

Pour l'avenir des jeunes exposés à l'adversité et au trauma

Prof. Delphine Collin-Vézina

Université McGill

Prof. Alexandra Matte-Landry

Université Laval



Qu'est-ce que le trauma
et l'adversité?

Le sac à dos...

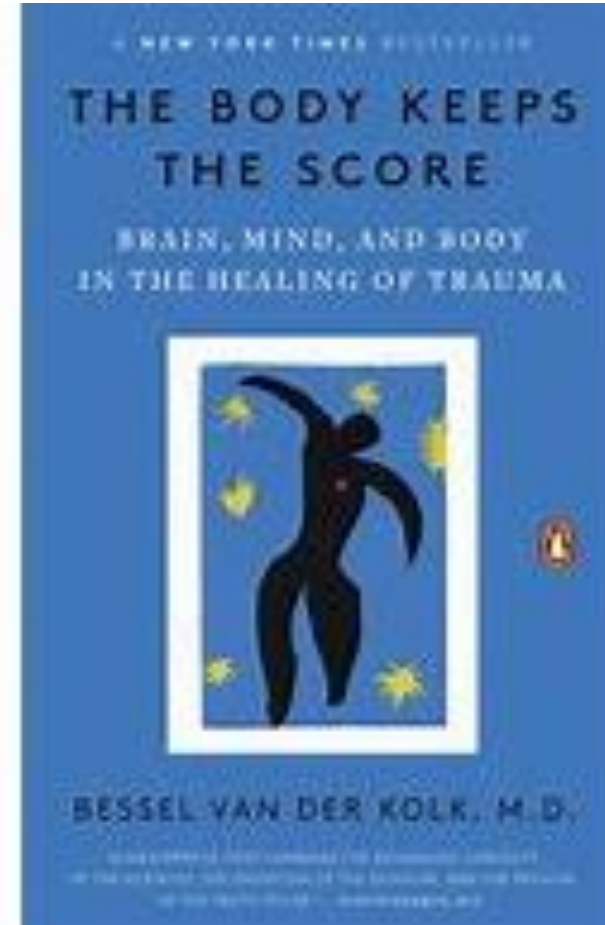


Que contient ce sac à dos?
Quelles sont les expériences de vie cumulées par les élèves dans nos classes?

Qu'est-ce qu'un traumatisme ?

Le traumatisme est... "une expérience qui laisse les gens figés dans un état d'impuissance et de terreur... l'esprit et le cerveau sont dépassés, ce qui entraîne un changement dans la façon dont on perçoit le danger, et ce que l'on considère comme pertinent ou non pour la survie."

(Bessel van der Kolk)



FACE À L'ADVERSITÉ

expériences négatives dans l'enfance et environnements communautaires toxiques

Expériences de vie adverses à l'enfance



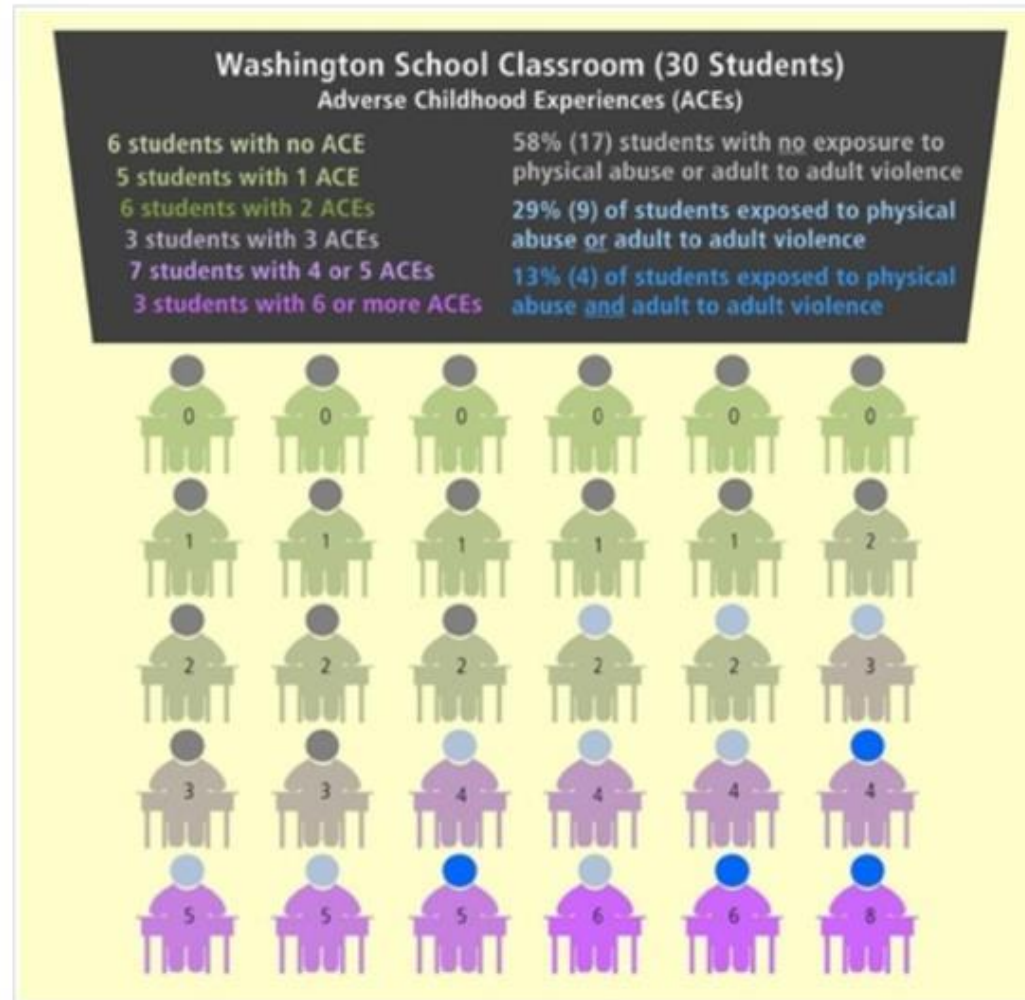
Environnements communautaires toxiques



Manque d'opportunités, de mobilité économique et de capital social

Traduction de la référence : <https://www.ncsl.org/health/adversechildhood-experiences>

Ce graphique montre le nombre moyen d'événements adverses dans une classe typique des écoles publiques.



Source : <https://www.acesineducation.com/adverse-childhood-experiences>

Prévalence de la maltraitance

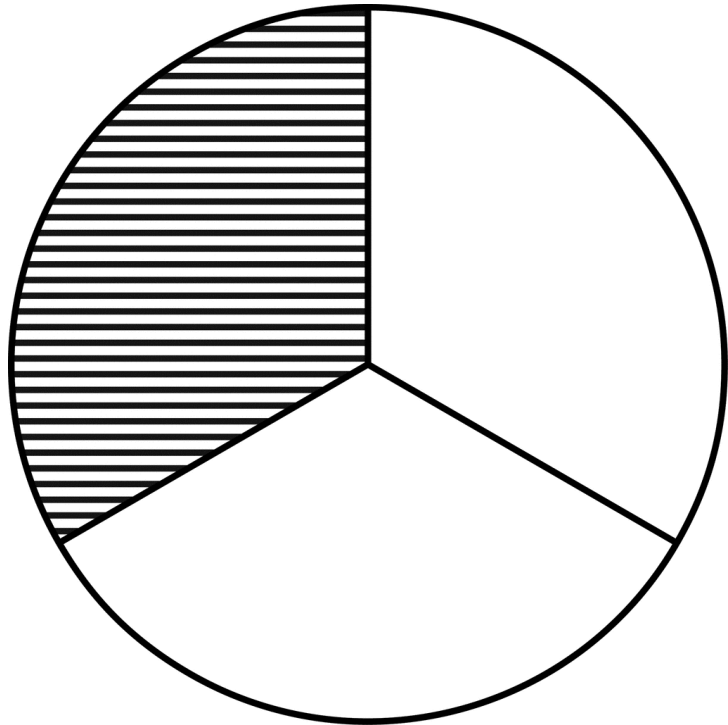
- Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes - Santé mentale (2012)

Selon vous, quelle est la proportion de Canadiens qui ont déclaré avoir été victimes d'abus sexuels, d'abus physiques et/ou d'exposition à la violence familiale avant l'âge de 18 ans?

