure trente
Expression des émotions et affirmation de soi	Atelier 1 Atelier 2 Atelier 3
Violence	Atelier 4 Atelier 5
Scénarios de protection	Atelier 6 Atelier 7 Atelier 8 Atelier 9 Rencontre « Partage et Célébration »

- Le deuxième type d'animation consiste à animer dix rencontres d'une durée d'une heure trente chacune, soit un atelier par rencontre. L'animation peut se dérouler en fin de journée ou en soirée. Ce type d'animation s'adresse davantage aux enfants âgés de 10 à 12 ans.

Le groupe *Mon Harmonie* est donc coanimé par deux intervenants. Les animateurs du groupe sont responsables du processus et du climat. Par conséquent, ils doivent s'assurer d'instaurer un climat propice à l'échange dans lequel les enfants s'y sentent en sécurité et en confiance. La violence étant un sujet délicat à aborder, il est alors de mise de respecter le rythme des enfants lorsqu'ils dévoilent leur histoire de violence. Ils doivent encourager les enfants à verbaliser sur la

violence dont ils ont été victimes, sans les brusquer. Les animateurs doivent par ailleurs se positionner vis-à-vis de la violence à l'effet qu'elle est inacceptable et que ce sont les paroles ou les gestes posés par l'agresseur que l'on désapprouve, aucun jugement n'est porté à l'égard du ou des parents. Les animateurs voient à renforcer leur estime de soi par un regard positif et par une attitude sensible à leurs forces.

La coanimation est également essentielle dans les groupes d'enfants pour des raisons de sécurité. Par exemple, un animateur demeure avec le groupe d'enfants, lorsque l'autre se retire pour accompagner un enfant en crise ou lorsqu'il va aux toilettes.

De plus, la présence de deux animateurs dynamise les apprentissages des enfants et peut, dans certains cas, servir de « modèles » positifs pour les enfants, lorsqu'il est question de partage, de communication, de résolutions de conflits, etc. Cet aspect prend tout son sens auprès des enfants victimes de violence, les animateurs offrant un modèle efficace d'utilisation de stratégies non violentes, permettent aux enfants de développer leurs capacités de prise de décision et de résolution de conflits.

## **DÉROULEMENT DES ATELIERS**

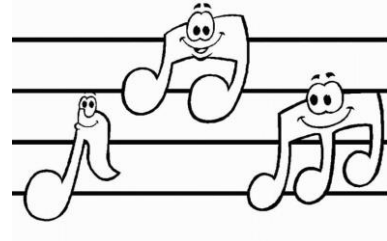
Tel qu'indiqué dans ce guide, l'animation des ateliers est structurée ainsi : la période de l'accueil, le retour sur les apprentissages effectués, un rappel des objectifs spécifiques de la rencontre, des activités nouvelles liées aux thèmes abordés et d'une période de fin. On offre aussi une collation aux enfants.

À la suite de chacun des ateliers, les animateurs échangent sur leurs observations, sur le déroulement des activités et des ajustements à effectuer pour la prochaine rencontre. Il s'agit aussi de qualifier la participation de chacun des enfants, en identifiant ce qu'ils ont appris, moins bien appris, leur disposition lors des activités, etc. Ces informations sont ensuite transmises à l'intervenant responsable de l'enfant, afin qu'il puisse faire un suivi lors des rencontres individuelles avec le jeune et sa famille.

## MATÉRIEL D'ANIMATION DE BASE

Voici une liste du matériel requis à chacun des ateliers. L'ensemble de ce matériel sera identifié comme étant le matériel d'animation de base. Le matériel spécifique à chacun des ateliers, s'il y a lieu, sera précisé.

- Crayons de plomb, crayons de couleur en bois et en feutre
- Stylos
- Aiguiseur et ciseaux
- Gomme
- Colle blanche et colle en bâton
- Feuilles blanches
- Chevalet de présentation (flipchart) avec marqueurs
- Radio (pour écouter de la musique présélectionnée)
- Cahier du participant (une reliure Duo-Tang par enfant)
- Collations et nécessaire de nettoyage (serviettes de table, linge pour nettoyer les tables, etc.)



## MODÈLE THÉORIQUE

---

Le groupe *Mon Harmonie* a comme fondement l'idéologie du modèle féministe qui considère les actes de violence comme des expressions de pouvoir. Le problème de la violence n'est pas défini en tant que problème individuel, mais plutôt comme problème social. Selon Normandeau, Damant et Rinfret-Raynor (2004), trois facteurs de vulnérabilité doivent être pris en considération :

- 🎒 **Manque d'information** : Les enfants sont en général peu informés sur la violence dont ils peuvent être victimes, des personnes qui peuvent poser un geste d'abus à leur égard, de leurs droits et des ressources mises à leur disposition pour les aider.
- 🎒 **Dépendance** : La dépendance des enfants à l'égard des adultes est une caractéristique inhérente à leur condition d'enfant. Les enfants dépendent des adultes pour la réponse à leurs besoins physiques, psychologiques, affectifs et économiques. En sus de ces besoins, les enfants apprennent qu'ils ont besoin des adultes pour remédier à leurs difficultés et qu'ils leur doivent obéissance.
- 🎒 **Isolement social** : Les enfants victimes de violence se sentent seuls et vivent dans le secret. Lorsque la violence a lieu au sein de la famille, l'enfant ne sait pas à qui parler. Il est souvent en déni, stratégie lui permettant de surmonter cette situation stressante. « Les enfants finissent par croire qu'il est risqué d'admettre et de dévoiler l'existence de la violence et préfèrent demeurer silencieux, plutôt que d'ébranler les fondations familiales et se sentir coupables »<sup>2</sup>.

Intervenir selon une idéologie féministe signifie que des actions doivent être posées pour conscientiser les enfants à la violence, les aider à identifier des mécanismes appropriés de protection, renforcer leur estime de soi, leur enseigner qu'ils peuvent parler à des adultes de confiance et que des ressources d'aide sont mises à leur disposition.

---

<sup>2</sup> Côté, Delisle et Le May, 2004, p.8

## DESCRIPTION DES ATELIERS LIÉS À CHACUN DES THÈMES

---



La rencontre prégroupe est une étape essentielle au groupe *Mon Harmonie*. Les enfants participants y sont accompagnés de leurs parents, parents d'accueil ou toute autre personne significative. On privilégie la présence des parents. Cette rencontre a pour **but de permettre aux enfants et aux parents de connaître les animateurs et les autres participants**. On désire également aborder l'élément commun qui les unit, soit la violence dont ils ont été victimes. Les enfants ont besoin d'entendre qu'ils ont la permission de leur parent pour parler de la violence dont ils ont été victimes.

On vise aussi à rassurer les enfants et leurs parents quant à leur participation au groupe. Pour ce motif, on prend le temps de faire une visite des lieux physiques (accueil, agora, lieu du groupe, salle de bain, etc.).

### OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- 🎵 L'enfant sait qu'il n'est pas seul à vivre dans une situation de violence, car il rencontre d'autres enfants ayant vécu de la violence.
- 🎵 L'enfant et ses parents se familiarisent avec les lieux physiques.
- 🎵 L'enfant nomme la raison de sa présence au groupe, soit la violence familiale.
- 🎵 Le ou les parents donnent à l'enfant la permission qu'il s'exprime sur son histoire de violence.

## MATÉRIEL D'ANIMATION

- Cartons de couleur
- Un dé
- Banque d'images variées
- Affiche « Mes qualités »
- Feuille d'exercice « Mes qualités »
- Une petite boîte
- Des collants décoratifs pour le cahier du participant
- Autorisation parentale pour le parent

## DÉROULEMENT

### Accueil <sup>3</sup>

Lors de la période d'accueil, en sus d'accueillir les enfants et leurs parents, tel que décrit auparavant, les animateurs prendront le temps de se présenter (nom, fonction, nombre d'années aux CJO, ce que l'animateur aime de son expérience à donner le groupe, etc.) ainsi que remercier chacun de leur présence. On invitera les participants, enfants et parents, également à se présenter à tour de rôle. Des cartons et marqueurs seront mis à la disposition afin que tous y inscrivent leur prénom.

### Objectifs spécifiques à la rencontre

Rappel des objectifs. Il est important de se rappeler qu'il s'agit du premier contact que l'animateur établit avec les enfants et leurs parents. Par conséquent, il est important d'être sensible à leur situation. Nous suggérons que les objectifs ne soient pas lus, mais plutôt résumé dans vos propres mots, tel que : « *Nous sommes ici, aujourd'hui, afin de faire connaissance et mieux nous connaître. Nous tenterons de mieux comprendre ce qu'est le groupe **Mon Harmonie** et ce qui nous amène à être tous réunis. Pour débiter, nous vous proposons une activité brise-glace, afin de faire plus ample connaissance* ».

---

<sup>3</sup> Puisqu'il s'agit toujours du même rituel à l'accueil, nous ne répéterons pas les détails de l'activité dans les pages suivantes. Voir p. 7 pour plus de détails.

Un animateur procède à l'un des deux brise-glace proposés.



### **Brise-glace no 1 : Jeu du dé (15 minutes)**

Au préalable, l'animateur a inscrit six questions sur un chevalet de présentation. Ces questions portent sur les goûts et intérêts des enfants et des parents. Par exemple : Quel est ton met préféré? Ta couleur favorite? Ton idole? Ton animal préféré? L'activité que tu aimes le plus faire? Ton rêve le plus fou? etc. Il s'assure de les numéroter de 1 à 6. Puis, à tour de rôle, enfants et parents brassent le dé et répondront à la question du chiffre obtenu. Les animateurs sont également invités à faire cette activité.

### **Brise-glace no 2 : Banque d'images (15 minutes)**

L'animateur expose diverses images sur la table ou autre endroit à la vue des enfants et des parents. Il les invite à se choisir une image qui les représente. Puis, à tour de rôle, chacun présente l'image qu'il a choisie et ce qu'elle représente pour lui. Les animateurs sont également invités à faire cette activité.

## **Activités suggérées**



### **🎵 Échange sur le but du groupe et sur les objectifs poursuivis**

- On invite les enfants à nous expliquer les motifs qui les amènent à participer au groupe *Mon Harmonie*, ce qui leur a été expliqué à l'égard du groupe et s'ils peuvent nommer ce qu'ils ont en commun. On désire que le mot « violence » soit verbalisé.
- L'animateur explique les objectifs poursuivis par le groupe. S'il y a lieu, il fait des liens avec les propos rapportés précédemment par les enfants. Il vérifie si les enfants ou les parents ont des questions et s'assure d'y répondre.
- Il prend également le temps de souligner aux parents qu'ils ont un rôle majeur au sein du groupe, celui de permettre à leur enfant de participer pleinement au groupe et de parler de son histoire de violence. On précise qu'on désire outiller les enfants sur les notions entourant la violence et les aider à identifier des mécanismes appropriés de

protection. À cet effet, un formulaire d'autorisation de participation est remis aux parents. Celui-ci le signe en présence de l'enfant.

- Il enchaîne par la suite sur la signification de ce qu'est « une harmonie ». Il demande aux enfants s'ils connaissent ce mot et ce qu'il signifie pour eux. **Une harmonie est un ensemble de sons, de notes mises ensemble, afin de créer une mélodie plaisante à entendre. En dehors du monde musical, le mot harmonie signifie « bonnes relations », « entente » entre des personnes.** Le groupe vise donc à ce que nous développons des notions, des outils, des trucs pour être en harmonie avec notre entourage.

