



# L'enfant et son bagage

514-525-2573 | 1-866-329-4223  
consultation@premiereressource.com



# Déroulement

- ▶ Qui sommes-nous?
- ▶ Les propos suicidaires
- ▶ L'anxiété
- ▶ Les réactions agressives
- ▶ En terminant
- ▶ Outils et ressources disponibles
- ▶ Nos références



# Qui sommes-nous?

*Première Ressource, aide aux parents* est un organisme communautaire sans but lucratif qui vient en aide aux parents d'enfant de 0 à 18 ans partout au Québec de manière gratuite et confidentielle depuis plus de 35 ans. Par téléphone, courriel ou clavardage, nos intervenantes sont là pour répondre à vos petites questions du quotidien autant qu'à vos problématiques plus poussées. Nos intervenantes sont formées en plusieurs domaines et ont toutes un solide bagage en intervention auprès des familles. Nous offrons aussi des conférences sur plus d'une dizaine de thèmes, des cliniques mobiles et des articles sur divers thèmes liés à la parentalité.



## NOTRE MISSION:

Soutenir les parents dans  
l'acquisition et le maintien  
de leurs compétences parentales  
pour offrir aux enfants un milieu  
familial favorable à leur  
développement.



première  
ressource

AIDE AUX PARENTS

# Notre clientèle

**TOUTE PERSONNE** qui est en lien avec un enfant de 0 à 18 ans d'une façon ou d'une autre, parlant français ou en anglais et vivant au Québec.

- ▶ Parents, grands-parents, famille élargie, amis, jeunes
- ▶ Intervenants, animateurs, enseignants, éducateurs
- ▶ Coordonnateurs, gestionnaires, directions
- ▶ Et cetera



# Mise en contexte

- ▶ L'enfant exprime rarement ses MAUX avec des MOTS...
- ▶ Beaucoup de sujets à couvrir en peu de temps aujourd'hui.
- ▶ Nous sommes disponibles pour vous répondre si vous avez le désir d'approfondir certains thèmes.

# Propos suicidaires : Ce qu'on sait

**Toute expression suicidaire de la part d'un enfant est à prendre au sérieux.**

- ▶ L'intervention auprès des enfants suicidaires est peu documentée et leur jeune âge, leur niveau de maturité ainsi que leur expérience en lien avec les concepts de morts rendent le tout beaucoup plus complexe.
- ▶ Plus l'enfant est jeune, plus le processus suicidaire risque d'être court ou absent.
- ▶ Deux composantes importantes pour nous : le rejet social et l'intimidation.
- ▶ Processus suicidaire diffère de celui des adultes : les enfants ne passent pas par les 6 étapes (flash suicidaire, idéation, rumination, cristallisation, élaboration du plan, passage à l'acte).

# Propos suicidaires : Facteurs de risques

- ▶ Système familial perturbé ou dysfonctionnel
- ▶ Mécanismes d'adaptation déficitaires
- ▶ Problèmes de santé mentale : l'enfant même ou dans ses antécédents
- ▶ Tempérament difficile
- ▶ Difficulté d'intégration sociale
- ▶ Discours normalisant l'option du suicide
- ▶ Rigidité cognitive : impulsivité, perfectionnisme, pessimisme, etc.
- ▶ Faible seuil de tolérance à la frustration, caractère excessif, besoin insatiable d'être aimé



# Indices d'expressions suicidaires

- ▶ Très diversifiés d'un enfant à l'autre!
- ▶ Messages verbaux directs ou indirects : *J'aimerais mieux être mort, je m'en vais rejoindre mon père au ciel, etc.*
- ▶ Des préoccupations excessives face à la mort. Des questions fréquentes sur la mort ou le suicide.
- ▶ Des croyances ou des pouvoirs qu'ils attribuent à la mort et au suicide.
- ▶ Des symptômes psychologiques ou physiques : état dépressif, agitation constante ou l'inverse.
- ▶ Comportements inhabituels, conduites imprudentes, à risques, dangereuses.

