

## Comment aider les enfants atteints de l'ETCAF à se faire des amis et à les garder

Il peut être difficile pour les enfants atteints de l'ETCAF de bien s'entendre avec d'autres enfants de leur âge. Les enfants atteints de l'ETCAF ont tendance à avoir les habiletés sociales d'un enfant beaucoup plus jeune que leurs pairs. Pour se débrouiller dans la vie quotidienne, les enfants atteints de l'ETCAF doivent dépenser beaucoup d'énergie à se concentrer sur eux-mêmes. Et ça les emmène à parfois manquer les messages subtils et les lois qui régissent l'amitié. Par exemple, il se peut qu'ils n'attendent pas leur tour. Il est aussi possible qu'ils se placent trop près des autres et qu'ils envahissent leur « espace personnel ».

Ça peut être très ennuyant et frustrant lorsque les autres enfants ne veulent pas jouer avec eux. Ça les met à risque qu'on prenne avantage d'eux ou qu'ils se fassent intimider par les autres. Pour un parent, il est difficile de voir que votre enfant ne s'intègre pas. Ce dépliant vous offre des conseils pour vous aider à amener votre enfant à devenir plus conscient de la façon dont les amis interagissent. Tout d'abord, voici quelques exemples « de la vraie vie » :

### Exemple n°1 :

Un enfant atteint de l'ETCAF est tout seul dans la cour d'école. Les autres enfants le laissent de côté.

#### Ce qui se passe

Cet enfant ne sait pas comment demander de faire partie des autres groupes. Il trouve ça difficile de tout simplement se joindre à eux. Les autres enfants ne font pas d'effort pour l'intégrer à leurs jeux. Il a besoin d'aide pour savoir quoi dire et pour se pratiquer à le dire afin de se joindre à un groupe.

### Exemple n°2 :

Lorsque votre enfant de 10 ans atteint de l'ETCAF revient de l'école, il veut jouer avec l'enfant de 6 ans qui vit au bout de la rue et non pas avec son voisin qui a 10 ans. Il se sent plus à l'aise de jouer avec quelqu'un de plus jeune. Il préfère jouer les jeux de l'enfant de 6 ans.

#### Stratégie de soutien

Il se peut que votre enfant ne puisse tout simplement pas bien jouer avec des enfants de son âge. Évitez les situations où son niveau de maturité moins élevé lui rend la vie plus difficile, tel que dans les sports compétitifs. Laissez-le jouer avec des enfants plus jeunes, mais assurez-vous qu'ils soient surveillés par un ami ou un adulte en qui vous faites confiance.

## ETCAF Conseil n° 2

### Développé par :

*Saskatchewan Fetal Alcohol  
Support Network*

510 rue Cynthia

Saskatoon, SK S7L 7K7

Sans frais : 1 866 672-3276

À Saskatoon, composez le :  
975-0884

Courriel: [fasdnetwork@sasktel.net](mailto:fasdnetwork@sasktel.net)

Site Web : [www.skfasnetwork.ca](http://www.skfasnetwork.ca)

N'hésitez pas à photocopier ce document et de vous en servir.



## Quelques conseils pour soutenir vos efforts:

1. Trouvez des jeux et des activités qui aident votre enfant à développer des habiletés sociales. Des groupes sécuritaires et surveillés tels que les Scouts, les Cadets de l'Air, tout comme des leçons de natation et de patin sont d'excellents choix.
2. Ne vous attendez pas à ce que votre enfant ait un grand groupe d'amis. Une ou deux bonnes amies qui la connaissent depuis plusieurs années seront non seulement de bonnes amies mais l'aimeront assez pour l'aider à demeurer en sécurité.
3. Surveillez votre enfant lorsqu'il joue avec les autres. De cette façon, vous pourrez lui expliquer pourquoi quelque chose ne s'est pas bien passé et comment il voudrait peut-être agir la prochaine fois afin de bien s'entendre avec ses amis. Vous pourriez aussi protéger un enfant des enfants trop violents ou cruels.
4. Les enfants atteints de l'ETCAF se sentent habituellement mieux dans un endroit qu'ils connaissent et dans des situations qu'ils peuvent prédire.  
  
Évitez d'envoyer votre enfant passer la nuit seul ailleurs ou de l'envoyer à de grandes fêtes parce que ça pourrait être trop bouleversant et difficile pour un enfant atteint de l'ETCAF. Il serait mieux qu'une amie vienne rester à coucher à la maison au lieu. Il vaudrait mieux avoir une fête d'anniversaire où 2 amis viendraient jouer pendant un temps limité plutôt qu'une grosse fête avec plein d'enfants et beaucoup de chaos pendant un long temps!
5. Montrez-leur à plusieurs reprises les habiletés sociales nécessaires pour écouter, prendre leur tour, garder le silence pendant que les autres parlent et s'intéresser aux autres en leur posant des questions. Votre enfant aura besoin d'aide avec ces petites façons subtiles de démontrer l'amitié.
6. Parlez de votre enfant aux enseignants et demandez-leur de faire un effort d'intégrer votre enfant aux activités et aux groupes. Et, remerciez-les de leurs efforts. Il est plus probable que l'enseignante de votre enfant vous aide si elle voit que vous remarquez son attention particulière.
7. Parfois les enfants ne remarquent pas leurs différences. Bien que nous les sachions moins matures que leurs pairs, s'ils sont heureux dans leur peau, c'est là où ils en sont rendus, ce qui est formidable.
8. Si vous voyez que quelques enfants sont cruels avec le vôtre, il se peut que vous devriez intervenir et les arrêter. Essayer de le faire doucement afin que votre enfant ne se sente pas gêné. Plus tard, lorsque vous aurez l'occasion, parlez aux enfants au sujet de comment il est formidable que nous soyons tous différents, comment ennuyante la vie serait si nous étions tous pareils... Demandez aux autres enfants comment ils se sentiraient s'ils étaient exclus ou agacés.
9. A partir d'un jeune âge, les enfants apprennent beaucoup de leurs amis. Tous les parents ont besoin de surveiller les amis de leurs enfants. Tout comme d'autres parents, il se peut que vous devriez interdire à votre enfant de passer du temps avec certains enfants et de se contenter d'être avec d'autres amis.
10. Surveillez, surveillez, surveillez. Surveillez votre enfant et ses amis afin que vous puissiez intervenir et les aider à retrouver l'ordre au premier indice de surexcitement, de stress, d'épuisement, de malentendu ou de trouble.