- 8%
- 21%
- 32%

Prévalence de la maltraitance

- Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes - Santé mentale (2012)



32 % des Canadiens ont déclaré avoir été victimes d'abus sexuels, d'abus physiques et/ou d'exposition à la violence familiale avant l'âge de 18 ans.

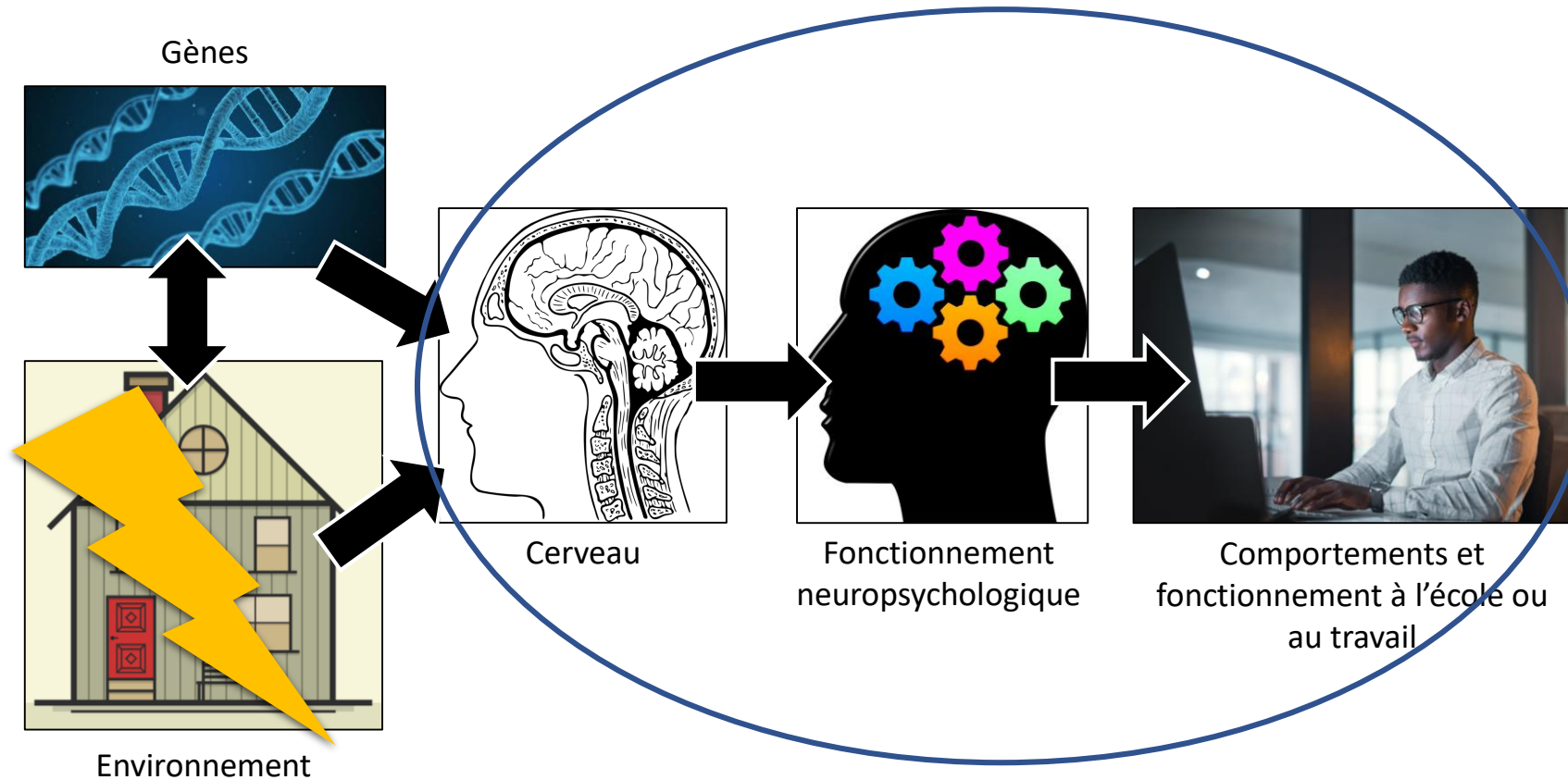
Trauma complexe/développemental

Les traumatismes complexes résultent d'expériences qui :

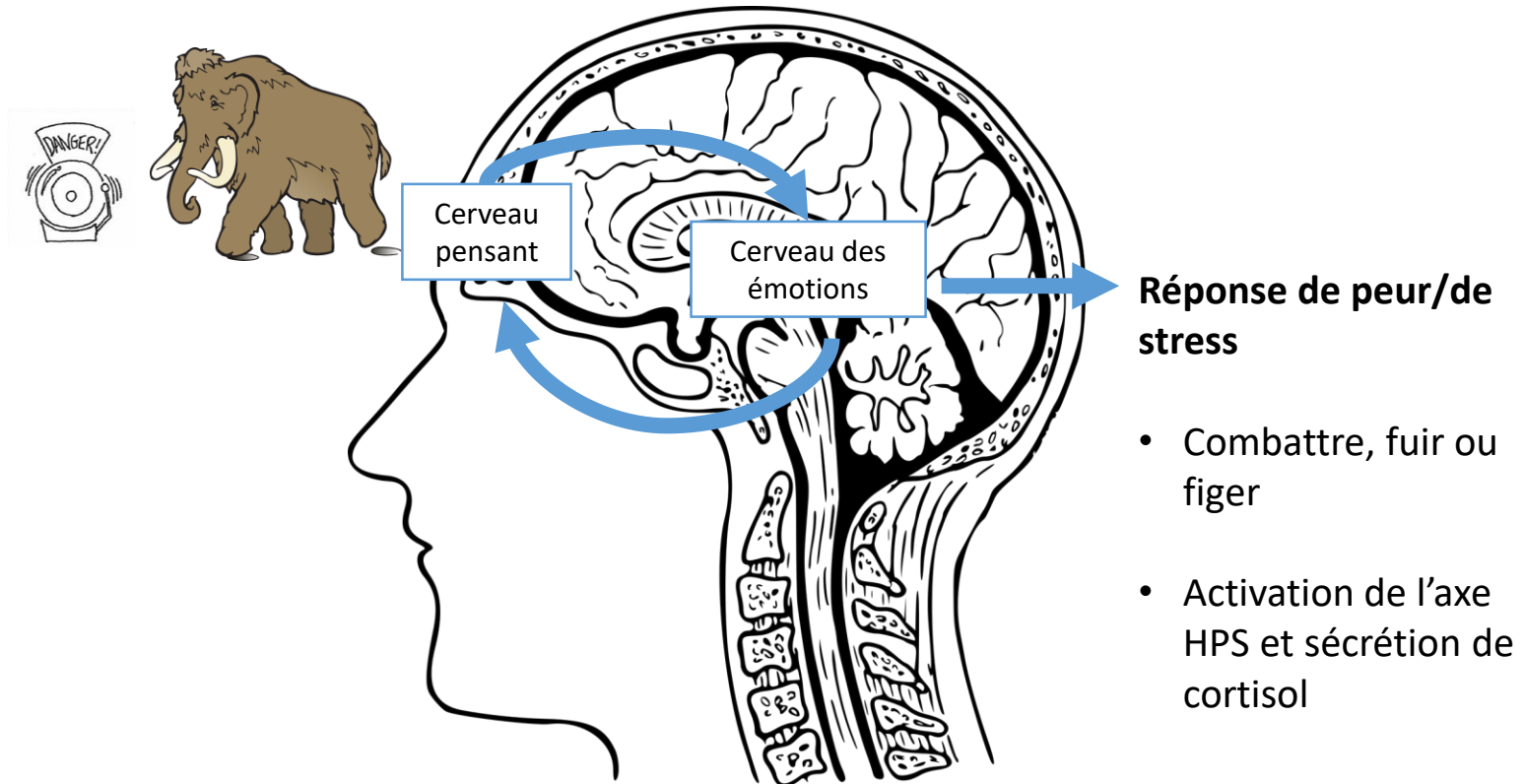
1. sont **interpersonnelles** et impliquent souvent une trahison ;
2. sont **répétés ou prolongés** ;
3. Impliquent un **préjudice direct** par le biais de différentes formes de maltraitance (psychologique/émotionnelle, physique, sexuelle), de négligence ou d'abandon de la part des personnes en charge de l'enfant ou d'autres adultes responsables de son entretien, de sa protection ou de son éducation ;
4. Surviennent au cours de **périodes de développement vulnérables**, comme la petite enfance, ou perturbent de manière significative les compétences de développement déjà acquises à tout moment.

