



## Intervenir au-delà du sport

# L'approche CALM

C'est en étant tout simplement bienveillant qu'un entraîneur peut aider un participant qui parle d'une expérience de violence dans sa relation amoureuse. Vous n'avez pas besoin d'être expert en psychologie. En étant à l'écoute, en faisant preuve d'empathie et en aidant votre participant à obtenir de l'aide et des ressources, vous jouerez un rôle concret.

**Ne perdez pas de vue les émotions du participant. Écoutez-le attentivement, avec empathie, et évitez de le juger ou de le blâmer pour ce qui s'est produit.**

L'approche CALM propose un modèle de réaction adéquate en cas de révélations délicates ou troublantes.

## C

### **Créer un environnement sécuritaire.**

Trouvez un endroit calme pour discuter avec le participant et un autre adulte de confiance. Faites en sorte de respecter la règle de deux.

## A

### **Aborder la question avec le participant et l'inviter à se confier.**

Demandez au participant s'il court un danger immédiat (ex. : « Te sens-tu en sécurité en ce moment? As-tu un endroit sûr où aller en sortant d'ici? »).

## L

### **L'écouter et valider ses propos.**

Assurez-vous que le participant se sent soutenu. Soyez patient et laissez-le raconter l'incident à son rythme. Croyez-le et rassurez-le en lui disant qu'il n'aura pas de problèmes et que vous êtes là pour l'aider.

## M

### **Mettre à profit les ressources disponibles pour obtenir du soutien et des conseils.**

Encouragez votre participant à demander de l'aide. Il pourrait s'adresser à un parent, un tuteur ou un psychologue ou consulter des renseignements ou des ressources. S'il y a lieu, signalez l'incident aux autorités.

De l'Université de Toronto. Module de formation en ligne pour la prévention de la violence sexuelle.

**Visitez le site [www.coach.ca/IntervenirAudelàDuSport](http://www.coach.ca/IntervenirAudelàDuSport) pour consulter d'autres ressources qui aident les entraîneurs à agir pour prévenir et contrer la violence fondée sur le genre et la violence dans les relations amoureuses chez les adolescents.**

Avec le financement de



Agence de la santé  
publique du Canada

Public Health  
Agency of Canada



**coach.ca**

Coaching Association of Canada  
Association canadienne des entraîneurs