



# POUR AMÉLIORER L'EXPÉRIENCE VACCINALE :

Ce que les parents et les proches aidants peuvent faire

Les mots et les gestes des parents et des proches aidants peuvent influencer l'expérience vaccinale des enfants. Certains comportements aident à mieux gérer cette expérience, tandis que d'autres font augmenter la détresse. Servez-vous de cette fiche d'information et de celles sur [comment vous pouvez agir](#) et [ce que vous pouvez dire](#) pour apprendre à favoriser l'adaptation et à rendre l'expérience vaccinale plus positive.



Pour en savoir plus sur le système CARD, aller à [CardSystem.ca](http://CardSystem.ca).

## INVITEZ VOTRE ENFANT À PARTICIPER

Posez-lui des questions sur ses expériences passées et ses stratégies d'adaptation préférées. Assurez-vous de lui proposer des choix raisonnables. Dites-lui que vous êtes là pour l'appuyer. N'imposez pas vos propres stratégies d'adaptation.

### ESSAYEZ DE DIRE CECI

- ✓ « Quelles “cartes” (stratégies d'adaptation) aimerais-tu jouer pour t'aider avec ton injection aujourd'hui? » (invite la participation)
- ✓ « Veux-tu que je te dise quand l'injection sera donnée? » (invite la participation, offre un certain contrôle)
- ✓ « Dis-moi si tu veux regarder. » (invite la participation)

### AU LIEU DE CELA

- ⊗ « Tout va bien aller; tu n'as pas besoin de t'inquiéter. » (vague réconfort, n'invite pas la participation)
- ⊗ « Dis-moi quand tu veux qu'on te la donne. » (offre un contrôle exagéré)
- ⊗ « Maintenant, regarde ailleurs. » (impose une stratégie d'adaptation)

## RÉPONDEZ AUX QUESTIONS

Reconnaissez les préoccupations et donnez des informations objectives. Il ne faut pas minimiser ou rejeter les préoccupations de l'enfant.

### ESSAYEZ DE DIRE CECI

- ✓ « Certaines personnes disent sentir un pincement ou une poussée; d'autres ne sentent pas grand-chose. Dis-moi ce que tu auras senti quand ce sera fini. » (répond à la question, offre une information objective)

### AU LIEU DE CELA

- ⊗ « Ça va faire mal. » OU « Ça me fait plus mal à moi qu'à toi. » (langage inspirant la peur, suggestion fausse/malhonnête)
- ⊗ « Ça ne fera pas mal. » (attention négative, suggestion fausse/malhonnête, ne répond pas à la préoccupation)

Avec le financement de