### 🎵 Jeu « Mes qualités »



- L'animateur demande aux enfants d'expliquer ce qu'est une qualité, puis d'en donner des exemples.
- On distribue la feuille d'exercice « Mes qualités ». Chaque enfant est invité, avec l'aide de son parent, à la compléter, en indiquant 3 qualités et 1 caractéristique physique qui le représente (indice pour l'identifier). L'affiche « Mes qualités » est apposée au mur. Les enfants peuvent s'en inspirer pour identifier leurs qualités.
- Chaque enfant plie par la suite sa feuille et la dépose dans une boîte. L'animateur pige ensuite une feuille au hasard et lit à haute voix les qualités inscrites et la caractéristique physique identifiée. Les enfants tentent de deviner de quel enfant il s'agit. L'animateur poursuit jusqu'à ce que toutes les feuilles d'exercice aient été lues.
- On demande ensuite aux enfants ce que l'on retient de cette activité. On reçoit les réponses des enfants, tout en s'assurant de transmettre le message suivant : la violence cache parfois nos qualités, mais elles sont toujours présentes.
- La feuille d'exercice est remise dans le cahier du participant.

### 🎵 Activité parent-enfant : décoration du cahier du participant



- L'animateur remet à chaque enfant une reliure Duo-Tang et l'invite à le personnaliser.
- Avec l'aide de son parent, l'enfant y inscrit son prénom et le décore à l'aide du matériel remis par l'animateur (crayons de couleur, collants décoratifs, etc.).
- Une fois terminé, l'animateur récupère le cahier afin de l'utiliser lors des prochaines rencontres de groupe.

## Fin de la rencontre <sup>4</sup>

### Feuillet d'exercice : « Mes qualités »



- 3 qualités
- 1 chose observable  
(Lunette, queue de cheval,  
couleur des cheveux, etc.)

<sup>4</sup> Puisqu'il s'agit toujours du même rituel de fin, nous ne répétons pas les détails de l'activité dans les pages suivantes. Voir p. 7 pour plus de détails.

Nom : \_\_\_\_\_

## Les qualités

-A-	-F-	- Ponctuel
- Actif	- Fantaisiste	- Positif
- Affectueux	- Fiable	- Prudent
- Agréable	- Fin	-R-
- Aidant	- Flexible	- Réceptif
- Aimable	- Fort	- Réfléchi
- Ambitieux	- Franc	- Réservé
- Animé	-G-	- Respectueux
- Appliqué	- Généreux	- Responsable
- Artistique	- Gentil	- Rigolo
- Assidu	- Gracieux	- Rigoureux
- Attentif	-H-	- Rusé
- Audacieux	- Habile	-S-
- Autonome	- Honnête	- Sage
- Aventureux	- Humble	- Sensible
-B-	-I-	- Sérieux
- Beau	- Imaginatif	- Serviable
- Bon	- Indépendant	- Sincère
- Brave	- Ingénieux	- Sociable
- Brillant	- Intelligent	- Souriant
-C-	- Intrépide	- Spontané
- Calme	-J-	- Sportif
- Chaleureux	- Joli	- Sympathique
- Charmeur	- Jovial	-T-
- Comique	- Juste	- Talentueux
- Compréhensif	-K-	- Tenace
- Courageux	- Kiki (mesquin)	- Tolérant
- Créatif	-L-	- Tranquille
- Curieux	- Loyal	- Travailleur
-D-	- Logique	-U-
- Débrouillard	-M-	- Unique
- Délicat	- Magistral	-V-
- Déterminé	- Méthodique	- Vif
- Dévoué	- Mignon	- Vigilant
- Discipliné	- Minutieux	- Vite
- Discret	-O-	- Visuel
- Divertissant	- Observateur	
- Doux	- Optimiste	
- Drôle	- Ordonné	
- Dynamique	- Original	
-E-	- Ouvert	
- Énergique	-P-	
- Enjoué	- Patient	
- Espiègle	- Penseur	- Poli
- Éveillé	- Persévérant	





## OBJECTIF GÉNÉRAL

- 🎧 L'enfant est capable de reconnaître une gamme d'émotions.
- 🎧 L'enfant apprend à exprimer ses émotions adéquatement.

## CADRES THÉORIQUES

En sus de l'idéologie féministe comme trame de fond au groupe *Mon Harmonie*, certains thèmes traités au cours des ateliers renvoient à d'autres notions théoriques. Le premier thème abordé est celui de l'expression des émotions et l'affirmation de soi. On utilise alors comme cadre théorique l'**estime de soi**.

L'estime de soi se définit comme la valeur qu'un individu s'accorde globalement ou l'opinion favorable qu'il a à son égard. Cette valeur dépend de la confiance fondamentale de l'être humain en son efficacité et sa valeur. Cette confiance fondamentale repose à son tour sur les réussites et les échecs liés aux apprentissages réalisés, donc sur le sentiment d'efficacité personnelle de l'enfant.<sup>5</sup>

En s'inspirant des analyses sur les facteurs de protection faites auprès d'enfants vivant dans des contextes de vie difficiles (extrême pauvreté, décès des parents, divorce, guerre, etc.), un certain nombre de facteurs ont été identifiés comme potentiellement influents pour les enfants touchés par la violence. L'estime de soi est l'un de ces facteurs, dont l'influence est largement connue comme importante dans les études sur les enfants résilients.

---

<sup>5</sup> Legendre R. (1993) Dictionnaire actuel de l'éducation.

Lorsqu'il est question d'expression des émotions en lien avec la violence dont les enfants ont été victimes, on tient également compte de la théorie d'apprentissage (Bandura, 1973, 1977) qui soutient que l'apprentissage des comportements de violence s'effectue par l'observation et l'imitation de modèles. Ces schèmes comportementaux sont par la suite répétés dans les relations avec autrui (Fernet, 2005).

*Ainsi, l'enfant exposé à la violence dans son milieu familial, qu'il s'agisse de la violence dirigée contre lui ou de celle qui s'exerce entre ses parents, fait l'apprentissage de la violence comme mode d'expression de soi, de gestion de problème et de relation avec l'entourage (Wekerle et Wolfe, 1999). De plus, cet enfant développe une plus grande tolérance vis-à-vis de tels comportements (Fernet, 2005).*



## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- 🎭 L'enfant est capable de reconnaître des émotions, notamment que la colère est un sentiment « normal ».
- 🎭 L'enfant est capable d'exprimer ses émotions.

## MATÉRIEL D'ANIMATION

- Affiche « Règles de conduite »<sup>6</sup>
- Affiche « Portée musicale »
- Des vignettes « Chef d'orchestre »
- Des vignettes en forme de notes
- Affiche « Définition d'un sentiment »
- Affiche « Bonshommes sentiments »
- Carton avec des sentiments imagés
- La roue des émotions
- Cartons de couleur jaune, rouge, bleu, blanc

## DÉROULEMENT

### Accueil

**Retour sur les apprentissages faits** : retour sur les notions vues lors de la dernière rencontre. Entre autres, il s'agit de faire ressortir le but et les objectifs du groupe, la définition d'une harmonie, la définition d'une qualité ainsi que quelques exemples de qualités.

**Objectifs de la rencontre** : rappel des objectifs.

---

<sup>6</sup> L'affiche des règles de conduite, la portée musicale et les vignettes en forme de notes seront nécessaires à tous les ateliers.

## Activités suggérées



### 🎵 Mon Harmonie : règles du groupe

- L'animateur reprend la définition d'une harmonie et poursuit en disant que nous travaillerons au fil des rencontres à construire notre harmonie. Pour y arriver, tous devront y contribuer.
- Il demande alors aux enfants comment il nous est possible de s'assurer du bon fonctionnement du groupe et de la participation de chacun. Il reçoit les réponses des enfants et dévoile selon les réponses données, les règles identifiées sur l'affiche prévue à cet effet.
- L'animateur remet par la suite une image d'un chef d'orchestre à chacun des enfants. Il leur demande ce qu'est un chef d'orchestre et le rôle qu'il joue. Il explique qu'un **chef d'orchestre est un musicien qui est chargé de coordonner le jeu des instruments joués par les autres musiciens. Ainsi son rôle consiste à diriger.** L'animateur explique que nous sommes tous responsables du bon fonctionnement du groupe, que nous sommes tous des chefs d'orchestre responsables de la création de notre harmonie.
- En signe d'engagement, l'enfant met son nom sur son chef d'orchestre (ou le nom de son instrument de musique préféré) et l'appose sous la portée musicale.
- L'animateur explique ensuite que nous poserons des notes de musique sur la portée musicale pour créer notre harmonie. Une note sera remise à l'enfant qui aura bien participé (fait des efforts, travaillé avec rigueur, etc.) lors d'une activité et ce choix sera décidé en groupe.<sup>7</sup> Ainsi, à la fin du groupe, nous aurons créé « Notre harmonie ».



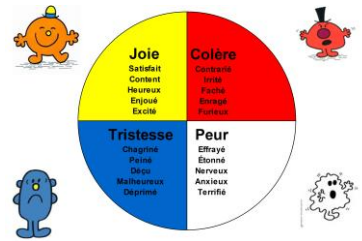
### 🎵 Les bonshommes sentiments

- L'animateur débute l'activité par une devinette. Il tente, par des questions, de faire deviner le thème de l'activité, soit les **sentiments ou les émotions**. Par exemple, il peut donner les indices suivants : tout le monde en a. Parfois, cela nous fait crier, d'autres fois sourire, sauter ou danser ou encore, nous faire pleurer. ***Qui suis-je?***

<sup>7</sup> La création de l'harmonie via la remise d'une note de musique à la fin de chacune des activités est une occasion de renforcement positif pour l'enfant choisi, mais également une occasion pour développer chez les enfants leurs capacités de décision et de résolution de conflit.

- Par la suite, l'animateur demande aux enfants de définir ce qu'est un sentiment. Un sentiment c'est un mot qui exprime comment on se sent à l'intérieur de soi. Voir la définition avec l'affiche « Définition d'un sentiment » qui est apposée au mur.
- On demande aux enfants d'identifier les quatre principales émotions que l'on peut ressentir, soit la joie, la colère, la tristesse et la peur. On appose les images des bonshommes sentiments au fur et à mesure qu'elles sont identifiées. Si les enfants suggèrent des synonymes, on les félicite en leur indiquant qu'ils ont raison, qu'il s'agit d'une émotion, mais que son intensité de joie, de colère, de tristesse ou de peur est différente (plus ou moins intense). On enrichit en indiquant qu'il est important de cibler l'émotion que l'on vit ainsi que l'intensité qu'elle a à l'intérieur de soi.
- Les enfants sont ensuite invités à jouer un jeu de mime où ils pigeront un carton sur lequel une émotion sera identifiée (en mot et en image). Les enfants miment à tour de rôle l'émotion pigée. Les autres doivent identifier l'émotion mimée.
- À la fin de l'activité<sup>8</sup>, par consensus, les participants identifient l'enfant ayant le mieux participé. Il dépose sa note de musique sur la portée. Les enfants et animateurs peuvent décider de remettre la note à plus d'un enfant ou à tout le groupe.

### 🎵 La roue des émotions



- L'animateur indique aux enfants que l'activité maintenant proposée se nomme « la roue des émotions ». Il rappelle les quatre principales émotions : joie, colère, tristesse, peur.
- Il dispose quatre cartons de couleur (jaune, rouge, bleu, blanc) et demande aux enfants d'associer ces couleurs aux émotions maîtresses que nous venons de nommer. Ainsi, le jaune ira avec la joie (tel un soleil qui brille et qui nous fait sourire), le rouge avec la colère (tel un volcan qui explose), le bleu avec la tristesse (telle une larme) et le blanc avec la peur (comme un fantôme).
- L'animateur demande ensuite aux enfants d'identifier des situations où ils vivent ces émotions : c'est **jaune** dans ma famille quand...? C'est **rouge** dans ma famille quand...? C'est **bleu** dans ma famille quand...? C'est **blanc** dans ma famille quand...?.
- Fin de l'activité : remise de la note.

