



# POUR AMÉLIORER L'EXPÉRIENCE VACCINALE :

## mots et gestes à adopter

Scannez ce code QR pour plus de ressources.



Les mots et les gestes d'autrui peuvent influencer l'expérience de la vaccination. Certains comportements peuvent favoriser l'adaptation tandis que d'autres peuvent accroître la détresse. Apprenez à jouer vos cartes pour promouvoir l'adaptation pendant la vaccination. Pour en savoir plus sur le système CARD, consultez le site [SystemeCard.ca](http://SystemeCard.ca).

### SOYEZ CALME

Créez un environnement calme et ayez une attitude positive. Si vous êtes calme et que vous parlez sur un ton normal, votre enfant sentira que tout va bien.

<b>Essayez de dire ceci</b> « Ce qu'ils font ici, c'est donner des vaccins. Qu'est-ce qu'on pourrait faire en attendant? » (favorise le calme)	<b>Au lieu de cela</b> « Regarde-moi cette longue file. Ça va prendre un temps fou, et il n'y a pas de chaises! » (rend les autres nerveux)
---	--

### SOYEZ POSITIF

Concentrez-vous sur les choses qui peuvent aider et sur celles qui se passent bien. Reconnaissez les efforts d'une personne en la félicitant, car cela peut l'aider à se souvenir de son expérience de manière positive.

<b>Essayez de dire ceci</b> « Voyons ce qui s'est bien passé et quelles sont les "cartes" (stratégies d'adaptation) que tu as jouées. Comme ça tu pourras les consulter et t'en souvenir la prochaine fois. »	<b>Au lieu de cela</b> « Heureusement que c'est fini. C'était horrible. Je n'ai pas hâte à la prochaine fois. » (attention négative)
--	---

### UTILISEZ UN LANGAGE NEUTRE

Les mots perçus comme menaçants peuvent accroître la peur. N'utilisez pas de mots qui suscitent la peur et ne rassurez pas de manière répétitive.

<b>Essayez de dire ceci</b> « Tu vas recevoir un vaccin aujourd'hui. » (langage neutre) « Que veux-tu faire lorsque tu recevras le vaccin? » (recherche de préoccupations)	<b>Au lieu de cela</b> « Tu vas recevoir une piqûre aujourd'hui. » (langage suscitant la peur) « Ça va aller... c'est bon... c'est juste un peu plus long. » (réconfort répété)
--	---

### DONNEZ DES INFORMATIONS

Donnez des informations dans un langage neutre. Expliquez pourquoi le vaccin est nécessaire, ce qui va se passer et ce que l'enfant peut faire. Adaptez la quantité d'information fournie, car certains veulent plus d'information et d'autres en veulent moins.

<b>Essayez de dire ceci</b> « Tu reçois ce vaccin pour ta santé et ta sécurité et pour protéger les gens autour de toi. Nous pouvons demander à la clinicienne de te dire ce qu'elle va faire et quand. Aimerais-tu le savoir? » (information adaptée)	<b>Au lieu de cela</b> « C'est une chose que tu dois faire, c'est tout. Allez, faisons-ça vite. Ne dérange pas la clinicienne avec tes questions, il y a du monde qui attend. » (ne laisse pas l'enfant s'informer)
---	--

### INVITEZ LES PATIENTS À PARTICIPER

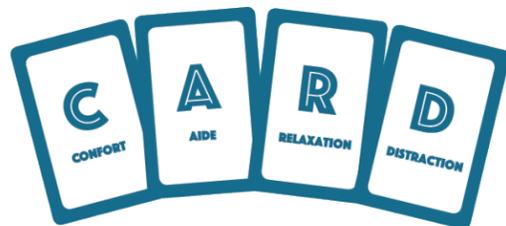
Posez-leur des questions sur leurs expériences passées et leurs stratégies d'adaptation préférées. Assurez-vous de leur proposer des choix raisonnables. Dites-leur que vous êtes là pour les appuyer. N'imposez pas vos propres stratégies d'adaptation.