Impacts des traumatismes sur le développement du cerveau

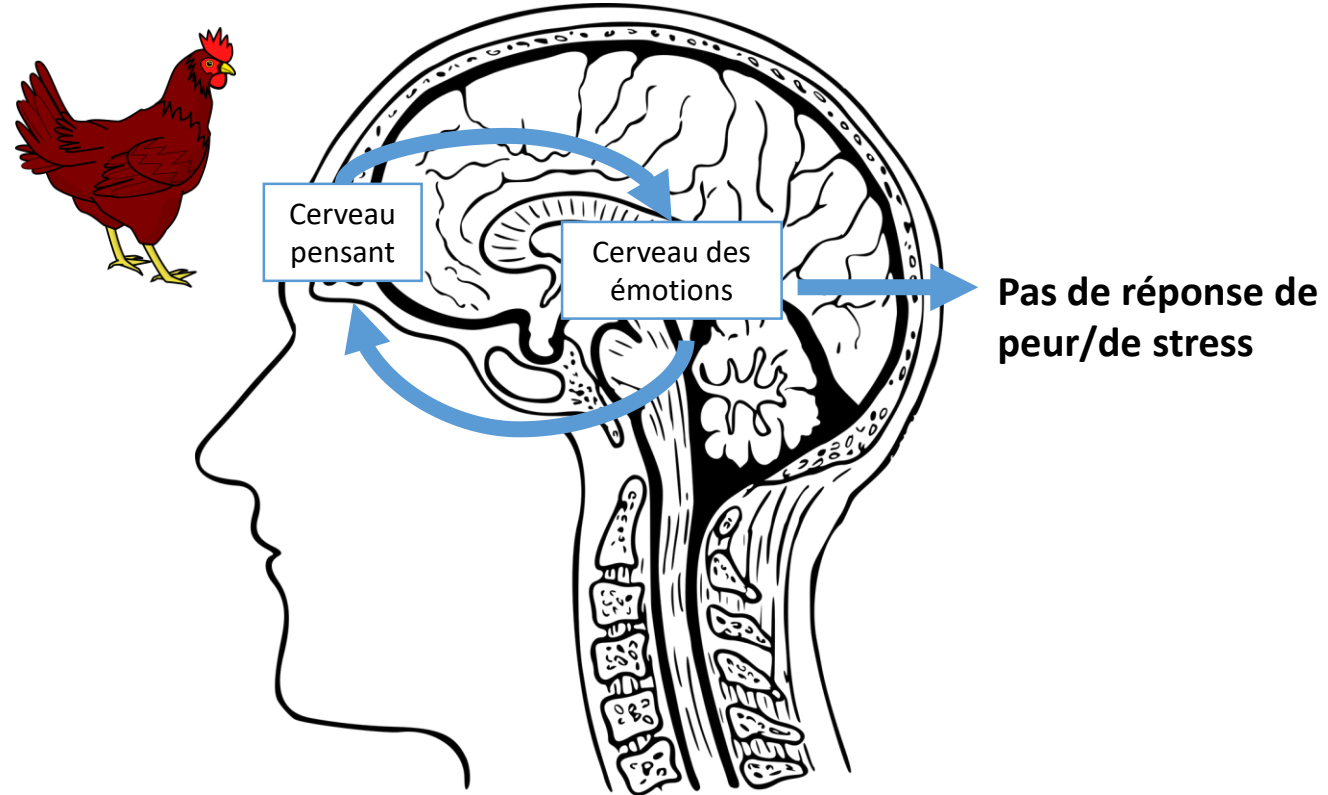
Le développement du cerveau



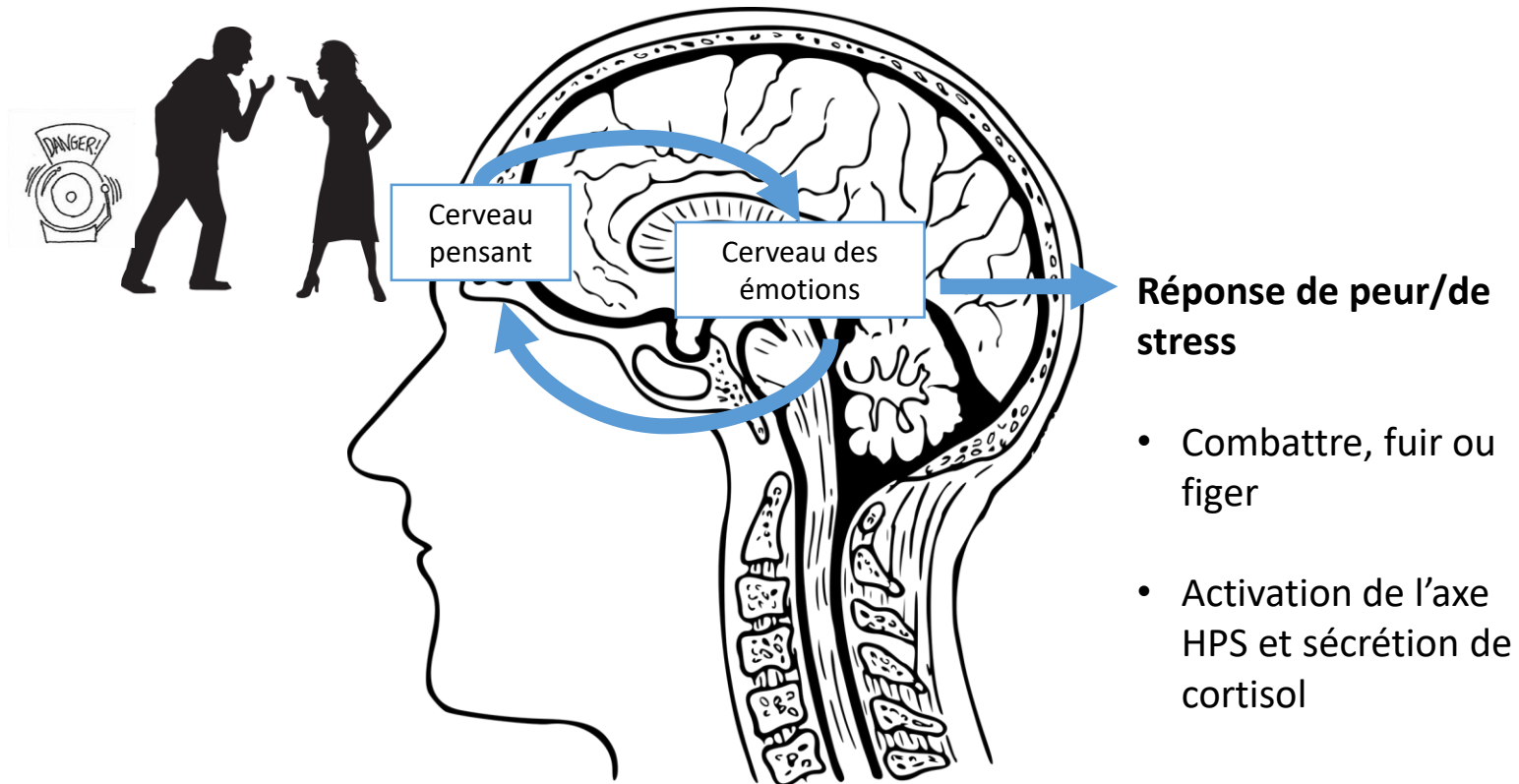
Le système d'alarme



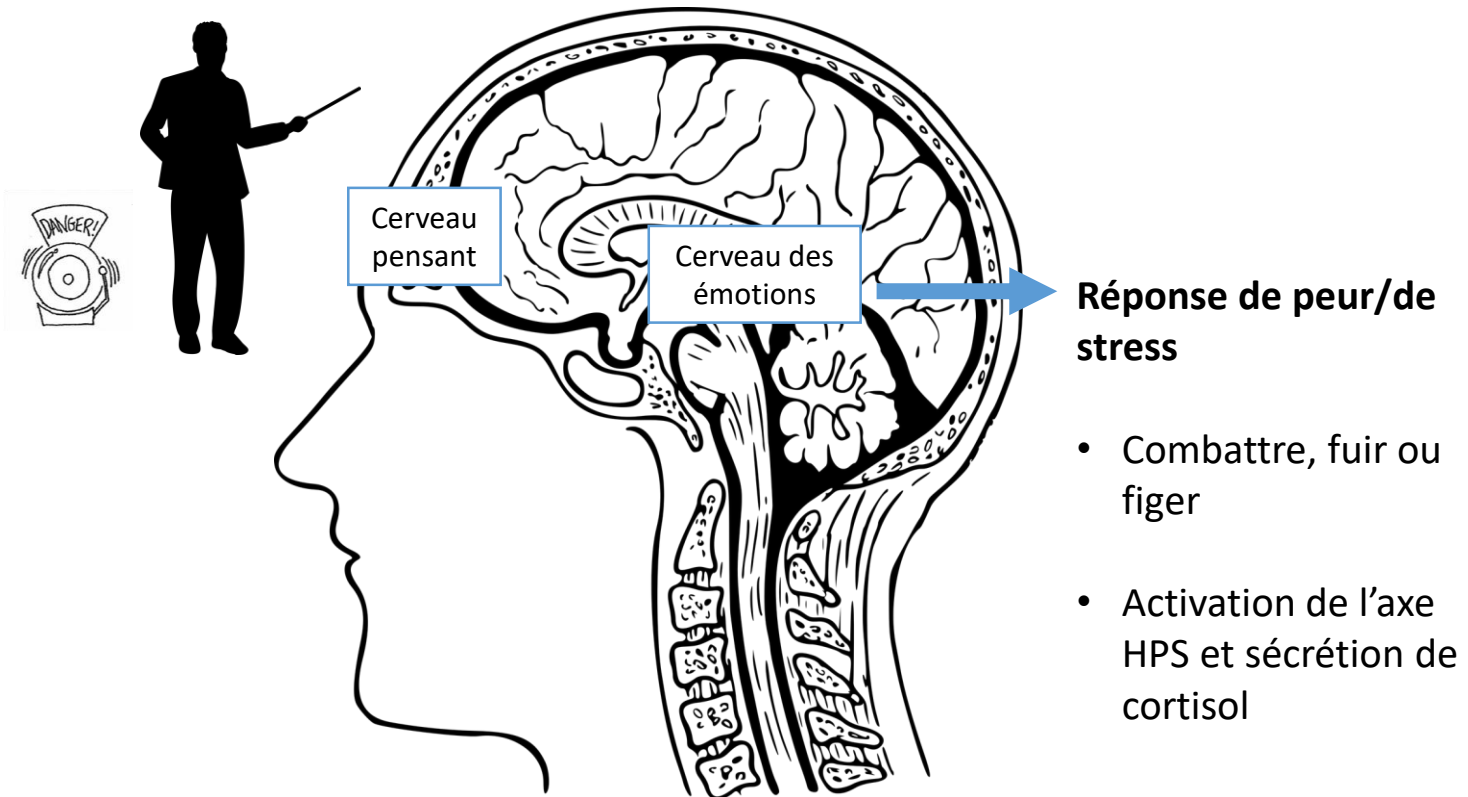