<sup>8</sup> Puisqu'il s'agit toujours du même rituel à la fin de l'activité, nous ne répéterons pas les détails dans les pages suivantes. Voir page 7.



## Crescendo des émotions

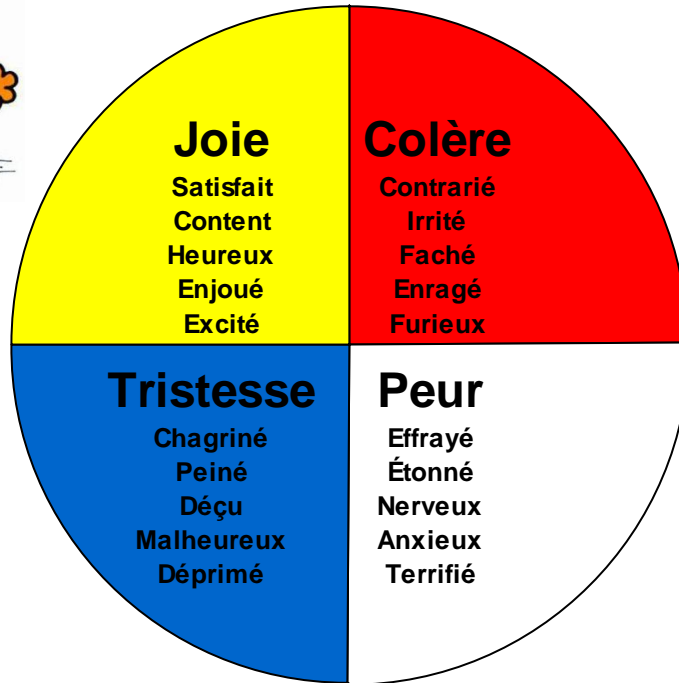
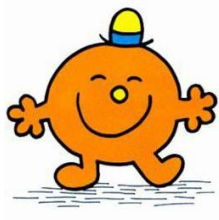


- On demande aux enfants s'il est « normal » de vivre des émotions. On s'assure de leur expliquer que toutes les émotions sont bonnes et importantes à vivre et qu'il est normal de les ressentir. Chacun de nous les vit de manière différente, car elles sont des indicateurs de nos besoins (comme un thermomètre intérieur).
- On travaille par la suite avec les enfants à identifier des synonymes qui révèlent une intensité plus grande ou moins grande des émotions principales. Par exemple : effrayé, c'est de la peur, mais avec une plus grande intensité. On les aide ainsi à varier leur vocabulaire, à mieux cibler l'émotion ressentie et à exprimer plus clairement leurs émotions.
- Si le temps le permet, on demande aux enfants de se choisir une couleur et d'illustrer une situation qu'ils ont vécue en lien avec l'émotion choisie. On les invite aussi à préciser l'intensité de leur émotion.
- Fin de l'activité : remise de la note.

## Collation

## Fin de l'atelier

# Roue des émotions





## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- 🎵 L'enfant est capable de reconnaître des émotions, notamment que la colère est un sentiment « normal ».
- 🎵 L'enfant est capable d'exprimer ses émotions.
- 🎵 L'enfant apprend à exprimer sa colère de manière socialement acceptable.

## MATÉRIEL D'ANIMATION

- Affiche « Bonshommes sentiments »
- La roue des émotions
- Appareil photo
- Histoire « Le petit volcan »
- Feuille d'exercice « Comme le petit volcan... »
- Boîte de la colère
- Feuille d'exercice « C'est correct d'être en colère »

## DÉROULEMENT

### Accueil

**Retour sur les apprentissages faits** : retour sur les notions vues lors de la dernière rencontre. Entre autres, il s'agit de faire ressortir les règles du groupe, la définition d'un sentiment, les quatre émotions maitresses, des exemples pour chacune de ces émotions.



Pour dynamiser et intégrer les notions en lien avec les émotions, nous proposons qu'une activité de révision de type photographie soit mise en place. Les enfants sont invités à poser

comme un mannequin, en utilisant leur expression faciale, leur mouvement corporel, etc. pour représenter, sur photo, les quatre principales émotions. Les photos prises seront remises à la fin du groupe à chacun des enfants.

**Objectifs de la rencontre** : rappel des objectifs.

### Activités suggérées

#### 🎵 Le petit volcan



- L'animateur fait la lecture de l'histoire du petit volcan de Josée Denise Cardinal.<sup>9</sup> L'histoire illustre la gamme d'émotions que l'on peut ressentir sur le plan de la colère et démontre que l'accumulation de frustrations (petits bouillons à l'intérieur) peut mener à ce qu'on « éclate », ce qui nous rend triste par la suite.
- Une fois l'histoire racontée, on dépose des images du petit volcan représentant les différentes émotions de colère qu'il a vécues. On demande aux enfants de les ordonner en ordre croissant (crescendo des émotions, en allant vers des émotions de plus en plus intenses).
- L'animateur distribue par la suite la feuille d'exercice « Comme le petit volcan... » Il invite les enfants à écrire ou dessiner une situation où ils ont ressenti de la colère. Ils indiquent également sur le thermomètre de la colère l'intensité de cette émotion. On leur propose de choisir une situation qu'ils désirent utiliser pour l'activité suivante, soit celle de se libérer d'une colère qui les habite.
- On échange par la suite en grand groupe.

#### 🎵 Rituel de la colère



- L'animateur débute cette activité en expliquant aux enfants ce qu'est un rituel (geste symbolique). L'activité proposée est de faire le rituel de la colère, soit de poser un geste symbolique pour se libérer d'une colère qui nous habite.

<sup>9</sup> Cardinal, J. D. (2006). Le petit volcan. Québec : Production Dans la vraie vie

- L'animateur présente la boîte de la colère aux enfants, une petite boîte rouge avec l'image d'un bonhomme fâché. Cette boîte a la capacité de recevoir les colères des petits et des grands. Une fois qu'elles y sont déposées, elles y restent pour toujours et elles ne sont plus dans leur cœur.
- On invite alors les enfants à plier leur feuille en quatre, en plusieurs morceaux, à la chiffonner ou encore la déchirer et selon leur besoin et à tour de rôle, en silence, à y déposer leur feuille.
- Fin de l'activité : remise de la note.

### 🎵 Exercice pour gérer la colère



- L'animateur rappelle aux enfants que toutes les émotions sont bonnes et importantes à vivre, y compris la colère.
- Comme le petit volcan, il se peut que nous ayons des petits bouillons à l'intérieur. Si on laisse ces bouillonnements s'intensifier, on risque alors d'éclater. Et lorsqu'on éclate, il se peut qu'on utilise des propos blessants ou que l'on pose des gestes de violence. Or, pour mieux gérer ces bouillonnements, que peut-on faire?
- L'animateur invite les enfants à échanger sur les moyens actuels qu'ils utilisent pour gérer leur colère.
- Il distribue par la suite la feuille d'exercice « C'est correct d'être en colère » et invite les enfants à noter les moyens utilisés. Sur cette même feuille, quelques exemples sont fournis. On invite les enfants à découvrir un nouveau moyen et à le noter.
- Fin de l'activité : remise de la note.

## Collation

## Fin de l'atelier

### Comme le petit volcan...

Comme le petit volcan, tu as peut-être déjà accumulé certaines frustrations qui t'ont fait « *éclater* » et rendu triste par la suite. Dessine ou écrit cette situation dans l'encadré ci-dessous. Ensuite, colorie sur le thermomètre l'intensité de cette situation que tu as vécue.



Thermomètre de la colère



## Feuille d'exercice « C'est correct d'être en colère »

C'est correct de vivre de la colère, car la colère est une émotion. Tout le monde en vit. Il est parfois difficile de la gérer, sans se faire du mal ou utiliser des gestes de violence et des paroles blessantes.

Exprimer sa colère d'une bonne façon fait du bien. Ça parle de nos besoins que l'on peut ressentir à l'intérieur de nous.

Et toi, quels sont tes trucs pour t'aider à gérer ta colère?

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

En voici quelques exemples :

- Parler de ce qui me met en colère
- Faire de l'exercice
- Pratiquer un sport
- Faire une activité qui me plaît
- Écrire ou dessiner à propos de ma colère
- Déchirer un vieux journal
- Me défouler en écoutant de la musique
- Lancer une balle avec force contre un mur extérieur
- Compter jusqu'à 10 en prenant de grandes respirations
- Me retirer dans ma chambre



## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- 🎵 L'enfant identifie ses forces et ses qualités.
- 🎵 L'enfant est capable d'identifier des forces et des qualités chez les autres.
- 🎵 L'enfant est capable de recevoir les qualités qui lui sont données.



## MATÉRIEL D'ANIMATION

- Une radio avec une variété de pièces musicales
- Une grande feuille d'imprimerie pour chaque enfant (pour tracer l'enfant en grandeur réelle).

## DÉROULEMENT

### Accueil

**Retour sur les apprentissages faits** : retour sur les notions vues lors de la dernière rencontre. Entre autres, il s'agit de se rappeler du petit volcan, de la gamme d'émotions possible sur le plan de la colère, des moyens à utiliser pour gérer ses frustrations et sa colère.

Pour boucler les notions vues en lien avec les émotions, nous proposons la mise en place d'une activité musicale. Il s'agit de faire écouter une variété de pièces musicales aux enfants que ce soit du pop, du rock, du classique, un chant de Noël, une comptine, etc. Les enfants identifient l'émotion ressentie au son des pièces musicales et expliquent leur choix.

**Objectifs de la rencontre** : rappel des objectifs.



## Activité suggérée

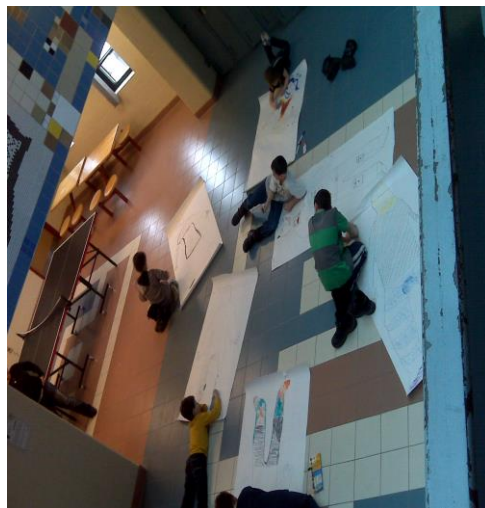
### La silhouette

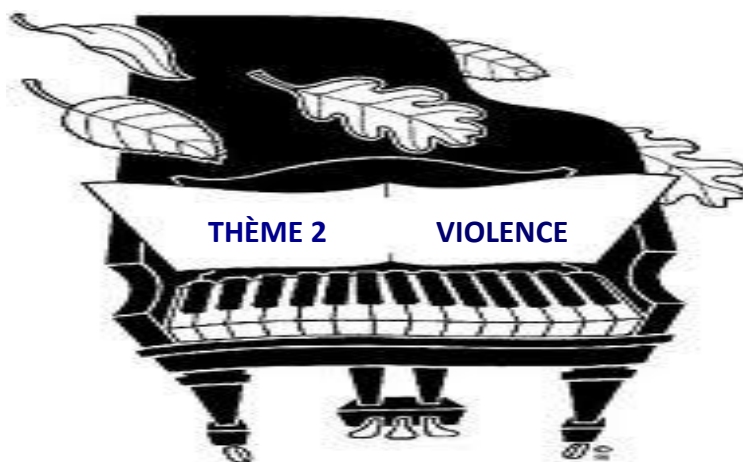


- L'animateur demande aux enfants de se placer deux par deux (de préférence de même sexe).
- Il remet à chaque enfant une grande feuille sur laquelle il tracera, à l'aide de son compagnon, la forme de son corps, c'est-à-dire sa silhouette.
- Une fois la silhouette tracée, les enfants sont invités à dessiner leur silhouette, à y mettre de la couleur. C'est une invitation à « se mettre beau ».
- Lorsque les silhouettes sont coloriées, on procède à une tournée pour les admirer.
- Au cours de cette tournée, les enfants inscrivent des qualités sur la silhouette de leurs pairs. Les animateurs en inscrivent aussi.
- L'enfant inscrit lui aussi une qualité sur sa propre silhouette, une qualité qui n'a pas été nommée.
- À tour de rôle, les enfants présentent leur silhouette ainsi que les qualités qui leur ont été attribuées.
- L'animateur félicite tous les enfants d'avoir autant de belles qualités. L'animateur fait du renforcement positif afin que les enfants se sentent valorisés.
- La silhouette des enfants est conservée et sera affichée à la rencontre « Partage et célébration » (dernier atelier).
- Fin de l'activité : remise de la note.

