



Clavardage pour les jeunes

Dans quel contexte utiliser le service de clavardage?



- Tu as entre 14 et 18 ans. Tu as 19 ou 20 ans? Bien que le service soit destiné principalement aux jeunes de 14 à 18 ans, viens nous parler, nous sommes là!
- Tu as des préoccupations ou des questions, pour toi ou un ami.
 - Si tes préoccupations ou questions concernent :
 - les troubles alimentaires
 - l'image corporelle*
- Tu es sourd(e), muet(te) ou malentendant(e) et tu as besoin d'un service privé sans avoir recours à un interprète.

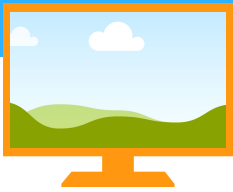
*L'image corporelle est la perception qu'une personne a de son corps.

Il s'agit plus précisément de :

- La façon dont tu te vois;
- La façon dont tu te sens face à ton corps et ton apparence;
 - La façon dont tu te sens dans ton corps;
 - La façon dont tu traites ton corps;
- La façon dont tu crois que les autres te perçoivent.

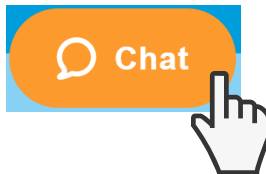
Ex. Tu peux utiliser le service si tu te sens mal dans ton corps, que tu critiques constamment ton apparence, que tu accordes de l'importance à l'opinion que se font les autres sur ton corps, si tu cherches à contrôler ton poids et/ou ton alimentation.





Comment l'utiliser?

- Connecte-toi à anebados.com et clique sur le bouton orange « Chat » en bas à droite de l'écran.



- Nul besoin de divulguer ton nom, le tout est anonyme et confidentiel.
- Clique dans la zone de texte et entame la discussion avec un intervenant.

Utiliser le service « Hors Ligne »

- Lorsque le service de clavardage n'est pas ouvert, tu peux quand même nous écrire.
 - Clique sur le bouton «Viens nous parler!»
- Inscris ton nom et ton adresse courriel dans les cases appropriées.
 - Clique dans la zone de texte et écris-nous ton message.
- Nous te répondrons le plus rapidement possible à ton adresse courriel.





Comment te préparer?

- Tu peux réfléchir à la question que tu aimerais poser ou réfléchir à ce que tu aimerais nous dire.
- T'assurer que c'est un bon moment pour toi et que tu es disponible.
 - En effet, au bout de 5 minutes d'inactivité de ta part, l'intervenant essaiera de reprendre contact avec toi.
 - Si tu ne réponds pas au bout de 10 minutes, l'intervenant mettra fin à la discussion.
 - Si tu décidais de revenir, tu aurais alors perdu ta priorité. Si l'intervenant avait entamé une nouvelle discussion avec une autre personne, tu devras attendre qu'elle se termine pour reprendre ta discussion avec l'intervenant.
- N'oublie pas que le service ferme à 20 h. Donc assure-toi d'arriver suffisamment tôt pour pouvoir bénéficier d'une intervention de qualité.





RÈGLES DE CONDUITE

Ta question

- Doit être respectueuse. Aucun propos haineux, hostile ou érotique ne sera toléré. Dans de tels cas, l'intervenant pourra mettre fin à la conversation par « chat ».
 - Doit préserver ton anonymat et celui des autres.
 - Doit être reliée à un problème qui concerne les troubles alimentaires ou l'image corporelle.
 - Ne doit pas relever d'une expertise médicale ou juridique.
 - Sera consultée en toute confidentialité.

La réponse

- Sera le plus rapide possible.

Il se peut que lorsque tu te connectes, aucun n'intervenant ne soit disponible, en raison d'un achalandage accru. Dans un tel cas, tu recevras des messages automatisés régulièrement pour te tenir au courant de la situation et un intervenant te répondra dès qu'il sera disponible. Lorsque se sera ton tour, tu disposeras de 2 minutes pour répondre à l'intervenant.

- Se veut un moyen pour t'aider à te guider à l'aide de piste de réflexion, sans toutefois t'indiquer ce que tu dois faire ou poser un diagnostic.

Les intervenants de chez ANEB qui répondront à tes questions ne peuvent te confirmer si tu souffres précisément d'un trouble alimentaire, et si oui, de quel type de trouble alimentaire il s'agit. Cependant, ils pourront te dire si ta situation est inquiétante et te guider dans les démarches à suivre.

- Ne peut en aucun cas remplacer une thérapie ou un traitement.





IMPORTANT !

N'hésite pas à nous faire savoir lorsque :

- Nos réponses t'amènent à vivre un doute ou une incertitude.
- Nos réponses t'amènent à te faire vivre des émotions avec lesquelles tu n'es pas à l'aise.
- Tu dois partir ou ce n'est plus un bon moment pour discuter. Tu seras invité à nous réécrire à un autre moment, quand cela te conviendra davantage.

Règles de confidentialité



- Le service de clavardage d'ANEb est anonyme et confidentiel.
- Pour s'assurer de bien comprendre ta situation, l'intervenant pourrait être amené à te poser plusieurs questions (comme ton âge, la région où tu vis, etc.). Ces informations resteront confidentielles à moins que ta sécurité ne soit compromise.
 - Nous sommes là pour assurer ta sécurité, et ce, en tout temps. S'il advenait que nous craignons pour ta sécurité ou celle d'une autre personne, nous contacterons les services d'urgence pour ton bien ou celui de l'autre.