Le système d'alarme



Le système d'alarme se dérègle...

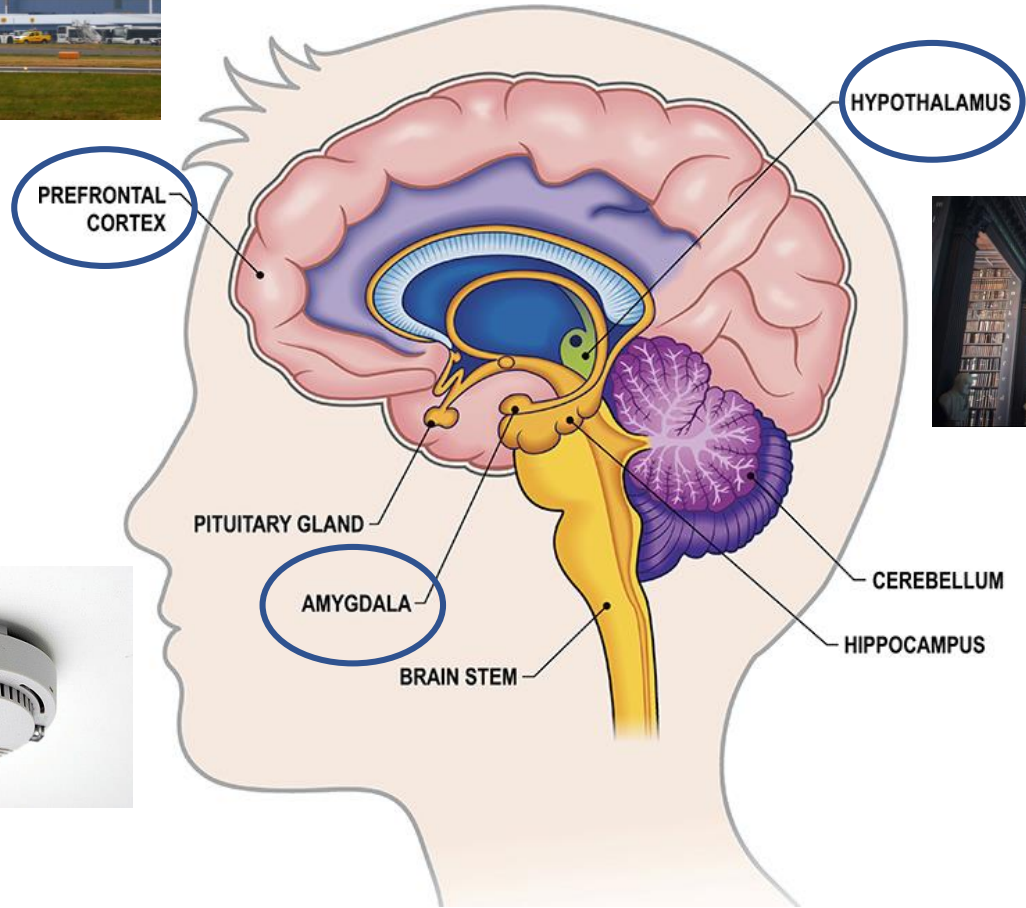


Fausses alarmes



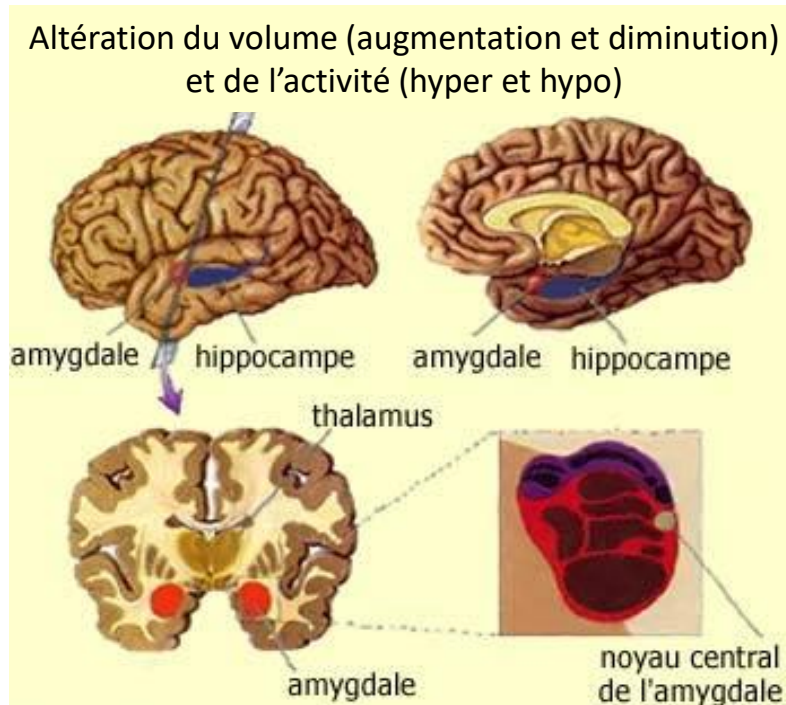
Le cerveau bascule en mode survie...