**Peuvent être très subtils, il importe de bien décoder les messages pour susciter la confiance.**

# Propos suicidaires : Comment intervenir?

**C'est normal de ne pas savoir quoi faire sur le coup.**

- Prendre l'enfant au sérieux.
- S'assurer qu'un adulte outillé intervienne seul avec l'enfant (pas en groupe).
- Aborder directement la question avec l'enfant en lui demandant clairement s'il pense à mourir, ce que veut dire mourir pour lui ou pourquoi il veut mourir?
- L'écouter et lui permettre d'exprimer sa souffrance même si ça nous semble superficiel.
- Demander des précisions sur sa façon de vouloir se tuer (évaluer l'urgence) ce qui nous permettra d'établir un filet de sécurité.
- L'impliquer dans sa recherche de moyens pour améliorer sa situation : qu'attend-il des adultes qui l'entourent, que peut-il faire lui-même? etc.

# Propos suicidaires : Comment intervenir

- Rassurer l'enfant de notre présence, être patient.
- Valoriser ses succès et ses efforts.
- Outiller l'enfant et l'accompagner à résoudre des problèmes.
- Encourager l'enfant dans la poursuite de ses activités.
- Établir une liste de personnes pouvant lui venir en aide au besoin et aviser ces personnes.
- Informer les parents de la situation.
- Inviter l'enfant à parler à une personne de confiance chaque fois qu'il pense à vouloir mourir.
- Exprimer notre position à l'enfant concernant le suicide : le suicide n'est pas une solution.

# Propos suicidaires : Piste de réflexion

- ▶ Avons-nous un protocole établi en cas de :
  - ▶ Confiance ou dévoilement
  - ▶ Geste suicidaire
- ▶ Avons-nous des partenaires avec lesquels discuter de nos idées?
- ▶ Avons-nous été prendre l'information légale pour notre organisation?

# Anxiété chez les enfants : Ce qu'on sait

Les signes les plus fréquents de l'anxiété chez l'enfant sont :

- ▶ Les troubles du sommeil.
- ▶ La perte d'appétit.
- ▶ Le fait de ressentir la peur de manière beaucoup plus intense que les autres enfants du même âge, ce qui l'amène à éviter certaines situations.
- ▶ Le refus d'aller à l'école ou de participer à des activités (sports, art, etc.).
- ▶ La difficulté à se faire des amis.
- ▶ Certains symptômes physiques comme les maux de ventre, les vomissements ou la fatigue.

# Anxiété chez les enfants : Comment intervenir?

- Prendre l'enfant au sérieux.
- S'assurer qu'un adulte outillé intervienne seul avec l'enfant (pas en groupe).
- Aidez-le à mettre des mots sur ses émotions.
- Posez-lui des questions et écoutez-le. L'enfant a surtout besoin d'exprimer ses craintes. Ne tentez pas de trouver des solutions à tout prix.
- Lorsque l'enfant développe une nouvelle peur, rassurez-le et gardez en tête qu'il aura besoin de temps pour la surmonter.
- Les enfants vivent parfois de la peur ou ont de la difficulté à s'adapter à de nouvelles situations. Il serait donc souhaitable d'encourager les parents à préparer leurs enfants avant l'arrivée au camp (jeux, mises en situation...).

# Anxiété chez les enfants : Comment intervenir?

- ▶ Faire du renforcement l'aidera à développer son estime de soi ce qui peut avoir comme effet de diminuer l'anxiété.
- ▶ Félicitez-le quand il réussit à surmonter sa peur. Si applicable, rappelez-lui régulièrement les peurs qu'il a réussi à surmonter ou demandez-lui quelles sont les peurs qu'il a vaincues dans le passé. Cela l'encouragera à continuer à maîtriser ses craintes.
- ▶ Il est préférable que l'enfant s'expose graduellement aux situations qui lui causent de l'anxiété. L'évitement n'est pas souhaitable. Encouragez-le plutôt à vivre ces situations en lui offrant du soutien et de l'accompagnement.
- ▶ Avisez les parents de la situation.