<b>Essayez de dire ceci</b> « Quelles "cartes" (stratégies d'adaptation) aimerais-tu jouer pour t'aider avec ton injection aujourd'hui? » (encourage la participation)	<b>Au lieu de cela</b> « Tout va bien aller; tu n'as pas besoin de t'inquiéter. » (vague réconfort, n'encourage pas la participation)
---	--

### RÉPONDEZ AUX QUESTIONS

Reconnaissez les préoccupations et donnez des informations objectives. Il ne faut pas minimiser ou rejeter les préoccupations des gens.

<b>Essayez de dire ceci</b> « 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)	<b>Au lieu de cela</b> « 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; tu n'as pas besoin de t'inquiéter. » (accent négatif, suggestion fausse/malhonnête, ne répond pas à la préoccupation)
--	--



# POUR AMÉLIORER L'EXPÉRIENCE VACCINALE :

## mots et gestes à adopter

Scannez ce code QR pour plus de ressources.



Les mots et les gestes d'autrui peuvent influencer l'expérience de la vaccination. Certains comportements peuvent favoriser l'adaptation tandis que d'autres peuvent accroître la détresse. Apprenez à jouer vos cartes pour promouvoir l'adaptation pendant la vaccination. Pour en savoir plus sur le système CARD, consultez le site [SystemeCard.ca](http://SystemeCard.ca).

### SOYEZ CALME

<b>Essayez de dire ceci</b> « Ce qu'ils font ici, c'est donner des vaccins. Qu'est-ce qu'on pourrait faire en attendant? » (favorise le calme)	<b>Au lieu de cela</b> « Regarde-moi cette longue file. Ça va prendre un temps fou, et il n'y a pas de chaises! » (rend les autres nerveux)
---	--

### DONNEZ DES INFORMATIONS

<b>Essayez de dire ceci</b> « Tu reçois ce vaccin pour ta santé et ta sécurité et pour protéger les gens autour de toi. Nous pouvons demander à la clinicienne de te dire ce qu'elle va faire et quand. Aimerais-tu le savoir? » (information adaptée)	<b>Au lieu de cela</b> « C'est une chose que tu dois faire, c'est tout. Allez, faisons-ça vite. Ne dérange pas la clinicienne avec tes questions, il y a du monde qui attend. » (ne laisse pas l'enfant s'informer)
---	--

### SOYEZ POSITIF.

<b>Essayez de dire ceci</b> « Voyons ce qui s'est bien passé et quelles sont les "cartes" (stratégies d'adaptation) que tu as jouées. Comme ça tu pourras les consulter et t'en souvenir la prochaine fois. »	<b>Au lieu de cela</b> « Heureusement que c'est fini. C'était horrible. Je n'ai pas hâte à la prochaine fois. » (attention négative)
--	---

### INVITEZ LES PATIENTS À PARTICIPER

<b>Essayez de dire ceci</b> « Quelles "cartes" (stratégies d'adaptation) aimerais-tu jouer pour t'aider avec ton injection aujourd'hui » (encourage la participation)	<b>Au lieu de cela</b> « Tout va bien aller; tu n'as pas besoin de t'inquiéter. » (vague réconfort, n'encourage pas la participation)
--	--

### UTILISEZ UN LANGAGE NEUTRE

<b>Essayez de dire ceci</b> « Tu vas recevoir un vaccin aujourd'hui. » (langage neutre) « Que veux-tu faire lorsque tu recevras le vaccin? » (recherche de préoccupations)	<b>Au lieu de cela</b> « Tu vas recevoir une piqûre aujourd'hui. » (langage suscitant la peur) « Ça va aller... c'est bon... c'est juste un peu plus long. » (réconfort répété)
--	---

### RÉPONDEZ AUX QUESTIONS

<b>Essayez de dire ceci</b> « 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)	<b>Au lieu de cela</b> « 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; tu n'as pas besoin de t'inquiéter. » (accent négatif, suggestion fausse/malhonnête, ne répond pas à la préoccupation)
--	--