Le cerveau pensant est difficile d'accès...



Amygdale

Émotions et réponse de peur



Réactions
démessurées ou
inhibées

Comportements =
réponses de peur
adaptatives

Difficultés de
régulation
émotionnelle

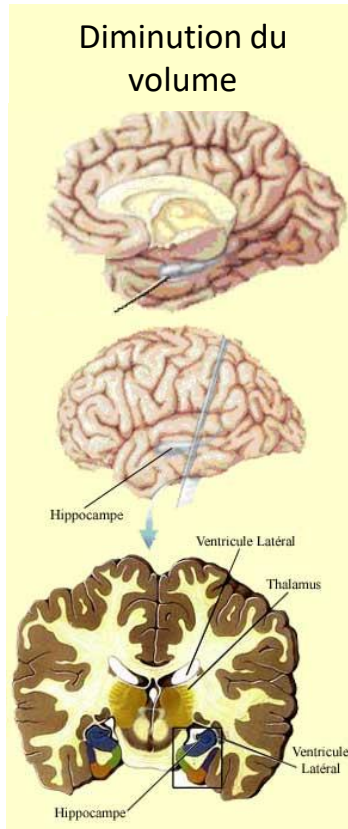
Prendre une pause
et avoir
outils/stratégies dans
le milieu

Risque de troubles
anxieux et d'autres
troubles de santé
mentale

Possible que le jeune
ait besoin de
s'absenter pour
psychothérapie

Hippocampe

Mémoire et apprentissage



Trous de mémoire

Possible que le jeune ait des oublis; utiliser des aide-mémoires externes

Difficulté à faire de nouveaux apprentissages

Favoriser les stratégies mnésiques: faire des liens avec ce qui est déjà connu; répéter, reformuler et résumer

Risque de troubles dépressifs et d'autres troubles de santé mentale

Possible que le jeune ait besoin de s'absenter pour psychothérapie

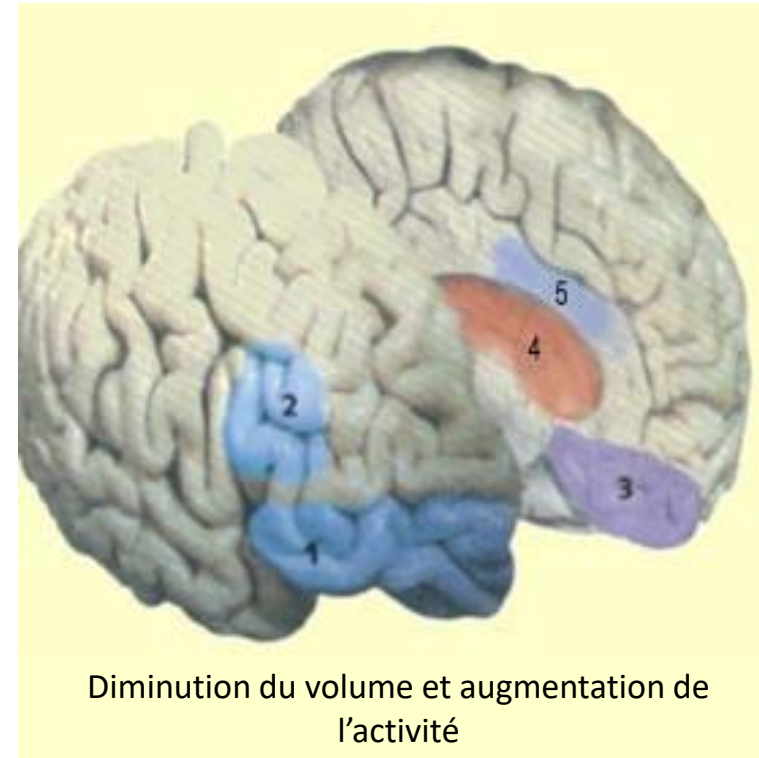
Cellard et al., 2020; Paquola et al., 2016; Pearson & Collin-Vézina, 2018; Teicher et al., 2016
Image: lecerveau.mcgill.ca

Cortex préfrontal

Fonctions exécutives

Un ensemble de fonctions cognitives de haut niveau utilisées dans des situations nouvelles ou complexes.

- ✓ Retenir ses impulsions;
- ✓ Réguler ses émotions;
- ✓ Contrôler ses comportements;
- ✓ Être attentif à quelque chose et le garder en tête;
- ✓ S'adapter à des situations nouvelles;
- ✓ Résoudre des problèmes et faire des choix.





Difficultés exécutives chez les jeunes exposés à l'adversité ou au trauma

Ne pas s'adapter en
fonction de la
rétroaction reçue

Difficulté à faire deux
choses en même temps

Difficulté d'organisation
ou de planification

Difficulté à résoudre des
problèmes

Agir sur le coup de
l'émotion

Réactions fortes aux
imprévus ou aux
transitions

Avoir du mal à débiter
ou à terminer une tâche

Oublier son matériel ou
les consignes

Haft & Hoeft, 2017; Lund et al., 2020; Op den Kelder et al., 2018

Reconnaissez-vous des jeunes de la classe?

Reconnaissez-vous des jeunes avec qui vous travaillez?

Nous adapter pour mieux répondre aux besoins des jeunes

Reconnaître ≠ lâcheté
ou «tête dure»

