

## Vous avez accueilli un ENFANT D'UKRAINE

### Comment créer de bonnes conditions pour cet enfant dans votre famille ?

Vous êtes devenus une famille qui aide en acceptant un enfant ukrainien sans ses parents. C'est un acte très aidant de votre part, et sans doute une tâche difficile. Nous vous proposons quelques conseils qui pourront vous être utiles dans les premiers temps :

**Si vous avez avec vous un enfant qui est venu seul, sans sa famille, il est effrayé, il est probablement désorienté par la situation et ses proches lui manquent certainement. Vous devez donc garder à l'esprit les points suivants :**

**Communiquez avec l'enfant de manière rassurante.**

Permettez-lui d'exprimer ses inquiétudes, ses insécurités et ses peurs - faites preuve d'empathie et, au lieu de lui dire "ne pleure pas", dites : "Je vois que tu es triste, que tu as peur, je suis là avec toi, je vais t'aider...". Il n'est pas nécessaire de demander aux enfants ce qu'il leur est arrivé, il vaut mieux attendre qu'ils commencent à parler, puis acquiescer simplement et ne pas demander de détails.

**Soyez sensible à ce dont l'enfant a besoin.**

N'essayez pas de le prendre dans vos bras, de le caresser ou de le câliner - vous êtes des étrangers pour lui. Les contacts sont importants pour l'enfant, donnez-les-lui en lui serrant la main, en lui caressant les cheveux, en lui tapotant le dos. Donnez-lui un doudou, un oreiller doux, une couverture pour dormir.

**Familiarisez-le avec l'espace où il va vivre.**

Expliquez-lui où il peut trouver les choses, comment elles fonctionnent et demandez-lui ce dont il a besoin. Demandez-lui ce qu'il aimerait avoir de différent, vérifiez s'il comprend. Ne le submergez pas d'informations et de plans, donnez-lui du temps et ajoutez de nouvelles informations progressivement.

**Faites attention à la barrière de la langue.**

L'idéal est d'avoir une personne proche de l'enfant qui peut communiquer avec lui dans une langue qu'il comprend. L'idéal est que l'enfant ne soit pas seul dans la famille d'accueil mais, par exemple, avec un autre enfant qu'il connaît. Il peut également être judicieux d'organiser le contact avec une personne connue, au moins par le biais d'un téléphone portable ou d'Internet. Vous pouvez utiliser le traducteur vocal de votre téléphone portable pour communiquer.

**Fournissez-lui le "kit de premiers secours".**

La tranquillité, la nourriture, la chaleur, un endroit pour dormir et se laver. Cherchez à savoir quel type de nourriture l'enfant aime, s'il préfère le lait ou le cacao. Interrogez-le sur sa routine du coucher (silence complet/musique douce, histoire du coucher, livre, lumière/obscurité) - tout ce que vous pouvez faire pour améliorer son sentiment de sécurité au moment de s'endormir.

**Adaptez progressivement la routine quotidienne de l'enfant.**

Elles doivent être adaptées à leur âge et à leurs habitudes - jeux, apprentissage, contact avec d'autres enfants, intérêts, sorties, tâches appropriées, participation aux tâches domestiques. Les activités de plein air peuvent également être très utiles pour la régulation émotionnelle de l'enfant.

**Respectez le fait que l'enfant a apporté des objets qui le relient à son foyer et à ses relations.**

S'il a apporté des vêtements, des jouets ou des livres, ne les remplacez pas, même s'ils sont usés ou vieux. Ce sont les objets qui le relient à ses souvenirs et aux événements passés. Vous pouvez les laver, les compléter petit à petit, mais respectez les règles suivantes

Ils sont très précieux pour l'enfant. Interrogez l'enfant à leur sujet, jouez avec eux, lisez-les ensemble. Si l'enfant n'a pas de jouet, demandez-lui quel genre de jouet il aime à la maison et essayez d'en trouver un nouveau qui lui convienne ou choisissez un de vos propres jouets.

**Les enfants ont besoin de comprendre ce qui se passe.**

Il n'est donc pas raisonnable de les protéger des informations, de les isoler. L'incertitude et l'inconnu peuvent être beaucoup plus effrayants que les faits, même s'ils sont mauvais. C'est pourquoi les enfants ont besoin d'être informés. L'information doit leur être donnée en fonction de leur âge, tant en ce qui concerne la quantité d'informations que la manière dont elles sont transmises. Les jeunes enfants n'ont pas besoin qu'on leur raconte des détails ou qu'on les submerge d'informations. Expliquez-lui simplement pourquoi

il est sans ses parents (vous pouvez utiliser une histoire ou un conte de fées) et rassurez-le en lui disant que tout le monde fera de son mieux pour que ses parents puissent venir le voir. Si possible, aidez-lui à entrer en contact avec ses parents ou d'autres proches, au moins par un appel, une vidéo ou un message. Pour les enfants plus âgés qui peuvent également obtenir des informations par eux-mêmes, vérifiez les sources d'information et parlez-lui de ce qui se passe, de la façon dont cela pourrait évoluer. Et, bien sûr, rassurez-les sur votre soutien.

#### **Parlez à l'enfant de sa maison.**

Parlez de sa vie, de l'endroit où il a vécu, de ce qu'il aimait faire, laissez-le vous présenter son pays... Essayez de préparer des plats ukrainiens ensemble, apprenez une chanson, regardez un conte de fées ukrainien ensemble et intéressez-vous à ses coutumes. Faites tout ce qui peut exprimer votre intérêt pour lui et pour sa maison, son pays.

Gardez à l'esprit qu'il est **très probable que l'enfant ait des personnes proches**. Aidez-le à communiquer avec elles et, si

cela n'est pas techniquement possible pour le moment, l'enfant peut écrire à ses proches et leur faire des dessins dans la perspective de futures retrouvailles. Intéressez-vous à ses proches et à leur vie commune. Comprenez que votre rôle est temporaire, mais qu'il est très important ici et maintenant.

#### **Si vous avez des enfants avec leurs parents ou d'autres proches :**

##### **Aidez les adultes à faire tout ce qui a été décrit ci-dessus.**

Ne le faites pas à leur place, ils sont leurs premiers interlocuteurs. Aidez-les simplement à gérer la situation et à apporter leur soutien à leurs enfants. Pour qu'ils puissent gérer la situation, ils doivent prendre soin d'eux-mêmes - ils ont également connu des peurs, des pertes, la séparation de leurs proches, de leurs foyers. **Si les compagnons des enfants sont eux-mêmes dans un état émotionnel difficile, vous pouvez les aider en passant un peu de temps avec l'enfant, pour qu'ils puissent se détendre et demander une aide professionnelle pour eux-mêmes.**

**Si les choses semblent difficiles, vous devriez consulter un professionnel spécialisé en psychotraumatologie.**