

Timbres de Pâques Ontario Acquérir des compétences en autodéfense de ses intérêts

Citation d'un étudiant universitaire ayant une déficience :

« Je crois que les parents doivent commencer à enseigner aux enfants l'autodéfense de leurs intérêts dès leur jeune âge. Je suis d'avis que les parents doivent permettre aux enfants d'assumer un rôle de premier plan dans le fait d'être des agents de leurs propres soins et dans la défense de leurs propres intérêts dans la mesure du possible. J'estime que si les enfants apprennent cette compétence tôt, alors qu'ils bénéficient toujours du soutien parental, cela les avantagera beaucoup à l'âge adulte. »

Les parents ont un rôle clé à jouer dans l'aide apportée à leur enfant pour qu'il devienne un adulte autonome. Les enfants et les jeunes doivent acquérir les compétences et les connaissances dont ils auront besoin en tant qu'adultes. Chez les enfants et les jeunes ayant une déficience, il est primordial qu'ils apprennent comment exprimer leurs besoins et défendre leurs propres intérêts.

Parent Visez une aptitude à l'autonomie

- Encouragez votre enfant à s'organiser le plus possible seul.
- Permettez-lui d'assumer la responsabilité de ses soins personnels et de ses activités quotidiennes à la maison.
- Offrez à l'enfant la possibilité de poser des questions et d'exprimer ses besoins et points de vue aux adultes.
- Laissez votre enfant assumer la responsabilité de poser des choix.
- Encouragez votre enfant à plaider en sa faveur à l'école ou au sein de la collectivité.
- Aidez votre enfant à planifier vers qui il se tournera en cas de problème et à pratiquer ce qu'il prévoit lui dire.

Enfant ou jeune : Apprenez à défendre vos intérêts

- Assumez la responsabilité de vos soins personnels et de vos activités quotidiennes à la maison et à l'école.
- Déterminez le moment où vous avez besoin d'aide et la forme que doit prendre cette aide.

- Apprenez à exprimer vos besoins et comment demander de l'aide.
- Commencez par de petits changements et plaidez en faveur d'un de vos besoins, par exemple, le prolongement du délai d'exécution d'un travail.
- Conservez votre message simple et net, et présentez les faits selon un ordre logique.
- Exercez-vous à exprimer ce que vous devez exprimer afin d'obtenir ce que vous souhaitez.

Adolescent ou jeune adulte : Devenez un défenseur

- Déterminez une situation qui vous nuit ou qui nuit à d'autres personnes, par exemple, l'absence d'une rampe d'accès à l'école ou dans la collectivité.
- Repérez d'autres personnes qui peuvent aider à plaider en faveur de la question et parlez-leur de ce que vous pouvez faire en tant que groupe.
- Élaborez un plan en précisant chaque étape et qui sera chargé de chaque mesure.
- Après-coup, passez en revue le plan et ce qui a ou n'a pas fonctionné.
- Au besoin, remaniez le plan ou élaborer une nouvelle stratégie.

Chaque fois que vous réussissez, augmentez votre confiance en vous-même et en votre aptitude à relever un autre défi.

Ressources utile en ligne :

- Le site Web de **Easter Seals Kids at School** à www.education.easterseals.org (en anglais seulement)
 - Supporting Student Transitions