Permettre de faire une
chose à la fois

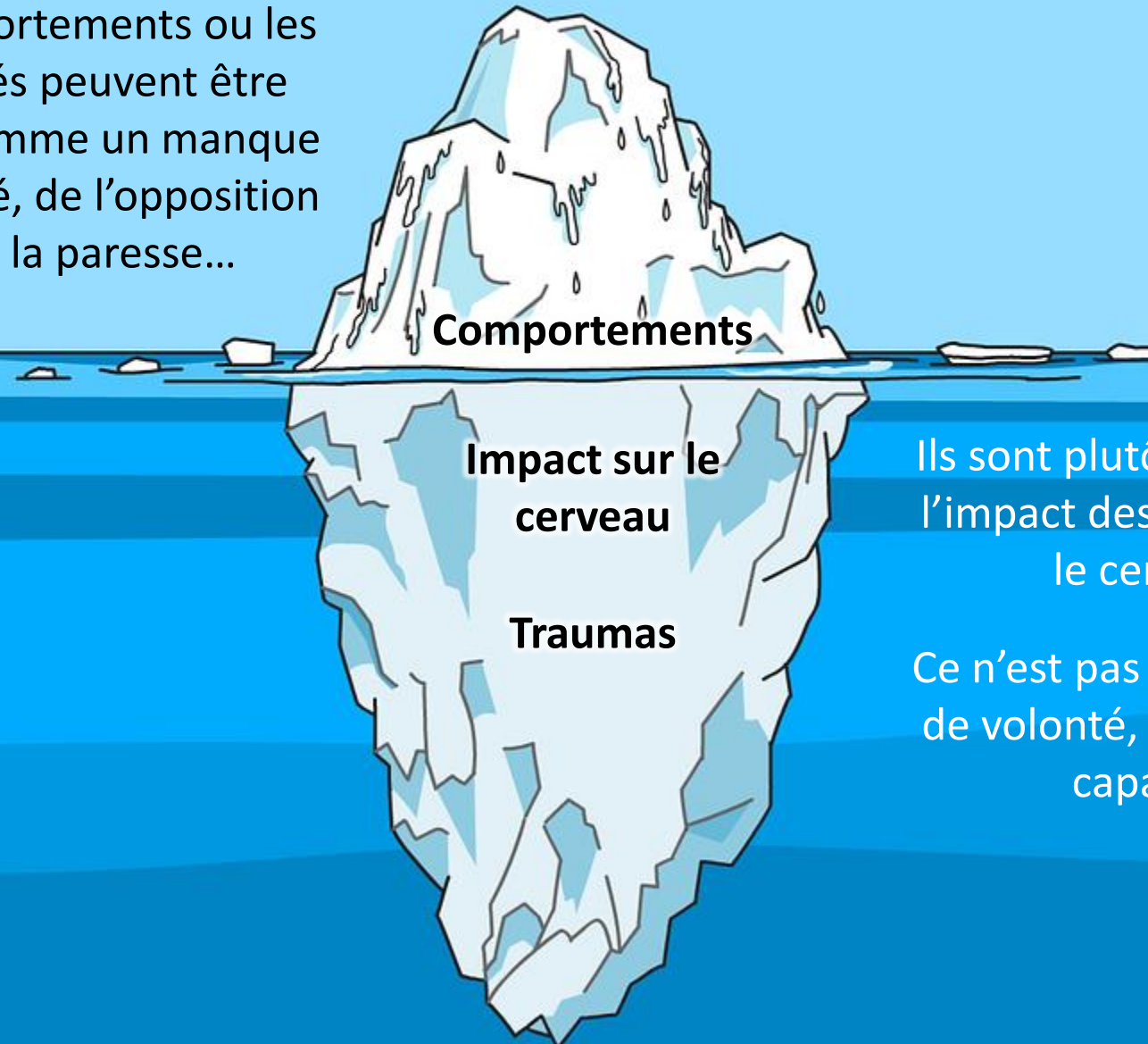
Soutenir et offrir des
modèles

Décortiquer les tâches
et lister les étapes à
faire

Privilégier la
prévisibilité

Utiliser des outils et du
matériel favorisant
l'organisation

Les comportements ou les difficultés peuvent être perçus comme un manque de volonté, de l'opposition ou de la paresse...



Ils sont plutôt le reflet de l'impact des traumas sur le cerveau.

Ce n'est pas une question de volonté, mais bien de capacité.

Comment ajuster nos
pratiques et adapter les
milieux?

Approches axées sur le trauma ou services spécifiques aux traumatismes ?

Les services spécifiques aux traumatismes sont des programmes, des interventions et des services thérapeutiques visant à traiter les symptômes ou les conditions résultant d'un ou de plusieurs événements traumatisants.

Les approches axées sur le trauma (*trauma-informed care*: TIC) sont fondées sur la connaissance de l'impact des traumatismes, visant à garantir que les environnements et les services sont accueillants et engageants pour les élèves et le personnel.

L'approche
axée sur le
trauma est
un nouveau
regard

Un enfant terrible est un enfant terriblement
malheureux.

Ken Gersten

www.citation-celebre.com



Un changement de lunettes



En l'absence d'une approche tenant compte des traumatismes, les problèmes présentés par l'élève peuvent être.. :

- Mal diagnostiqués
- Étiquetés de manière pathologique et nuisible

Une approche axées sur les traumas reconnaît :

1. L'importante prévalence des expériences de vie traumatisantes chez les populations vulnérables.
2. Combien il peut être difficile d'établir une alliance thérapeutique avec ces élèves.

Ingrédients-clés des services directs axés sur le trauma

1. Impliquer les élèves dans l'intervention (par ex. créer les objectifs du plan d'intervention en collaboration)
2. Ajouter un outil d'évaluation de l'exposition au trauma et ses séquelles
3. Former tout le personnel aux approches axées sur le trauma dans les écoles
4. Collaborer étroitement avec les ressources externes et les partenaires

[Key Ingredients for Successful Trauma-Informed Care Implementation \(samhsa.gov\)](https://www.samhsa.gov)

“Trying to implement trauma-specific clinical practices without first implementing trauma-informed organizational culture change is like throwing seeds on dry land.”

Sandra Bloom, MD,
Creator of the Sanctuary Model

Ingrédients-clés des pratiques organisationnelles axées sur le trauma

1. Communiquer clairement le processus de transformation mis en place
2. Impliquer les élèves dans la planification organisationnelle
3. Sensibiliser tout le personnel des écoles (par ex. surveillant au service de garde)
4. Créer un environnement sécuritaire
5. Prévenir le stress traumatique secondaire chez le personnel

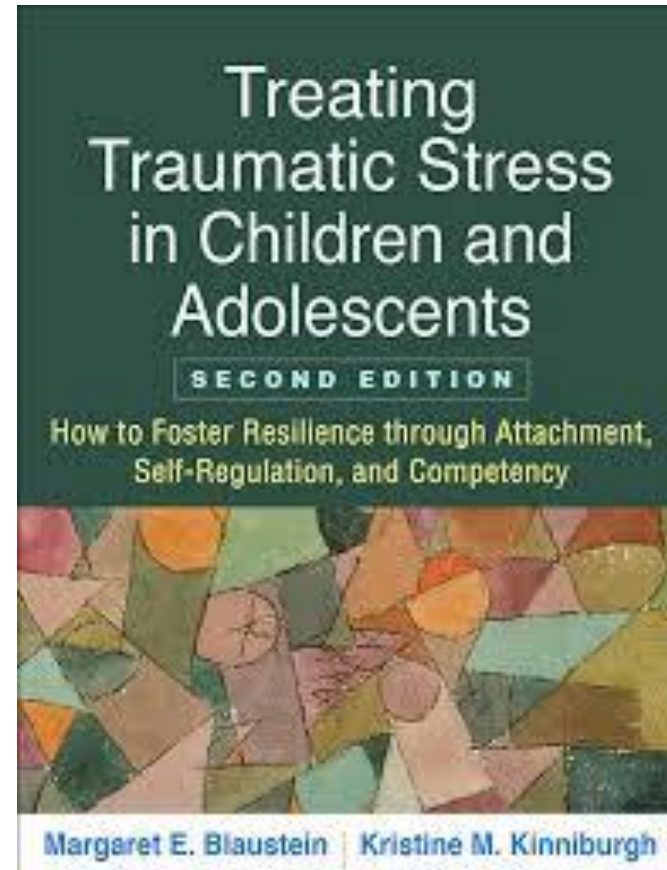
[Key Ingredients for Successful Trauma-Informed Care Implementation \(samhsa.gov\)](https://www.samhsa.gov)

ARC : Une approche systémique du traumatisme

Parmi les quelques approches axées sur le trauma, à notre connaissance, une seule présente une conception multi-systémique qui permet une mise en œuvre par une gamme d'intervenants et d'adultes significatifs.

Cible les trois domaines fondamentaux de la résilience :

Attachement
Régulation
Compétence



A photograph of three tall, grey stone pillars standing against a clear blue sky. The pillars are connected at their base by a dark metal structure consisting of horizontal and diagonal beams. Three colored rectangular labels are overlaid on the image: an orange one on the left pillar, a yellow one in the center, and a green one on the right pillar. Bare tree branches are visible in the background.

