

Guide pour les parents et les aidants

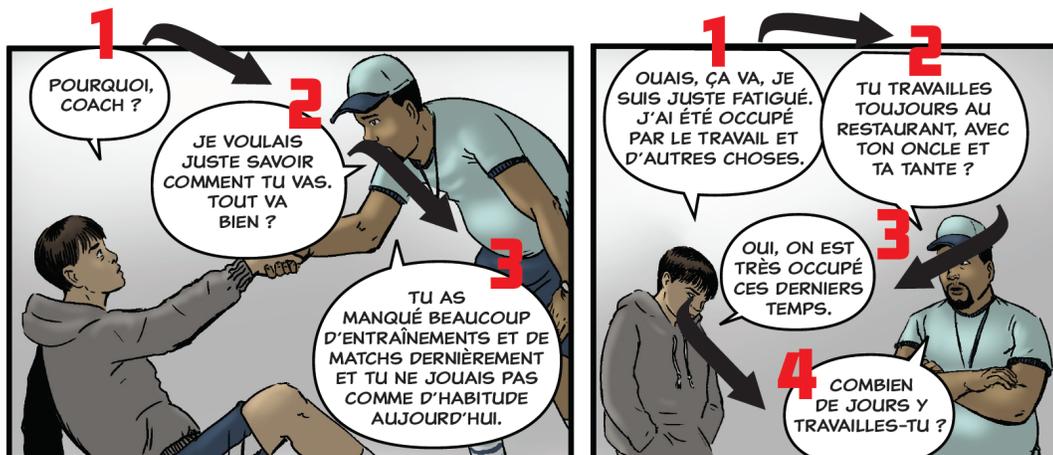
Les *Documents pour jeunes rescapés* s'adressent aux mineurs âgés de 12 à 18 ans qui ont été victimes de la traite des personnes à des fins sexuelles ou de travail, afin de les informer et de les aider à s'orienter dans le système judiciaire. Ces documents, financés par le bureau pour les victimes de crimes, l'*Office for Victims of Crime (OVC)* des États-Unis, ont été créés avec l'aide de personnes ayant vécu des expériences similaires, ainsi que d'experts travaillant dans le domaine de la lutte contre la traite des personnes. Ces documents se veulent accessibles au plus grand nombre, mais il est important de reconnaître que chaque personne a une expérience unique de la traite des personnes et du système judiciaire, et que tous les éléments de ces documents ne seront pas nécessairement pertinents pour chaque jeune, chaque aidant ou chaque communauté. En tant qu'aidant, nous vous encourageons à discuter des similitudes et des différences entre l'expérience de votre enfant et la situation présentée dans les documents, qu'il s'agisse des détails de l'affaire, des personnes concernées ou du contexte culturel et communautaire local.

Comment lire les documents

Les documents comprennent trois courtes bandes dessinées (*L'histoire de Sergio*, *L'histoire de Zoé* et *L'histoire de Jamie*), ainsi qu'un livret d'accompagnement intitulé *Que va-t-il se passer ?* qui traite des droits, des rôles et des obligations dans le système judiciaire.

Comme tout le monde ne connaît pas bien les bandes dessinées, il peut être utile d'en expliquer le format à votre enfant avant de commencer la lecture.

- Les bandes dessinées se composent de différentes cases ou vignettes. Chaque case comprend un dessin encadré la séparant des autres. Ces cases se lisent de gauche à droite, comme un livre traditionnel, puis de haut en bas. Voici un exemple de deux cases de *L'histoire de Sergio*.
- Les bulles se lisent généralement de gauche à droite, puis de haut en bas, le cas échéant.
- Certaines bandes dessinées utilisent des couleurs et des repères temporels différents pour indiquer les scènes de flash-back, lorsque le récit passe du présent à un événement qui s'est produit dans le passé.



Comment utiliser les documents

Il est extrêmement important que votre enfant se sente soutenu(e) pendant cette période stressante. Lire ces documents ensemble est un bon moyen pour vous et votre enfant de vous rapprocher et de parler de ce qui s'est passé, et d'en apprendre davantage sur les processus judiciaires. Si certains points des documents ne sont pas clairs, demandez à un avocat (ou à la personne qui vous a remis les documents) de vous les expliquer, afin de vous sentir à l'aise pour les lire avec votre enfant.