## Collation

## Fin de l'atelier





## OBJECTIF GÉNÉRAL

- 🎧 L'enfant connaît et comprend ce qu'est la violence.
- 🎧 L'enfant est capable de nommer certaines formes de violence.
- 🎧 L'enfant est capable d'identifier des situations où il a été victime de violence.
- 🎧 L'enfant sait qu'il n'est pas responsable de la violence qu'il a subie.

## CADRE THÉORIQUE

Le deuxième thème abordé au cours des ateliers est la violence. Pour définir la violence et mieux comprendre la dynamique qu'elle occasionne, les notions issues de l'idéologie féministe sont alors utilisées comme cadre théorique.

Le modèle féministe a comme fondement que la violence conjugale est issue du déséquilibre de pouvoir entre les hommes et les femmes au sein de notre société patriarcale. Cette violence permet de maintenir ce rapport inégalitaire. Les actes de violence envers les enfants, selon cette idéologie, nous amènent à considérer ces actes comme des expressions de pouvoir (voir p. 15).

Grâce au mouvement féministe, maintes recherches ont pu être réalisées à l'égard des femmes, mettant en lumière les différentes formes de violence dont elles peuvent être victimes ainsi que le cycle de violence auquel elles sont confrontées. Depuis, lorsqu'il est question de violence, on se réfère à cette typologie des formes de violence ainsi qu'au cycle de la violence comme outils d'intervention. Il va de même pour les enfants qui sont touchés par la violence familiale.



## ATELIER 4 : DÉFINITION ET FORMES DE VIOLENCE

### OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- 🎵 L'enfant est capable de définir la violence physique et la violence verbale.
- 🎵 L'enfant est capable d'identifier des situations où il a vécu de la violence physique et verbale.

### MATÉRIEL D'ANIMATION

- Affiche « Définition de la violence »
- Affiches « Il y a des gestes qui blessent le corps » et « Il y a des mots qui blessent le cœur »
- Situations imagées représentant les différents types de violence
- Feuille d'exercice « La violence pour toi »

### DÉROULEMENT

#### Période d'accueil

**Retour sur les apprentissages faits** : retour sur l'ensemble des notions.

**Objectifs de la rencontre** : rappel des objectifs.

#### Activités suggérées



#### Définition de la violence



- L'animateur demande aux enfants ce qu'est la violence pour eux. Les enfants répondent à tour de rôle.
- On demande par la suite entre quelles personnes la violence peut se produire (entre qui et qui). On tente ici de faire ressortir la violence entre un enfant et son parent (père ou mère), entre ses parents, entre amis, entre des adultes, etc.

- On enchaîne avec les endroits où la violence peut avoir lieu (à la maison, à l'école, au parc, sur l'ordinateur, etc.).
- On vise à faire énumérer une multitude de situations de violence.
- L'animateur présente ensuite la définition de la violence et utilise l'affiche prévue à cet effet. Il peut demander aux enfants de la lire à haute voix avec lui.

### Définition de la violence

L'expression « violence envers les enfants » renvoie à la violence (qui blesse le cœur ou le corps), c'est la maltraitance qu'un enfant peut vivre alors qu'il est sous la garde d'une personne de confiance ou dont il dépend. La violence peut avoir lieu n'importe où.

### 🎵 Formes de violence



- L'animateur demande aux enfants, à partir des exemples qu'ils viennent de mentionner et la définition que nous venons de lire, quels sont les types de violence qui existent. On cherche à faire ressortir la violence verbale (des mots) et la violence physique (des gestes). On aborde que la violence verbale (et psychologique) et physique, afin de simplifier les concepts pour les enfants. On peut faire référence à la violence psychologique en mentionnant aux enfants qu'elle s'apparente à la violence verbale, qu'elle accompagne les autres formes de violence et se décèle par sa répétition. On peut aussi donner comme exemple l'intimidation, situation de violence expliquée aux enfants dans les écoles.



- L'animateur présente les deux affiches sur les formes de violence : « Il y a des gestes qui blessent le corps » et « Il y a des mots qui blessent le cœur ».
- On demande aux enfants de nous donner quelques exemples pour chacun d'eux.
- L'animateur présente ensuite des situations imagées (voir tableau à la page suivante pour un aperçu des exemples présentés) que les enfants identifient comme étant des situations qui blessent le corps ou le cœur. On associe ces situations à la bonne forme de violence.





- Lors de cet exercice, l'animateur fait ressortir la violence familiale et insiste sur le fait que les enfants ne sont pas responsables de la violence qui se produit entre un parent et son enfant, en fait que le comportement abusif relève de celui qui l'exerce.
- L'animateur remet par la suite la feuille d'exercice « La violence pour toi ». Il invite les enfants à inscrire leur définition de la violence ainsi qu'à écrire ou dessiner une situation de violence qu'ils ont vécue.
- On partage ensuite les réponses en grand groupe : l'enfant explique sa situation et identifie de quelle forme de violence il s'agit.
- Fin de l'activité : remise de la note.

## Collation

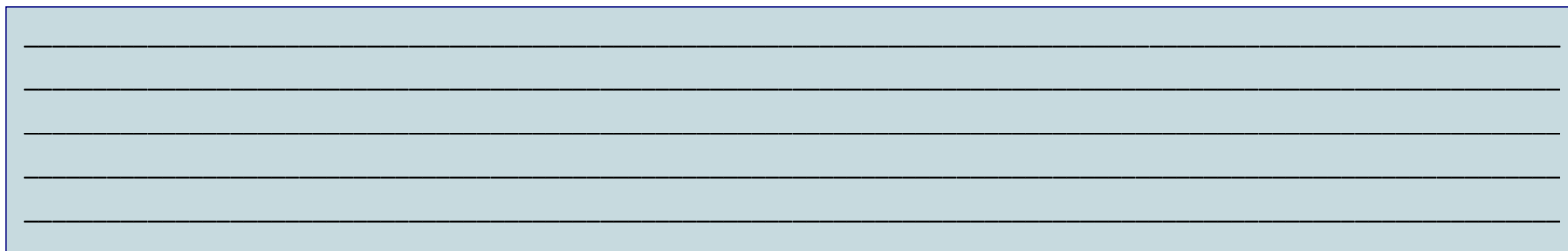
### Fin de l'atelier

« Il y a des mots qui blessent le cœur » et « Il y a des gestes qui blessent le corps ».

Violence verbale et psychologique	Violence physique
<p>Il y a de la violence verbale et psychologique lorsqu'une personne te dit des paroles blessantes.</p> <p>Cette violence te blesse, car elle t'attaque en tant que personne.</p> <p>Exemples : On t'ignore, te menace en te disant que la police ou une autre personne viendra te chercher, t'interdit de sortir de la maison ou de voir tes amis, te traite de méchant ou de stupide, te dit que tu as gâché sa vie, etc.</p> 	<p>Il y a de la violence physique lorsqu'une personne te blesse sur l'une ou l'autre des parties de ton corps.</p> <p>La violence physique blesse ton corps et te fait mal sur le plan psychologique.</p> <p>Exemples : Frapper, donner des coups de poing, brûler, secouer, gifler, empoisonner, donner coups de pieds, pincer, etc.</p> 

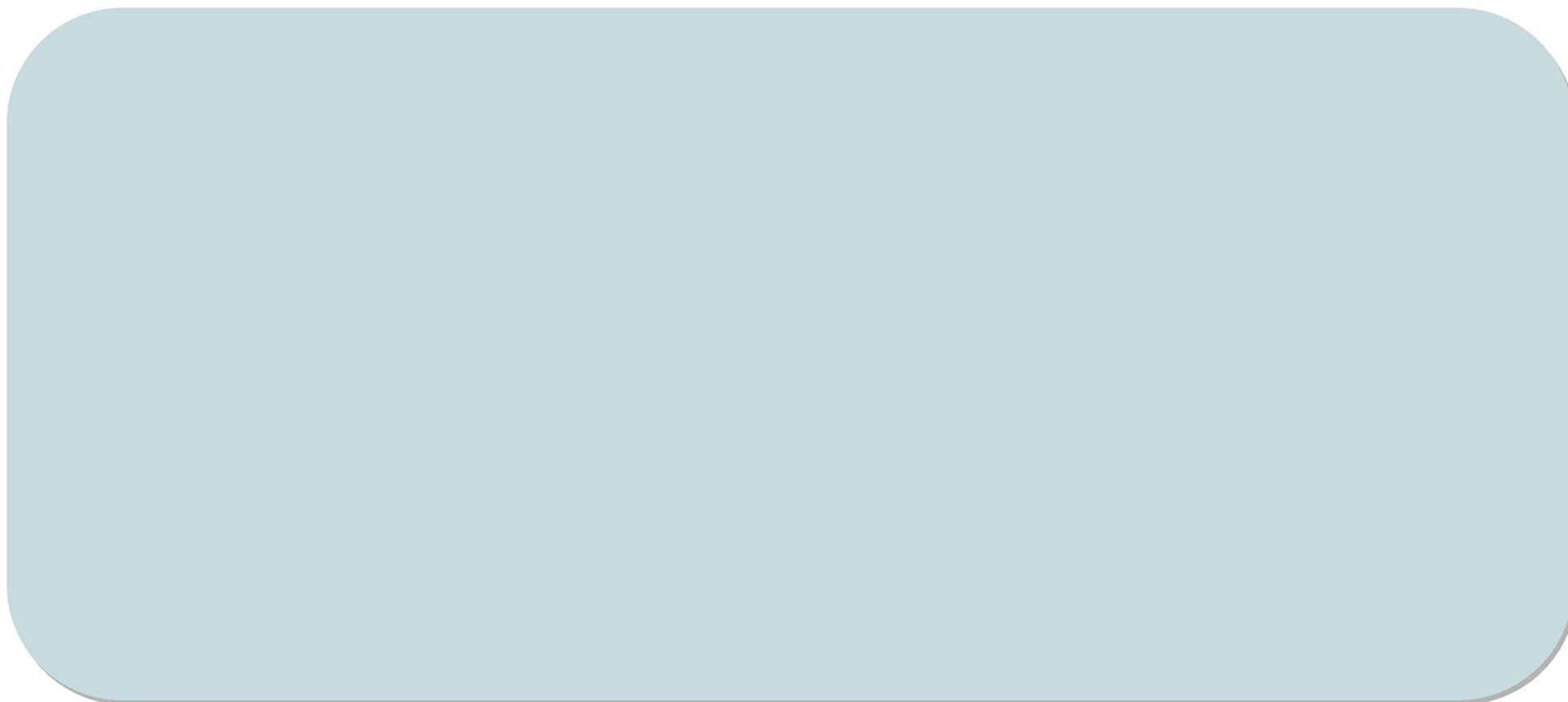
## Feuillet d'exercice : « La violence pour toi »

Écris ce qu'est la violence pour toi.



