



SE RAPPELER

- Choisissez de "jouer le rôle" d'être calme et posé - peu importe ce que vous ressentez. Agir de cette manière aide la personne à se calmer, et vous calmez également. Ne vous disputez pas et ne répondez pas aux abus verbaux. Dissipez tout sentiment de compétition et faites tout ce que vous pouvez pour être à leurs côtés, pas contre eux.
- Offrir votre empathie, votre attention et votre respect peut se produire que vous soyez d'accord ou non avec leur point de vue. Ne vous laissez pas entraîner dans une dispute sur "le problème", car "le problème" n'est probablement pas la question principale - c'est leur incapacité à gérer leurs propres émotions et comportements.
- Bien qu'ils puissent dire des choses horribles à votre sujet, sachez que ces mots ont probablement très peu à voir avec vous et davantage à voir avec le conflit qu'ils cherchent à créer.
- Abordez ces situations dans l'Esprit et non dans la chair, en demandant à Dieu de développer en vous les qualités dont vous aurez le plus besoin (amour, joie, paix, patience, bonté, bienveillance, maîtrise de soi - Galates 5:22-23).



RECONNAÎTRE

- Les jeunes à conflit intense ont un schéma de comportement qui cherche ou crée des conflits dans toutes sortes de situations avec tous types de personnes. Ils se mettent en colère pour de petits problèmes qui sont presque toujours considérés comme la faute de quelqu'un d'autre. Les jeunes agressifs cherchent à causer du tort dans le conflit - physiquement, verbalement ou mentalement.
- Dans la gestion des jeunes agressifs, votre propre sécurité et celle des autres jeunes qui pourraient être exposés à des risques de blessures doivent être prises en compte. Cela ne sera généralement pas obtenu en parlant plus fort ou en dominant ces jeunes. Leur colère nécessite une réponse ferme mais non agressive pour empêcher les situations de s'aggraver.
- Les signes à surveiller incluent la destruction des biens d'autrui, une irritabilité extrême, les taquineries/intimidations/coercitions/menaces, le besoin de toujours avoir le dessus, une régulation émotionnelle médiocre et une pensée tout ou rien.



RÉPONDRE

- **Soyez aussi peu intrusif physiquement que possible.** Ne vous approchez pas du jeune de manière à envahir son espace. Ne menacez pas le jeune verbalement ou physiquement, que ce soit par des mots ou par votre posture. Utilisez l'intervention physique uniquement en dernier recours, et seulement si les politiques le permettent et si vous êtes bien formé à son utilisation.
 - **Éloignez le public.** Si leurs pairs sont des spectateurs, donnez-leur une autre tâche à accomplir - peut-être aller chercher un autre membre du personnel pour venir vous rejoindre.
 - **Soyez directif mais non agressif.** Énoncez le comportement requis ou souhaité (ce qu'ils devraient faire) calmement et spécifiquement. Fixez des limites simples et raisonnables.
 - **Mettez l'accent sur la communication de la sollicitude.** Donnez à l'adolescent votre E.A.R. (Empathie, Attention, Respect).
- Quelques autres idées pratiques :**
- **Invitez-les à s'asseoir avec vous.** Être assis est un état de repos, ce qui abaisse le rythme cardiaque de la personne. S'ils restent debout, il leur est facile de devenir plus agités et de se promener.
 - **Créez une pause dans l'intensité.** Faites de la place à la personne pour reprendre son souffle. Vous pourriez dire "Pouvez-vous patienter un instant pendant que j'ouvre une fenêtre ?" Ou "Puis-je vous offrir quelque chose à boire ?". Parfois, une petite interruption peut considérablement apaiser les choses.

- **Ralentissez le rythme.** Assurez-vous que vos paroles sont mesurées et non précipitées. Parfois, la personne parle tellement vite que vous risquez de ne pas comprendre ce dont elle parle. Dans de tels cas, vous pouvez dire quelque chose comme : "Je vois que vous êtes contrarié et je veux vraiment comprendre le problème. Pouvez-vous recommencer depuis le début et parler un peu plus lentement pour que je ne rate rien ?". Parler plus lentement ralentit en réalité le cerveau et peut apaiser le chaos intérieur.



CONFLIT INTENSE



RESSOURCES

Pour des liens vers des ressources supplémentaires, des outils et des informations sur ce sujet, pour accéder au sujet, scannez le code QR ou visitez

<https://yfc.ca/montreal/>



Jeunesse sans limite
Youth Unlimited