Attachement

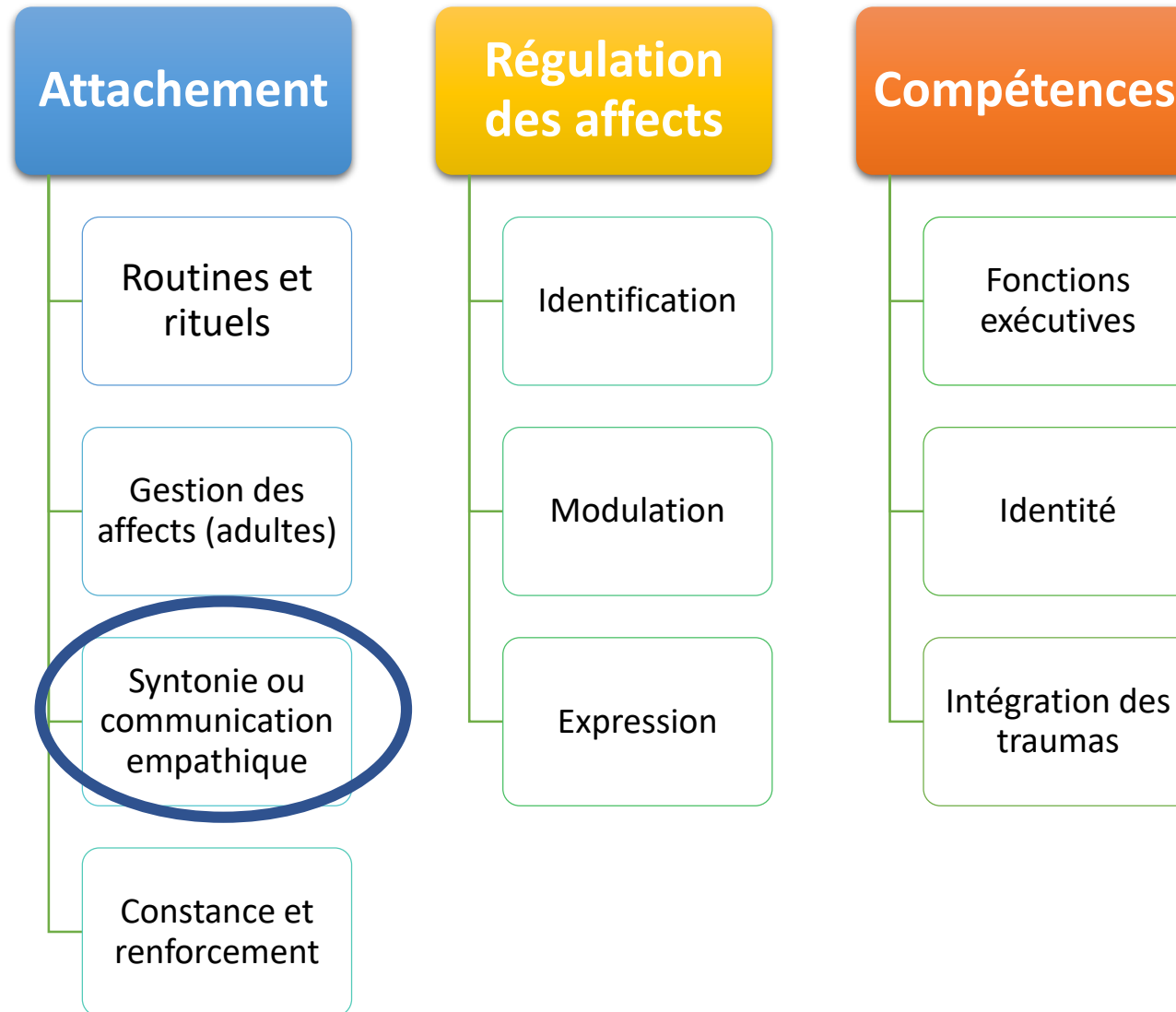
Compétences

Régulation

ARC : Une approche systémique du traumatisme

- Intervention fondés sur des données probantes et sur la pratique
- Fondée sur la **théorie du traumatisme**, l'**attachement** et le **développement de l'enfant**.
- Dans l'ensemble, ces théories soulignent l'importance de :
 - Travailler avec les jeunes en contexte,
 - Reconnaître que les réponses adaptatives actuelles du jeune sont liées à des expériences passées,
 - Promouvoir l'intervention dans l'environnement immédiat - qu'il s'agisse des soignants primaires ou des systèmes de traitement - pour soutenir la croissance et le développement du jeune.
- Reconnu comme une *pratique prometteuse* par le NCTSN et SAMHSA

ARC : une méthode systémique



**Si l'on veut
améliorer le
comportement,
il faut d'abord
s'occuper des
sentiments.**

Haïm Ginott

www.apprendreaeducuer.fr

LA COLÈRE



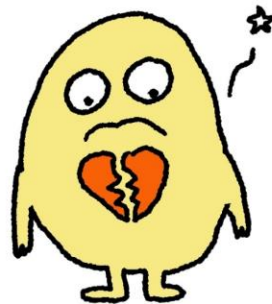
CACHE SOUVENT:



LA PEUR



LA TRISTESSE



LA DOULEUR



LA HONTE

TU ES EN COLÈRE? ESSAIE DE TROUVER L'ÉMOTION DIFFICILE QUI SE CACHE PEUT-ÊTRE DERRIÈRE, ET PRENDS SOIN D'ELLE. ♥

Communication empathique, syntonie

- Objectif : Interpréter les besoins qui se cachent derrière les comportements.
- Les adultes présentent une curiosité et adoptent un rôle de détective.
- Tolérance à l'incertitude, à la remise en question.
- Lire attentivement le message :
 - Quelle est la fonction du comportement au sens large ?
Quel est le besoin ?
 - Quels sont les éléments déclencheurs qui conduisent à une réaction de danger ?
 - Les situations internes (avoir peur, avoir faim, etc.)
 - Les situations extérieures (odeur, lieu, type de personnes, etc.)
 - Situations relationnelles (être ignoré, être critiqué, etc.)

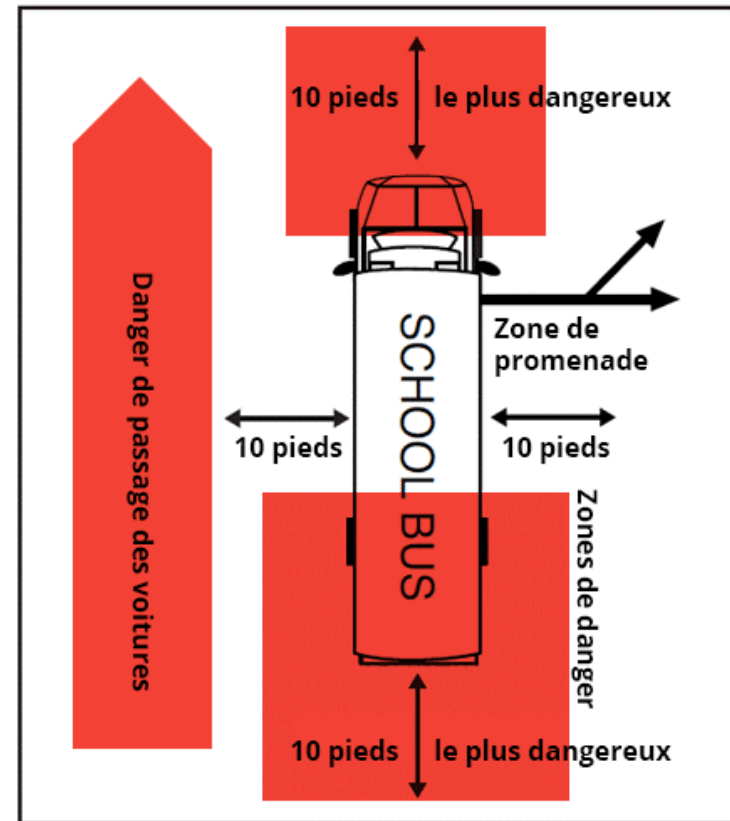


Communication empathique, syntonie

Reconnaître que les zones de dangers sont nombreuses pour un enfant/jeune au vécu traumatique.

