

7 FACTEURS DE PROTECTION ENCOURAGEANT LA RÉSILIENCE DES ENFANTS

Les enfants exposés à la violence conjugale (VC) vivent la violence et y réagissent de différentes façons. Malgré les difficultés, nombre d'entre eux font montre de bien-être et d'ajustement positif. De nouvelles recherches confirment que certains facteurs de protection favorisent la résilience des enfants et montrent comment ces facteurs peuvent renforcer les efforts de prévention et d'intervention à l'égard des enfants et de leur famille.

Ce document expose plusieurs facteurs de protection prometteurs pour les enfants, leur famille et leur communauté.

1 PRÉSENCE D'UN ADULTE AIMANT ET PROTECTEUR

Les recherches indiquent que la présence d'au moins un adulte aimant, fiable et protecteur constitue le facteur le plus répandu pour surmonter l'adversité chez les enfants.¹

Il s'agit habituellement d'un parent, mais cet adulte peut également être une grand-mère, un parrain, une entraîneuse, un enseignant ou une voisine.

Les enfants sont gagnants lorsque nous reconnaissons l'importance des liens qui les nourrissent et les protègent et que nous entretenons ces liens.



2 PERCEPTIONS POSITIVES DE SOI

Les perceptions de soi désignent ce que les enfants pensent d'eux-mêmes, de leurs compétences, de leurs capacités et de leur sentiment de contrôle.²

Par exemple, les enfants qui s'estiment capables d'accomplir certaines tâches peuvent être plus optimistes, moins anxieux et plus persévérants pour y parvenir.

Les perceptions positives de soi peuvent être nourries en valorisant les efforts des enfants, mais aussi en les aidant à déterminer des buts à court terme et à tirer des enseignements de leurs échecs.

3 CAPACITÉ À S'AUTO-RÉGULER

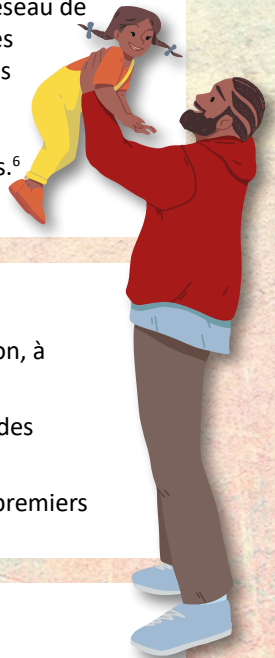
Ces compétences permettent aux enfants de gérer leurs pensées, émotions et comportements lorsqu'ils se sentent dépassés, anxieux ou en colère.³

L'« échafaudage » est une approche employée pour aider les enfants à s'auto-réguler en composant étape par étape avec des situations difficiles, jusqu'à ce qu'ils parviennent à maîtriser ces défis par eux-mêmes.⁴

4 LIENS AVEC LA FOI ET LA CULTURE

Les enfants impliqués dans des groupes culturels ou religieux peuvent être mieux placés pour surmonter les écueils.⁵

Les enfants bénéficient du soutien d'un réseau de personnes qui partagent des valeurs et des croyances similaires. De plus, les messages positifs avancés par les traditions spirituelles, culturelles ou religieuses peuvent les aider à traverser les difficultés.⁶



5 COMPÉTENCES PARENTALES

Les compétences parentales comprennent la capacité à subvenir aux besoins de l'enfant, à exprimer de l'affection, à soutenir l'enfant et à établir de solides liens avec lui.⁷

Les recherches montrent que les compétences parentales ont un effet positif sur l'avenir des enfants exposés à des circonstances défavorables et à des traumatismes.⁸

Lorsque nous travaillons avec les parents pour améliorer leurs compétences parentales, les enfants en sont les premiers bénéficiaires.

6 BIEN-ÊTRE DE LA MÈRE

Les enfants dont la mère a une disposition d'esprit positive démontrent plus de résilience et obtiennent de meilleurs résultats que d'autres jeunes exposés à des circonstances défavorables.⁹

La promotion de la santé et du bien-être des mères constitue un moyen important de soutenir les enfants.

7 ENVIRONNEMENT SCOLAIRE POSITIF

Les écoles peuvent aider les enfants à croire en leur capacité de réussir et leur fournir les outils intellectuels et émotifs pour y parvenir.¹⁰

La santé mentale et le bien-être des enfants peuvent être renforcés lorsque les écoles intègrent l'apprentissage socioaffectif ou les approches tenant compte des traumatismes dans les salles de classe, ainsi que dans les services d'aide et autres services.



La réaction d'un enfant à ces facteurs protecteurs, par exemple en cas de violence relationnelle et structurelle, repose sur l'interaction de nombreuses influences relatives à cet enfant, à sa famille et à la collectivité dans son ensemble. La promotion de ces facteurs de protection peut contribuer à consolider la résilience des enfants et favoriser leur bien-être et leur santé.

Nous vous suggérons également les ressources suivantes :

- [From Best Practices to Breakthrough Impacts \(en anglais\)](#)
- [The Science of Resilience \(en anglais\)](#)
- [Supportive Relationships and Active Skill-Building Strengthen the Foundations of Resilience \(en anglais\)](#)

Pour la liste complète des références, voir la version en texte brut sur notre site Web : <http://www.vawlearningnetwork.ca/our-work/infographics/protectivefactors/index.html>