A rectangular box with a light blue background and a thin blue border. Inside the box, there are five horizontal lines spaced evenly, intended for the child to write their definition of violence.

Écris ou dessine une situation de violence que tu as vécue.






A large, rounded rectangular box with a light blue background and a thin grey border. The corners are rounded. This area is intended for the child to write or draw a situation of violence they have experienced.



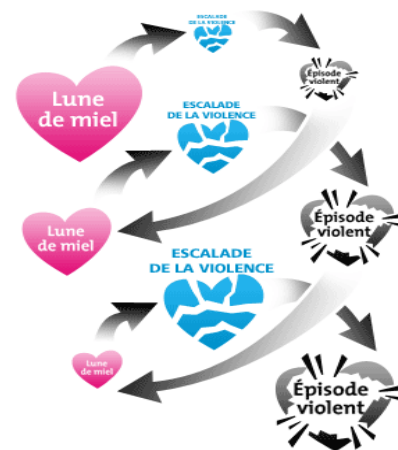
## ATELIER 5 : LE CYCLE DE LA VIOLENCE

### OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

-  L'enfant se familiarise aux notions reliées au cycle de la violence.
-  L'enfant identifie des signes reliés au cycle de la violence (signes précurseurs).
-  L'enfant s'exprime sur la violence.

### MATÉRIEL D'ANIMATION

- Texte de la tempête tiré du livre de Delisle, Côté et Le May<sup>10</sup>
- Feuille « Cycle de la violence »



### DÉROULEMENT

#### Période d'accueil

**Retour sur les apprentissages faits** : retour sur les notions vues lors de la dernière rencontre. Entre autres, il s'agit de faire ressortir la définition de la violence, les formes de violence (verbale et physique), quelques exemples de violence verbale et physique. On prend également le temps de rappeler aux enfants que la violence relève de celui qui l'exerce.

**Objectifs de la rencontre** : rappel des objectifs.

#### Activités proposées

##### La tempête



- D'entrée de jeu, on demande aux enfants s'ils ont déjà observé une tempête. On leur demande de nous expliquer ce qui se produit : comment ça commence, ce qui se passe par la suite, comment ça se termine.

<sup>10</sup> Delisle, R., Côté, I. et Le May, F. (2004). Ensemble...On découvre : Guide d'intervention de groupe auprès des enfants exposés à la violence conjugale et de leurs mères, Québec : CLSC Sainte-Foy-Sillery.

- L'animateur demande aux enfants de préciser les signes précurseurs d'une tempête (le ciel devient gris, il y a des nuages, il y a du vent, etc.).
- Puis, on leur indique que la violence se compare à une tempête. On leur explique cette analogie par la lecture du texte « La tempête » de Delisle, Côté et Le May.
- L'animateur lit le texte sur la tempête. Les enfants miment les moments qui y sont décrits. Les animateurs participent.
- Une fois la lecture terminée, on fait un retour avec les enfants en leur demandant ce qu'ils pensent de cette analogie : est-ce que c'est une bonne comparaison? Est-ce qu'il y a des tempêtes de la sorte à la maison? Si oui, quel genre de tempête s'agit-il? Comment se sent-on lors de ces tempêtes? etc.

### **Le cycle de la violence**



- L'animateur explique aux enfants le cycle de la violence en établissant des liens avec le texte sur la tempête (voir encadré ci-après). Il leur présente l'image du cycle de la violence.
- L'animateur poursuit l'échange avec les enfants en leur demandant d'expliquer comment la violence se passe à la maison : avant? Maintenant? En pointant du doigt sur l'image du cycle de la violence.
- L'animateur demande ensuite aux enfants comment il est possible de faire cesser le cycle de la violence. Il reçoit les réponses des enfants, tout en les amenant à nommer qu'il est important d'en parler, de ne pas se sentir responsable, de ne pas accepter la violence. On invite les enfants alors à poser un geste symbolique pour cesser le cycle de la violence, soit d'y tracer un éclair et le rompre.
- Fin de l'activité : remise de la note.

**Escalade de la violence**

D'abord, il y a la tension. Le vent se lève, le ciel devient gris, les feuilles s'agitent dans les arbres et quelques gouttes de pluie froides tombent. On peut te boudier, te regarder de façon menaçante, t'intimider, te menacer. Peu importe la façon dont l'autre s'y prend, on sait qu'une tempête approche.

**Explosion de la violence**

Puis, survient l'éclatement. Le vent devient de plus en plus fort, le ciel est noir, menaçant, nous voyons les éclairs et entendons le tonnerre. Tu as peur, c'est la tempête. Une chicane éclate. Il y a des cris, des insultes, des pleurs. La personne que tu aimes, tel ton parent, peut même être violente envers toi. Tu as peur et tu ne sais plus quoi faire. Tu te sens seul.

La tempête se calme... La pluie diminue, les éclairs et le tonnerre cessent. Tu aperçois quelques rayons de soleil au loin. C'est la phase que l'on nomme justification. Le climat devient moins tendu, mais tu crains encore. L'autre devient plus calme. Il avoue s'être emporté, mais réussit à te faire croire que c'est de ta faute. Après tout, c'est toi qui l'as provoqué. Tu doutes de toi. Ceci est totalement faux, seule la personne violente est responsable de ses actes de violence.

**Lune de miel**

Finalement, le beau temps revient. Le ciel est bleu, le soleil brille et les oiseaux gazouillent. C'est le temps des promesses. La personne violente s'excuse, promet de ne plus recommencer. Elle fera tout pour que tu lui pardonnes. Cela te redonne confiance en l'autre et en votre relation. Tu espères que ce n'était qu'un événement isolé, qu'il ne se reproduira plus. Mais une fois le beau temps revenu, nous savons que nous ne sommes pas à l'abri d'une autre tempête.

Plus le pattern se reproduit, plus les lunes de miel sont courtes et plus la tension et les crises sont présentes et violentes.

**Collation****Fin de l'atelier**

## La tempête



Je me promène dans la forêt.  
Il fait chaud.  
Le soleil brille.  
Les oiseaux chantent.  
Je respire les fleurs sauvages.  
Je me sens bien.  
Je suis heureux.  
J'ai de la joie dans mon cœur.

Un vent doux me caresse dans le visage.  
Il me rafraîchit.  
Les branches des arbres me saluent tendrement.  
Je suis heureux dans mon cœur.



Soudain le vent se lève.  
Le beau ciel bleu devient de plus en plus gris.  
De gros nuages se forment.  
Et apportent avec eux une pluie fine.  
Je suis encore heureux dans mon cœur.

Le vent souffle de plus en plus fort.  
Au loin, j'aperçois des éclairs et j'entends gronder le tonnerre.  
J'ai froid.  
Et je suis inquiet...

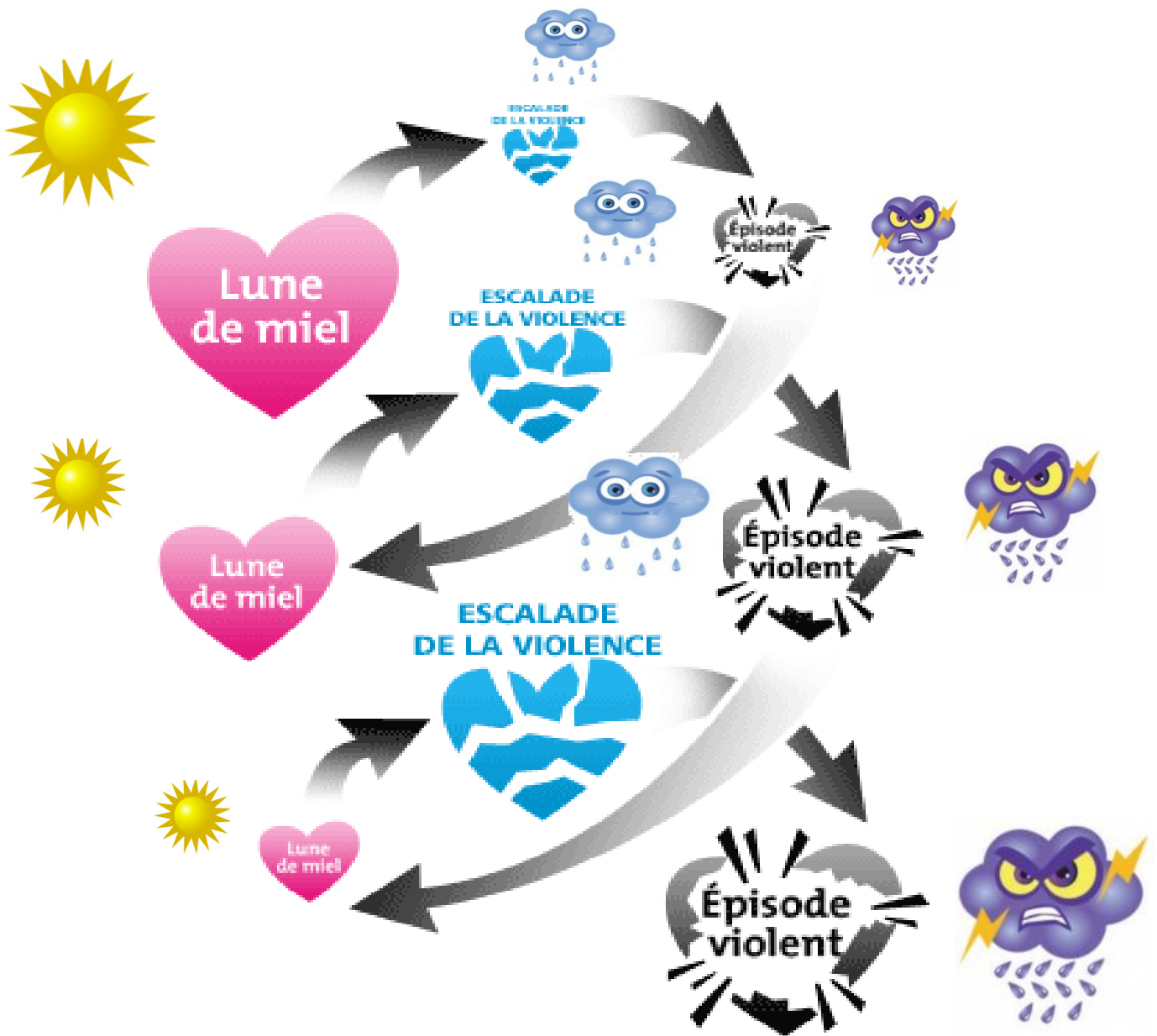


Le vent et la pluie se déchaînent.  
Les arbres s'agitent en tous sens.  
Leurs branches s'entrechoquent.  
Les éclairs illuminent le ciel.  
Le tonnerre gronde sans arrêt.  
Je me mets à l'abri.  
Je me protège.  
J'ai peur dans mon cœur...

Soudain, le calme revient.  
Les oiseaux chantent.  
Le soleil brille.  
Un arc-en-ciel se dessine au loin.  
Je retrouve la paix.  
Je retrouve la sécurité dans mon cœur.  
Je suis heureux, mais...



## Cycle de la violence



Source : Conçu par le service correctionnel du Canada dans « Briser le cycle de la violence », 1988. Adapté par une source inconnue. Nous avons ajouté les images de tempête pour expliquer le cycle aux enfants.



## OBJECTIF GÉNÉRAL

- 🕒 L'enfant identifie des mécanismes appropriés de protection.
- 🕒 L'enfant identifie une ou des personnes en qui il a confiance.
- 🕒 L'enfant identifie un ou des lieux physiques où il se sent en sécurité.
- 🕒 L'enfant identifie des actions à poser en cas de violence ou lors de conflits.

## CADRE THÉORIQUE

Le troisième thème abordé porte sur les scénarios de protection. Les notions liées à l'*empowerment* et la résilience sont alors utilisées comme cadre théorique.