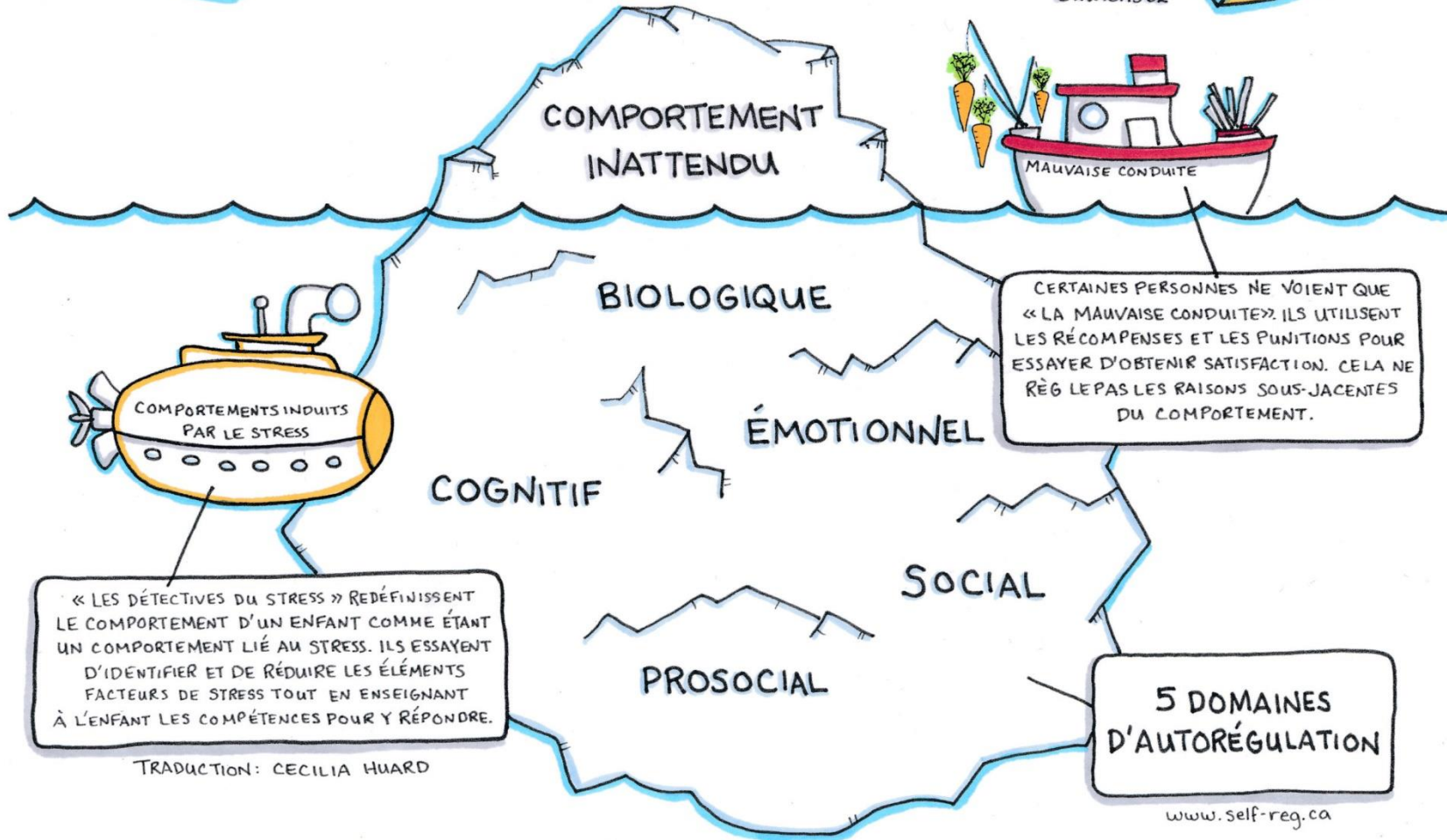
Ce n'est pas à nous de juger si ces zones de danger sont « vraies » ou non; elles sont vécues *pour vrai* par l'enfant.

Les zones de danger



LE COMPORTEMENT C'EST DE LA COMMUNICATION

@kwiens62



Recadrer le comportement

« Les enfants réussissent bien s'ils le peuvent »

-Ross Greene

Ne veut pas



Ne peut pas

Fondé sur un jugement



- Entêté
- Défiant

Il est paresseux...
Elle veut seulement de
l'attention... impolite!



Récompenses
& punitions

- Frustration
- Culpabilité / honte



État d'esprit
de l'adulte

Vision de
l'enfant

Pensées

Réponses

Expérience
de l'enfant

Curieux



- Trop de
stresseurs
- Manque de compétence

Qu'est-ce qui se met en
travers de leur chemin?
Comment puis-je aider?

Trouver et enlever
les barrières



- Soutenu
- Renforcé



« Vois un enfant différemment, tu verras un enfant différent »

-Dr Stuart Shanker

Lorsque les enfants manifestent des comportements exigeants nous pouvons être des « détectives du stress »... découvrir et enlever des barrières.

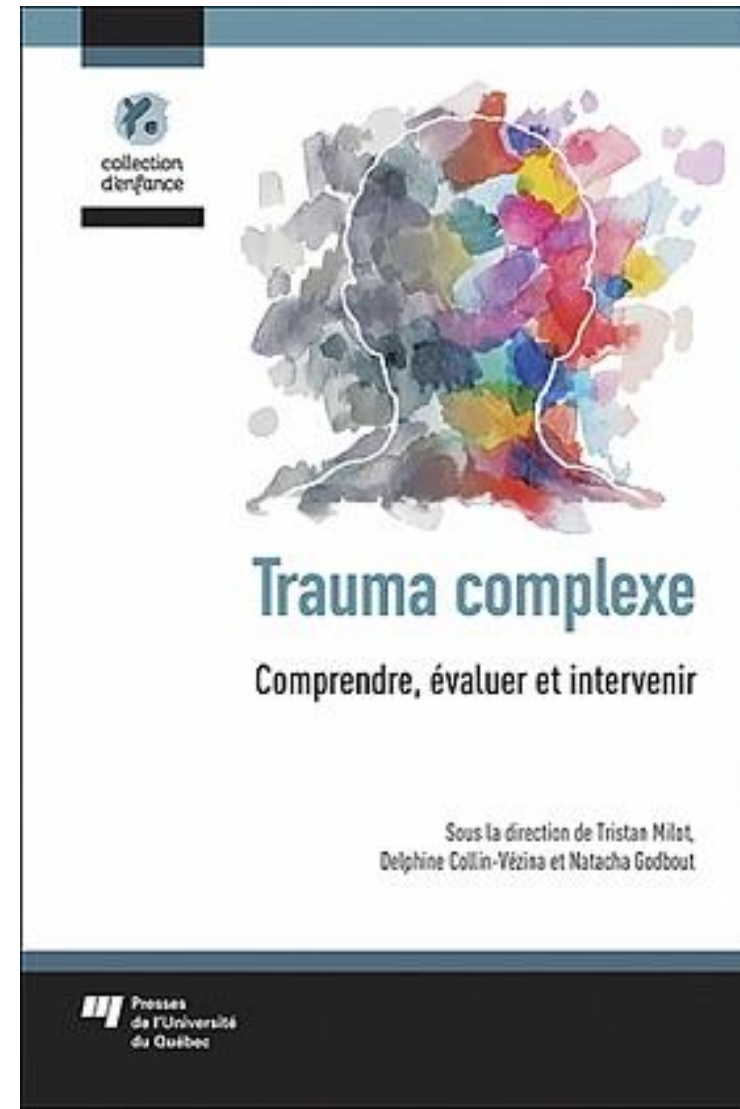
Découvrir des stresseurs → les diminuer

Découvrir des besoins non comblés → les rencontrer

Découvrir des déficits au plan des compétences → les enseigner

@lwiens62

Ressources additionnelles



Ressources additionnelles

1. Pratique intégrant la notion de trauma : de la théorie à la pratique (IUJD)
 - [Version adolescent](#)
 - [Version enfant](#)
2. La **capsule trauma** se compose d'une mise en contexte et de trois volets
 - <http://capsuletrauma.com>
3. Ressource en anglais **Programme SPACE**
 - <makingspaceforlearning-traumainschools.pdf> (theactgroup.com.au)
4. Boîte à outils de la Chaire Richelieu
 - <https://www.chairerichelieu.fss.ulaval.ca/boite-outils>

Consortium canadien
sur le **trauma** chez les
enfants & adolescents

Canadian Consortium
on **Child & Youth Trauma**

Rechercher

EN

Trop d'enfants et d'adolescents canadiens sont *touchés par des* **traumas**

Nos enfants, nos jeunes et nos communautés ont besoin de ressources et
de soutien qui soient centrés sur la guérison des traumas et adaptés à la
culture.

[Consortium Canadien sur le trauma chez les enfants & adolescents -
https://www.traumaconsortium.com/fr/](https://www.traumaconsortium.com/fr/)