- Nous vous recommandons de lire les documents avant de les parcourir avec votre enfant. Si votre enfant a des difficultés à lire, vous ou une personne s'occupant de son cas, comme un psychothérapeute ou un défenseur, pouvez lire les documents avec lui ou elle.
- Quel que soit l'âge de votre enfant, vous jouez un rôle crucial en l'aidant à comprendre ce qu'il ou elle lit et en lui apportant un soutien émotionnel.
- Les documents peuvent se lire d'un bout à l'autre en une seule fois, ou différentes sections peuvent servir à différents moments, en fonction de l'âge de votre enfant, de la situation de votre famille et de ce qu'il ou elle ressent. Il est également utile de consulter la brochure *Que va-t-il se passer ?* pour des informations complémentaires et des explications sur les différents termes employés dans les histoires.
- Dans chaque histoire, vous trouverez des activités à faire pendant la lecture. Encouragez votre enfant à essayer de les faire, car elles lui apprennent des techniques d'adaptation qui peuvent l'aider (et peut-être vous aider aussi !) à réduire son stress. Vous pouvez également utiliser les activités comme des rappels à faire une pause et à faire le point avec votre enfant sur ses émotions.
- N'oubliez pas que les jeunes peuvent se sentir agressés par tout ce qui leur rappelle les traumatismes qu'ils ont vécus. À tout moment, si votre enfant se sent angoissé(e), vous pouvez faire une pause, lui offrir votre soutien et pratiquer ensemble des techniques d'adaptation comme la respiration profonde.
- N'hésitez pas à adapter les documents aux besoins de votre enfant. Vous pouvez par exemple employer des termes plus appropriés pour votre famille et votre communauté, ou faire le lien entre certaines parties de l'histoire et le vécu de votre enfant.
- Posez des questions à votre enfant pour l'aider à faire le lien entre l'histoire et ses émotions et son vécu. Par exemple : *Écrire dans un journal a aidé Jamie à exprimer ses pensées et à se sentir mieux - Que fais-tu qui t'aide à te sentir mieux ? Veux-tu qu'on le fasse ensemble ?*

Conseils pour soutenir votre enfant

Voici quelques façons de soutenir votre enfant pendant qu'il ou elle utilise ces documents et passe par cette expérience :

- Dites-lui que c'est normal d'avoir des émotions intenses, ou de ne rien ressentir du tout, et qu'il y a des choses qu'il ou elle peut faire pour se sentir mieux.
- Rappelez-lui que rien de tout cela n'est de sa faute.
- Soyez patient(e) avec votre enfant, car il ou elle peut ne pas se sentir prêt(e) à discuter de tous les détails avec vous.
- Dites-lui qu'il ou elle n'est pas le seul ou la seule à avoir traversé cette épreuve ; d'autres jeunes et d'autres familles ont également vécu ce type d'expérience.
- Rappelez-lui que des personnes sont là pour l'aider, comme des membres de sa famille, des amis, des travailleurs sociaux, des défenseurs, des psychothérapeutes et des avocats, et citez leur nom ensemble.
- Encouragez votre enfant à poser autant de questions qu'il ou elle le souhaite et à vous faire part de ses pensées et de ses sentiments, ainsi qu'aux personnes qui travaillent sur son dossier.
- Essayez de trouver des moments pour rire ensemble, avoir un moment de loisir agréable et faire des activités physiques comme une promenade. Ces activités sont importantes pour prendre soin de vous-même et l'un de l'autre.
- Évitez que votre enfant soit exposé(e) à des conversations, ainsi qu'à des émissions de télévision, des films et d'autres médias, qui traitent de violence ou d'autres sujets perturbants.
- Envisagez de donner le choix à votre enfant autant que possible, même pour de petites choses comme les menus, les courses à faire en premier ou les parties de ces documents à étudier ensemble. Cela aide les jeunes à retrouver un sentiment de pouvoir et de contrôle sur leur vie personnelle.
- Encouragez votre enfant à maintenir autant que possible une routine quotidienne ; le fait de savoir à quoi s'attendre aide les jeunes à se sentir plus en sécurité.
- Rappelez à votre enfant qu'il ou elle est solide et s'en sortira.

Une dernière remarque : Parce que vous êtes une personne cruciale votre enfant, l'une des meilleures choses que vous puissiez faire pour lui ou elle est de prendre soin de vous ! Vous pourrez ainsi le ou la soutenir au mieux. N'oubliez donc pas de faire le nécessaire pour vous sentir mieux et guérir, et de poser aussi toutes les questions que vous avez.

Vous pouvez également parler avec votre défenseur ou votre assistant social au sujet des services et des aides qui pourraient être utiles à votre propre guérison et à votre bien-être.