Le concept d'*empowerment* est né aux États-Unis dans les années 1980. Les auteurs s'entendent pour dire que ce concept est difficile à circonscrire. Il existe plusieurs définitions, étant donné qu'il est utilisé dans plusieurs domaines d'intervention et de recherche. On le retrouve aussi sous diverses appellations, telles qu'*appropriation*, *autonomisation*, *habilitation* ou *pouvoir d'agir*. La notion de pouvoir d'agir proposé par Le Bossé (2003)<sup>11</sup> semble être la traduction qui est la plus retenue.

Tantôt considéré comme un but, un processus ou une approche, de façon générale, l'*empowerment* se définit comme un processus permettant aux individus, aux familles et aux

---

<sup>11</sup> Le Bossé, Y. (2003). De l'habilitation au pouvoir d'agir: vers une appréhension plus circonscrite de la notion d'empowerment. *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 16, n° 2, p. 30-51.

communautés de prendre pouvoir sur leur vie (Ouellet et al, 2000<sup>12</sup>), c'est-à-dire d'avoir plus de pouvoir d'action, de décision ou d'influence sur leur vie et leur environnement. L'*empowerment* s'adresse souvent aux personnes victimes d'inégalités sociales et par conséquent, sa portée vise un changement de société. Chaque individu, chaque communauté possède ainsi le potentiel, les ressources et les compétences qu'il ou qu'elle peut utiliser pour améliorer ses conditions de vie.

L'*empowerment* n'est pas une démarche nouvelle, puisque chacun l'applique dans sa vie au quotidien. Ninacs (2008<sup>13</sup>) a recensé à cet effet trois typologies d'*empowerment*, que voici :

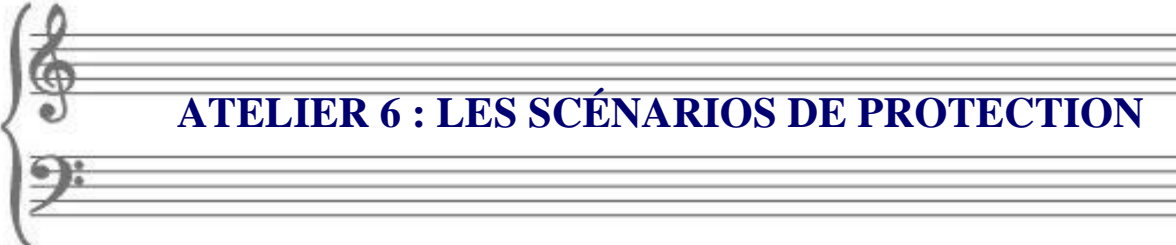
- *Empowerment individuel* : Il comporte quatre composantes essentielles, soit la participation, la compétence, l'estime de soi et la conscience critique. Ces composantes permettent à l'individu d'être capable d'agir en fonction de ses choix.
- *Empowerment communautaire* : Il renvoie à un état où la communauté est capable d'agir en fonction de ses choix, tout en favorisant le développement de ce pouvoir chez ses membres. La participation, les compétences, la communication et le capital communautaire sont les éléments interpellés par ce type d'*empowerment*. L'*empowerment* individuel contribue aussi à la réalisation de ce dernier.
- *Empowerment organisationnel* : Il s'accomplit à l'aide de la participation, des compétences, de la reconnaissance et de la conscience critique. C'est à ce niveau que l'*empowerment* individuel et l'*empowerment* communautaire se réalisent et agissent comme levier de changement.

Une approche basée sur l'*empowerment* propose des pistes de solutions intéressantes. Les enfants victimes de violence, en identifiant des scénarios appropriés de protection, peuvent reprendre du pouvoir sur leur vie et ainsi, se protéger. Reprendre « pouvoir », aussi petit soit-il, permet aux enfants d'augmenter leur sentiment d'efficacité personnelle et par le fait même, contribue à développer leur résilience.

---




<sup>12</sup> Ouellet, F., René, J.-F., Durand, D., Dufour, R. et Garon, S. (2000). Intervention en soutien à l'*empowerment*. Dans Naître égaux – Grandir en santé. *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 13, n° 1, p. 85-102.

<sup>13</sup> Ninacs, W. A. (2008). *Empowerment et intervention : Développement de la capacité d'agir et de la solidarité*. Québec : Presses de l'Université de Laval.



## ATELIER 6 : LES SCÉNARIOS DE PROTECTION

### OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

-  L'enfant sait et comprend qu'il n'est pas responsable de la violence vécue.
-  L'enfant identifie une ou des personnes en qui il a confiance.
-  L'enfant identifie un ou des lieux physiques où il se sent en sécurité.

### MATÉRIEL D'ANIMATION

- Feuille d'exercice « Quand on se chicane à la maison »
- Un téléphone



### DÉROULEMENT

#### Accueil

**Retour sur les apprentissages faits** : retour sur les notions vues lors de la dernière rencontre. Entre autres, il s'agit de se rappeler de la définition de la violence, des formes de violence (verbale et physique), de la tempête et du cycle de violence.

**Objectifs de la rencontre** : rappel des objectifs.

#### Activités suggérées

##### **Mon plan de maison**



- Tout d'abord, il est important de préciser qu'au cours de cet exercice, les animateurs interagissent avec les enfants, afin qu'ils verbalisent leur histoire de violence et amorcent leurs scénarios de protection.

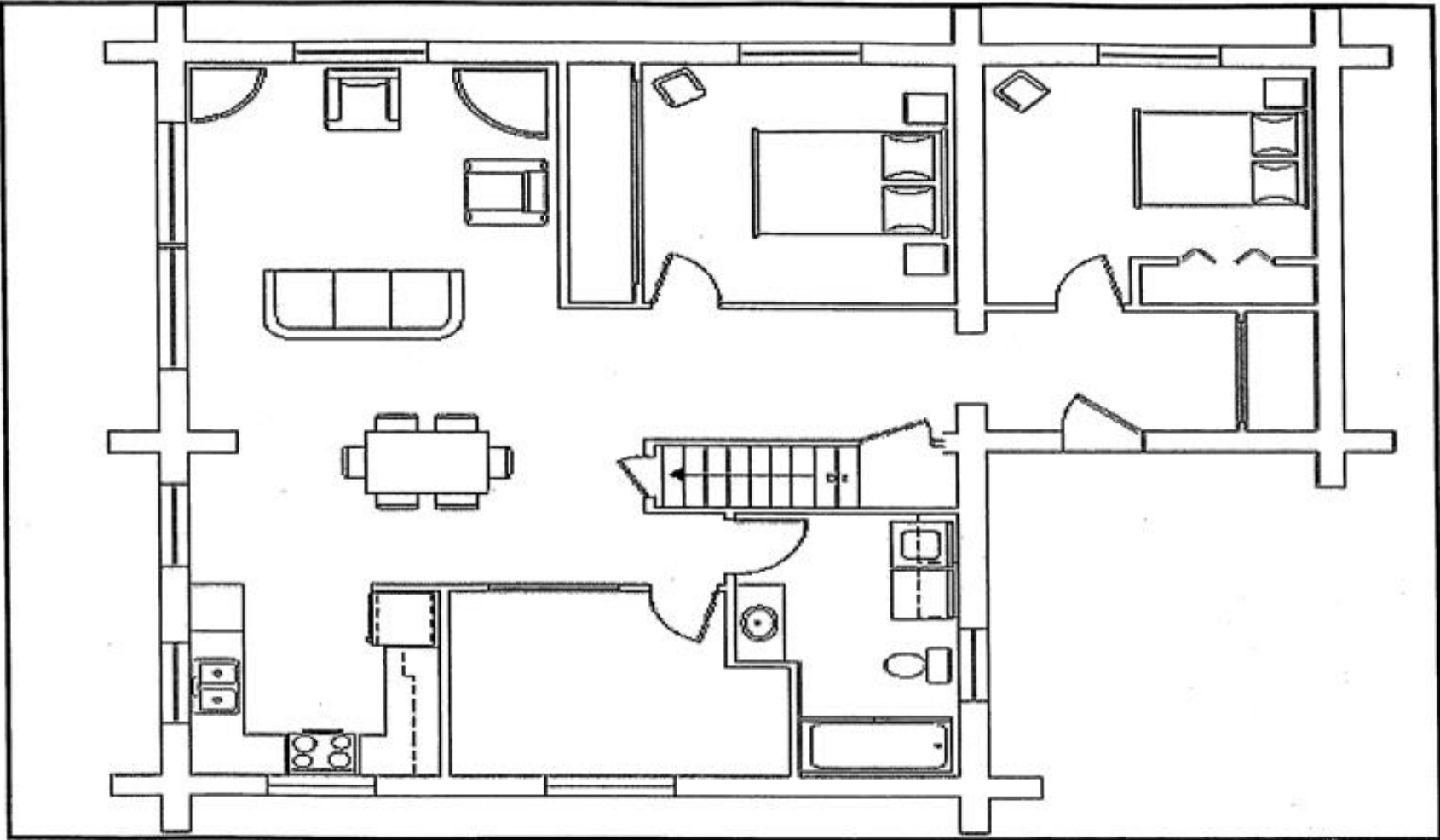
- On débute cette activité en présentant aux enfants le plan de leur maison. L'animateur remet à chaque enfant la feuille d'exercice « Quand on se chicane à la maison ». Il explique qu'il s'agit de leur plan de maison et que la feuille d'exercice doit être conforme à leur maison à eux. On regarde ensemble les pièces qu'on y retrouve et on demande aux enfants s'il en manque. Si tel est le cas, on les invite à les dessiner.
- Puis, l'animateur demande aux enfants de faire un « X » en rouge sur les pièces où se passe la violence (passé ou présente). On peut poser diverses questions, telles que : comment c'était? Raconte-moi, qui était présent? On se sent comment lorsqu'il y a des conflits? De la violence? Etc. On leur demande de quoi ils ont peur (J'ai peur que...) et de le noter.
- On enchaîne peu à peu avec l'identification de **scénarios de protection**. L'animateur demande aux enfants d'identifier l'endroit dans la maison où ils se sentent en sécurité et d'encadrer ce ou ces lieux en **bleu**. On demande aux enfants comment ils se sentent lorsqu'ils sont à ces endroits. On peut aussi regarder avec eux s'il y a un autre endroit qu'ils pourraient identifier pour se sentir en sécurité.
- L'animateur demande aux enfants s'il y a des téléphones dans la maison et à quel endroit ils sont localisés. Les enfants les dessinent sur leur plan de maison. On poursuit en leur demandant s'ils connaissent le 911 et s'ils savent le composer. Au besoin, on fait un exercice fictif avec les enfants, à l'aide d'un téléphone. On discute des situations qui nous amèneraient à faire le 911.
- On leur demande ensuite s'ils connaissent le numéro d'une personne de confiance qui pourrait leur venir en aide, en cas de danger. Les enfants nomment le prénom de cette personne et son numéro de téléphone. On prend le temps de l'inscrire sur notre plan de maison.
- Puis, on vérifie si les enfants connaissent une personne vivant à proximité qui pourrait leur venir en aide. On identifie cette personne.
- L'animateur poursuit avec les questions suivantes, tout en demandant aux enfants de noter les réponses sur leur plan de maison :. – Je voudrais qu'il arrive quoi? - J'aimerais dire quoi? (à la personne violente, à la personne qui sait que je suis victime), – Je pense quoi? – J'espère quoi? – Je rêve à...?

- À la fin de l'exercice, on révise notre plan de maison et les mécanismes appropriés de protection identifiés. On demande aux enfants de nous expliquer ce qu'ils peuvent faire en cas de danger et en présence de conflits.
- Fin de l'activité : remise de la note.

### **Collation**



### **Fin de l'atelier**

Quand on se chicane à la maison





## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

-  L'enfant identifie des actions à poser en cas de violence ou lors de conflits.
-  L'enfant identifie son réseau de soutien.

## MATÉRIEL D'ANIMATION

- Feuilles des bonnes et mauvaises solutions
- Cartons indiquant « bonnes » et « mauvaises » solutions
- Feuille d'exercice « Bonnes et mauvaises solutions »
- Feuille d'exercice « Ma fanfare »

## DÉROULEMENT

### Accueil

**Retour sur les apprentissages faits** : retour sur les notions vues lors de la dernière rencontre. Entre autres, il s'agit de se rappeler de notre plan de maison et des mécanismes de protection identifiés.

**Objectifs de la rencontre** : rappel des objectifs.

### Activités suggérées

#### **Les bonnes et les mauvaises solutions**



- L'animateur explique aux enfants que lorsqu'il y a de la violence, il nous est possible de poser des actions pour se protéger : certaines sont de bonnes solutions et d'autres sont de mauvaises solutions.

- L'animateur pose deux cartons : l'un indiquant « bonnes solutions » et l'autre « mauvaises solutions ». Il indique ensuite aux enfants qu'ils verront ensemble une banque de solutions et que ceux-ci devront les classer dans la bonne catégorie. Certaines solutions peuvent susciter un questionnement et des opinions différentes. Il est important de prendre le temps d'en discuter.
- Voici la liste des solutions présentées :

### Bonnes solutions

- Sortir et aller prendre une marche
- Aller visiter un ami ou ma tante préférée
- Partager mes sentiments avec ma sœur ou mon frère
- Appeler la police (9-1-1)
- Écrire
- Aller faire un tour en bicyclette
- Faire une thérapie, obtenir de l'aide
- Me réfugier chez quelqu'un
- Le dire à ma travailleuse sociale
- Se cacher, téléphoner à d'autres ressources (personne de confiance, CJO, police)
- Jouer avec mon frère ou ma sœur
- Écouter de la musique ou la télévision
- Lire un livre
- Changer de pièce dans la maison
- Jouer à un jeu vidéo
- En parler à quelqu'un en qui j'ai confiance
- **Papa et maman se séparent**
- **Retrait temporaire des enfants**

### Mauvaises solutions

- Me sentir responsable et coupable
- M'inquiéter
- Me casser la tête pour trouver des solutions
- Frapper et utiliser la violence
- Essayer d'intervenir
- Garder le silence



- L'animateur s'assure de garder les éléments suivants : **séparation des parents** et **retrait de l'enfant** pour la fin, afin de discuter et d'échanger sur ces solutions. Elles peuvent provoquer des réactions, certains enfants les identifient comme de mauvaises solutions. Un recadrage est alors nécessaire.
- Il demande ensuite à chaque enfant de repérer trois à cinq bonnes solutions qu'il utilise. Les enfants partagent leurs solutions en grand groupe.
- Il leur demande aussi d'identifier une nouvelle solution (jamais essayé), au cas où leurs solutions ne fonctionnent pas.

- L'animateur distribue la feuille d'exercice « Bonnes et mauvaises solutions » et demande aux enfants de noter les solutions qu'ils utilisent ainsi que la nouvelle qu'ils ont identifiée.
- Fin d'activité : remise de la note.

### **Ma fanfare**



- L'activité proposée vise à identifier le **réseau de soutien des enfants**. Il s'agit d'une bonne solution pour briser le silence et le cycle de la violence.
- L'animateur remet la feuille d'exercice « Ma fanfare » à chaque enfant et leur demande d'identifier les personnes qui peuvent leur venir en aide en cas de besoin. On identifie notre famille immédiate, notre famille élargie, nos amis (adultes), nos amis (enfants) ou toute autre personne de confiance.
- Une fois complétée, les enfants présentent au groupe leur fanfare personnelle.
- Les enfants peuvent par la suite colorier leur fanfare.
- Fin de l'activité : remise de la note.

### **Collation**

### **Fin de l'atelier**



## Feuillet d'exercice « Bonnes et mauvaises solutions »

### Les bonnes solutions

- Aller visiter un ami ou ma tante préférée.
- Aller faire un tour en vélo.
- Sortir et aller prendre une marche.
- Partager mes sentiments avec ma sœur ou mon frère.
- Écrire ou dessiner.
- Jouer à un jeu vidéo.
- Lire un livre ou dessiner.
- Écouter de la musique ou la télé.
- Jouer avec mon frère ou ma sœur.
- Faire une thérapie, obtenir de l'aide.
- Le dire à ma travailleuse sociale.
- Papa et maman se séparent.
- En parler à quelqu'un en qui j'ai confiance.
- Retrait temporaire des enfants.

### Quand j'ai besoin d'être protégé immédiatement :

- Appeler la police (9-1-1).
- Me cacher, téléphoner à d'autres ressources (Tel-jeune, Jeunesse-j'écoute, CJO).
- Appeler un adulte de confiance.
- Changer de pièce dans la maison.
- Me réfugier chez quelqu'un.

### Les mauvaises solutions

- Me sentir responsable et coupable
- M'inquiéter
- Me casser la tête pour trouver des solutions
- Frapper et utiliser la violence
- Essayer d'intervenir
- Garder le silence

Et toi, quelles sont tes solutions?

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

Feuillet d'exercice « Ma fanfare »



# MA FANFARE

Ma famille

Mes amis (de mon âge)

Mes amis (adultes)


Autres





## ATELIER 8 : LES MOYENS POUR PRENDRE SOIN DE SOI

### OBJECTIF SPÉCIFIQUE

-  L'enfant identifie des sources de bien-être pour lui.

### MATÉRIEL D'ANIMATION

- Histoire de Claude
- Livre « Le conte chaud et doux des chaudoudoux »
- Sacs avec des « chaudoudoux » et des « froids-piquants »
- Feuille d'exercice « Mes chaudoudoux »
- Liste de suggestions de chaudoudoux.

### DÉROULEMENT

#### Accueil

**Retour sur les apprentissages faits** : retour sur les notions vues lors des dernières rencontres. Entre autres, il s'agit de réviser les notions sur la violence : définition, formes, cycle de violence, mécanismes de protection.



Pour consolider les mécanismes appropriés de protection, nous vous suggérons d'animer une activité de type « courrier du cœur » où l'histoire de Claude sera partagée avec les enfants, afin que ces derniers réfléchissent sur les conseils à lui donner (voir Histoire de Claude).

**Objectifs de la rencontre** : rappel des objectifs.

## Activités suggérées

### 🎵 Le conte chaud et doux des chaudoudoux



- Le conte chaud et doux des chaudoudoux est une activité qui vise à expliquer aux enfants que certains gestes agréables peuvent nous rendre joyeux (des chaudoudoux) alors que d'autres gestes moins agréables (des froids-piquants) nous rendent tristes, apeurés ou en colère. Claude Steiner est l'auteur de ce conte. Il est disponible sur Internet à l'adresse suivante : <http://www.claudesteiner.com/fuzzyfr.htm>.
- L'animateur fait la lecture du « Conte chaud et doux des chaudoudoux ».
- Au cours de la lecture, il fait toucher aux enfants des « chaudoudoux » et des « froids-piquants » qu'il a cachés dans des sacs différents. On peut utiliser de la ouate pour les « chaudoudoux » et un fruit dans lequel des cure-dents ont été insérés pour les « froids-piquants ». L'animateur utilise ce moyen afin que les enfants puissent toucher et ressentir la différence entre un « chaudoudoux » et un « froid-piquant ». On cherche aussi à y mettre un brin d'humour.
- Par la suite, l'animateur fait un retour sur l'histoire avec les enfants. Il leur demande d'identifier les émotions vécues par les « chaudoudoux » et les « froids-piquants ». Il les invite à partager une situation qui leur a fait vivre réconfort et bien-être, tel un chaudoudoux.



### 🎵 Mes chaudoudoux



- L'animateur demande aux enfants d'identifier les chaudoudoux qui leur apportent un sentiment de réconfort et de bien-être. Il peut s'agir d'un objet, d'une activité, d'un geste posé par une personne, etc. À tour de rôle, les enfants partagent leurs chaudoudoux. Les animateurs participent également afin de démontrer que ce sont parfois de choses simples que l'on retrouve dans notre quotidien (écouter un film en mangeant du popcorn, mettre son pyjama, prendre une marche, avoir un câlin, etc.) qui nous procurent de tels sentiments.
- L'animateur fait la lecture de la liste de chaudoudoux qui ont été inscrits sur une affiche. On peut aussi demander aux enfants de les lire.

- La feuille d'exercice « Mes chaudoudoux à moi » est remise aux enfants et ceux-ci y indiquent leurs chaudoudoux. On les partage par la suite en groupe.
- Fin de l'activité : remise de la note.



## Collation

## Fin de l'atelier

# Histoire de Claude

### Contexte

L'histoire de Claude est exposée aux enfants comme une situation réelle et vécue par un enfant qui a un suivi individuel avec l'un des animateurs du groupe. L'animateur a informé Claude de l'existence du groupe d'enfants. Ce dernier est d'accord pour que sa situation soit présentée aux enfants afin de recevoir de l'aide pour se protéger.

L'histoire sert de déclencheur pour amener les enfants à réfléchir, à questionner et à intégrer des mécanismes de protection dans une situation de violence conjugale. Elle permet aussi de développer l'entraide entre les enfants qui vivent des situations semblables.

### L'histoire

Claude est un garçon de 9 ans. Il a une sœur de 6 ans. Ils vivent en appartement avec leur père et leur mère.

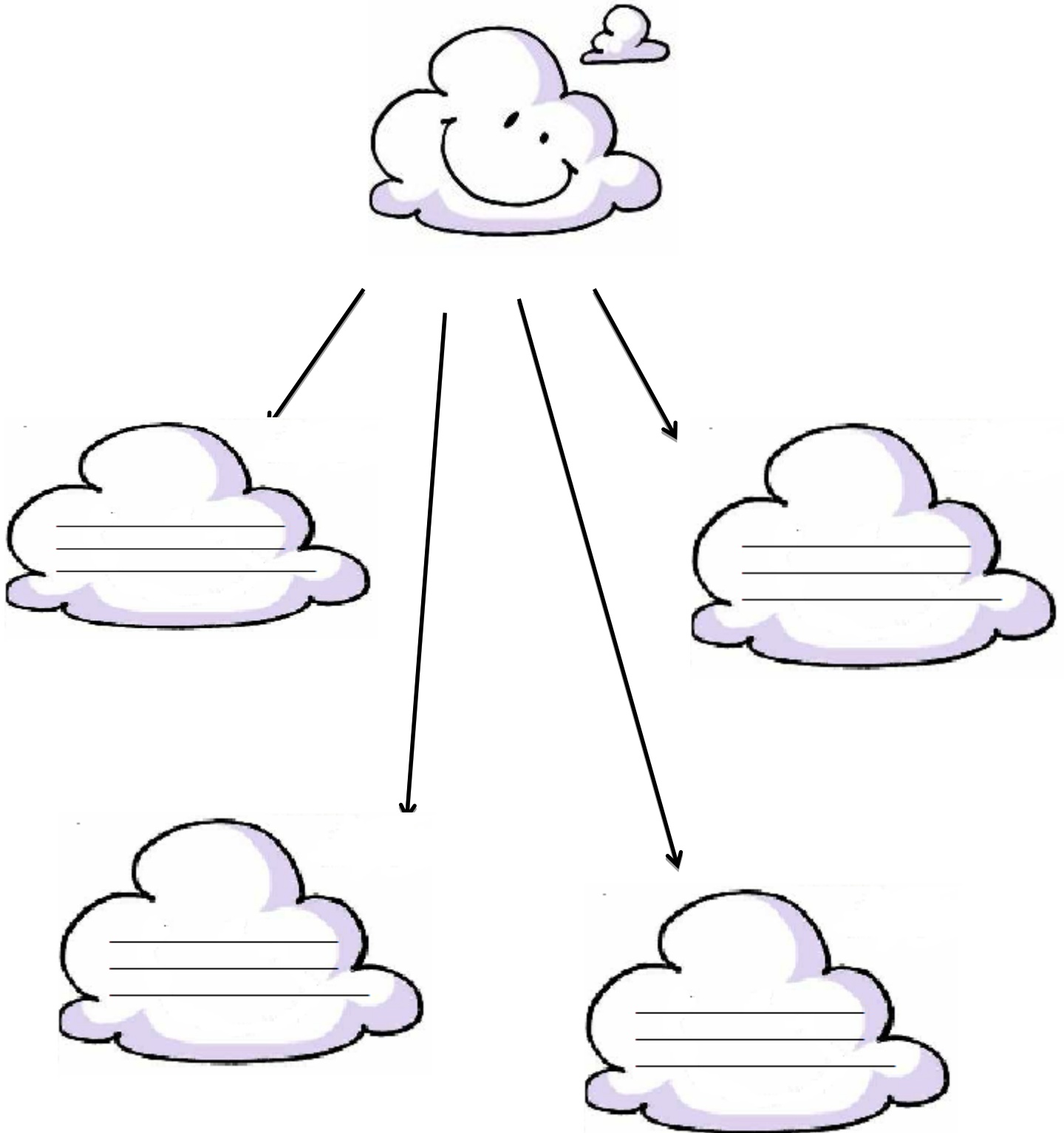
Les parents de Claude se chicanent souvent. Le ton de voix monte facilement; ils en viennent à crier très fort. Depuis quelques mois, il arrive que son père lance des objets, bouscule et va même jusqu'à frapper sa mère lorsqu'il est en colère.

Claude est inquiet. Il trouve difficile que les deux personnes qu'il aime le plus en viennent à se frapper. Pendant les chicanes, il craint que sa mère soit blessée et il a aussi très peur pour sa sœur et pour lui.

Il se demande ce qu'il peut faire...

Source : Delisle, R., Côté, I. et Le May, F. (2004). Ensemble...On découvre : Guide d'intervention de groupe auprès des enfants exposés à la violence conjugale et de leurs mères, Québec : CLSC Sainte-Foy-Sillery.

### Feuillet d'exercice « Mes chaudoudoux »



## Exemples de chaudoudoux



Des mots gentils  
De belles caresses  
De beaux becs  
Se faire peigner les cheveux  
Des petites attentions  
Des petites surprises  
Prendre un bain mousse  
Un massage  
Préparer mon repas favori  
Des petits cadeaux  
Aller au cinéma  
Faire des sports en famille  
Aller magasiner  
Jouer dehors  
Aller au restaurant  
M'aider à faire mes devoirs  
Écouter la télé  
Des fêtes de famille  
Faire un voyage



## OBJECTIF SPÉCIFIQUE

- 🎭 L'enfant revoit l'ensemble des notions vues dans le groupe, à la fois les émotions, les types de violence, le cycle de la violence, les bonnes et les mauvaises solutions, etc.

## MATÉRIEL D'ANIMATION

- Téléviseur et lecteur DVD
- DVD du Petit Castor, disque 3, épisode 20 : « La dynastie de Rotonovitch »
- Feuille d'exercice « Le Petit Castor »
- Feuille d'évaluation du groupe

## DÉROULEMENT

### Accueil

**Retour sur les apprentissages faits** : retour sur les notions vues lors des dernières rencontres. Entre autres, il s'agit de réviser les notions sur la violence, les mécanismes de protection et les moyens pour prendre soin de soi (chaudoudoux). On revient aussi sur la situation de Claude qui les remercie pour leur aide.

**Objectif de la rencontre** : rappel des objectifs.


### Activités suggérées

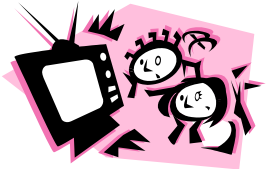
🎵 **Le petit Castor**



- L'animateur explique aux enfants que nous visionnerons un film qui nous permettra de réviser l'ensemble des notions apprises au fil des rencontres. Il est alors important de se rappeler ce qu'est la violence, qui est l'agresseur, qui est la victime, quelles sont

les formes de violence observées, d'être capable d'en donner des exemples, quels sont les moyens utilisés pour résoudre la situation.

- Il explique qu'après le visionnement du film, nous répondrons aux questions suivantes, questions qu'il prend le temps de lire à haute voix :
  - Que vivent les habitants de Clairefontaine?
  - Qui était la personne qui avait des comportements violents?
  - Qui était victime?
  - Quelles sont les formes de violence que vous avez observées? Donner des exemples du film.
  - Quels sentiments ont vécus les habitants de Clairefontaine?
  - Quelles solutions ont été utilisées et comment les habitants se sentent-ils?
  - Quelles solutions auriez-vous pu utiliser?
  - Qu'est-ce qui vous a le plus marqué ou qu'avez-vous retenu?
  - Si vous êtes exposés à la violence, qu'est-ce que vous pourriez faire et qu'est-ce que vos parents pourraient faire?
- Le groupe visionne l'épisode Le Petit Castor. 
- Des grignotines sont offertes aux enfants.



### Les questions...



- L'animateur reprend les questions lues précédemment. Il les relie une à la fois et demande aux enfants d'y répondre. Les enfants inscrivent leur réponse sur la feuille d'exercice « Le Petit Castor ». On procède ainsi jusqu'à ce que toutes les questions soient répondues. Il est également possible d'y apporter une variante : l'animateur lit la question et laisse les enfants y répondre individuellement sur leur feuille d'exercice. Une fois complété, on les révisé en groupe.
- On termine par un échange sur la violence, sur la façon de cesser le cycle de la violence (en parler à une personne de confiance, téléphoner la police, aller chercher de l'aide, etc.) et sur les mécanismes de protection.
- Il est essentiel de terminer l'atelier sur une note positive, sur des solutions à la portée des enfants.

- Fin de l'atelier : remise de la note. Notre harmonie est complétée. On souligne le beau travail des enfants et les efforts qu'ils y ont consacrés.



### Évaluation du groupe



- L'animateur remet une feuille d'évaluation du groupe à chacun des enfants. L'animateur accompagne l'enfant dans cette démarche : lecture, explications, etc. Les feuilles d'évaluation sont par la suite ramassées pour faire le bilan du groupe.

### Collation

**Fin de l'atelier :** En terminant ce dernier atelier, l'animateur explique aux enfants que la prochaine rencontre se déroulera en présence de leurs parents, parents d'accueil ou toute autre personne significative. Leur intervenant responsable est également invité à cette rencontre. L'animateur précise que lors de cette rencontre, les enfants expliqueront à leurs parents et leur intervenant ce qu'ils ont appris au cours du groupe *Mon Harmonie*. Ils pourront faire ce partage avec l'aide des affiches et de leur cahier du participant. On les avise qu'il s'agit d'un moment de « Partage et de Célébration » et que nous prendrons aussi le temps de souligner leur beau travail.



La rencontre « Partage et Célébration » est un moment privilégié du groupe *Mon Harmonie*. Les enfants participants y sont accompagnés de leurs parents, de leurs parents d'accueil ou de toute autre personne significative. Cette rencontre a pour **but** de **permettre aux enfants d'expliquer à leurs parents et à leur intervenant responsable ce qu'ils ont appris au fil des rencontres du groupe**. C'est aussi une occasion pour **renforcer l'estime de soi des enfants**, en soulignant leurs efforts et le travail accompli.

Avant l'arrivée des participants, l'animateur appose sur les murs du local tout le matériel qui a été utilisé comme soutien visuel. Il affiche également les silhouettes des enfants ainsi que les photos prises des enfants.

## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- 🎭 L'enfant explique à son parent les notions apprises au cours du groupe *Mon Harmonie*.
- 🎭 Le parent permet à son enfant de s'exprimer sur la violence vécue et prend connaissance des acquis que celui-ci a faits.

## MATÉRIEL D'ANIMATION

- Tout le matériel affiché durant les ateliers
- Les silhouettes des enfants
- Les photos prises à l'atelier 2
- Les cahiers du participant
- Cartons « *Pop Quiz* »
- Certificats
- Des chaudoudoux en guise de cadeaux
- Un léger goûter, dont un gâteau

## DÉROULEMENT

### Accueil

Lors de la période d'accueil, en sus d'accueillir les enfants et leurs parents, tel que décrit au départ, les animateurs prendront le temps de se présenter à nouveau ainsi que remercier chacun de leur présence. On invitera les participants, enfants, parents et intervenants, également à se présenter à tour de rôle.

**Objectifs spécifiques à la rencontre** : rappel des objectifs.

On précise également le déroulement de la rencontre : brise-glace, activité « *Pop Quiz* », le moment « Partage et Célébration ».

Un animateur procède à l'animation du brise-glace. On utilise le brise-glace qui n'a pas fait l'objet de notre animation lors de la rencontre pré-groupe.



#### **Brise-glace n° 1 : Jeu du dé (15 minutes)**

Au préalable, l'animateur a inscrit six questions sur un chevalet de présentation. Ces questions portent sur les goûts et intérêts des enfants et des parents. Par exemple : Quel est ton met préféré? Ta couleur favorite? Ton idole? Ton animal préféré? L'activité que tu aimes le plus faire? Ton rêve le plus fou? etc. Il s'assure de les numéroter de 1 à 6. Puis, à tour de rôle, enfants et parents brassent le dé et répondront à la question du chiffre obtenu. Les animateurs sont également invités à faire cette activité.

#### **Brise-glace n° 2 : Banque d'images (15 minutes)**

L'animateur expose diverses images sur la table ou autre endroit à la vue des enfants et des parents. Il les invite à se choisir une image qui les représente. Puis, à tour de rôle, chacun présente l'image qu'il a choisie et ce qu'elle représente pour lui. Les animateurs sont également invités à faire cette activité.

## Activités suggérées

### Le Pop Quiz



- L'animateur utilise une variété de questions rédigées sur des cartons. Ces questions portent sur l'ensemble des ateliers et permettent de réviser le contenu du groupe. En voici quelques exemples : nomme trois de tes qualités. Qu'est-ce qu'un sentiment? Qu'est-ce que la violence pour toi? Donne deux exemples de violence verbale, donne deux exemples de violence physique, que peux-tu faire en cas de violence? Qui fait partie de ta fanfare? Qu'est-ce qu'un « chaudoudoux »? etc. **(Liste complète à joindre)**
- À tour de rôle, les enfants pigent une question et doivent y répondre. On procède ainsi jusqu'à ce que toutes les questions aient été épuisées. Au besoin, l'animateur et les autres enfants du groupe peuvent aider l'enfant à répondre à sa question s'il éprouve des difficultés.

### Moment « Partage et Célébration »



- Ce moment  **vise à renforcer les enfants dans leur sentiment d'accomplissement personnel**, et ce, en présence des personnes significatives de leur vie.
- L'animateur invite les enfants, un par un, à l'avant afin de recevoir son certificat et son cahier du participant. Il remet aussi à l'enfant un chaudoudoux (un toutou), afin que celui-ci se rappelle de prendre soin de lui, en s'offrant des petits plaisirs qui lui procurent réconfort et bien-être.
- Il félicite les enfants du beau travail qu'ils ont accompli, les remercie d'avoir participé activement et contribué au plaisir vécu.
- L'animateur invite par la suite les enfants à expliquer le contenu de son cahier du participant à ses parents et son intervenant ainsi qu'à faire une tournée des affiches apposées aux murs.
- Il invite également les enfants, les parents et les intervenants à prendre part au goûter.

## Fin du groupe