# Anxiété chez les enfants : Piste de réflexion

- Inclure une procédure pour favoriser l'intégration de l'enfant lors de son arrivée dans les documents d'inscriptions.
- Former les animateurs afin de bien encadrer les enfants anxieux face aux activités courantes.
- Avons-nous un protocole pour accompagner les enfants qui font:
  - Une crise d'anxiété
  - Une décompensation majeure



# Réactions d'agressivité : Ce qu'on sait

- ▶ Un jeune peut être agressif physiquement et verbalement.
- ▶ Généralement les jeunes qui ont du mal à gérer leurs émotions :
  - ▶ agissent trop impulsivement,
  - ▶ n'ont pas appris à identifier, contrôler, canaliser et exprimer correctement leurs émotions,
  - ▶ ont été témoins de comportements similaires de la part des proches,
  - ▶ ont un diagnostic pouvant expliquer ce type de réactions, etc.
- ▶ Ces réactions peuvent se manifester lors d'un mécontentement ou lors d'une situation pouvant être source de stress pour l'enfant.

# Réactions d'agressivité : Comment intervenir?

- L'agressivité est une forme de violence totalement inacceptable. Il est donc important d'intervenir et de ne pas ignorer ce type de comportements.
- Il serait souhaitable qu'un plan d'action soit mis sur pied, si suite à un avertissement, le comportement agressif ne cesse pas.

## **Exemple de plan d'action :**

- Garder un ton calme et ferme lors de l'avertissement.
- Sécuriser l'environnement et demander l'aide d'un collègue si le comportement perdure.
- Si le jeune est dangereux pour lui ou pour les autres, l'isoler et appliquer les protocoles déjà établis à cet effet.

# Réaction d'agressivité : Piste de réflexion

- Bonifier les fiches d'inscriptions pour prévoir et accueillir adéquatement les enfants plus vulnérables ou sujets à des réactions agressives.
- Bonifier la formation des animateurs en lien avec les divers types de violences présentes dans vos organisations.
- Utiliser un outil de communication direct avec le parent dont l'enfant présente des réactions difficiles au quotidien.
- Prévoir un espace de communication libre hebdomadairement pour que les animateurs s'expriment sur leur vécu avec les jeunes agressifs ou autre.

# Quand s'inquiéter?

- ▶ Si un changement important ou drastique survient dans le comportement d'un enfant.
- ▶ Si l'enfant vit de la détresse ou a des propos suicidaires.
- ▶ Si les symptômes d'anxiété sont répétitifs et invasifs malgré l'intervention des adultes.
- ▶ S'il a de la difficulté à accomplir ses activités quotidiennes à cause de son haut niveau d'anxiété.
- ▶ S'il a du mal à contrôler ses colères et ce, malgré les avertissements et la mise en place de structure aidant l'enfant à s'épanouir.

**Il serait alors important de suggérer aux parents de consulter un professionnel qui pourra évaluer la situation de leur enfant.**



# En terminant

- ▶ Favorisons la prévention plus que l'intervention en toute circonstance. En effet, en étant attentifs aux signaux, nous pouvons éviter plusieurs situations.
- ▶ Apprenons à discerner les maux des enfants pour mieux répondre aux besoins réellement exprimés par leurs paroles et leurs actions.
- ▶ Soyons prêts à intervenir en adoptant des plans d'interventions clairs, concis et connus de tous.
- ▶ Poursuivons la discussion sur les besoins des enfants plus vulnérables toute l'année pour tenir nos protocoles à jour.



# Aide et ressources

- NOUS! Première Ressource, aide aux parents : 1-866-329-4223
- Tel-Jeunes : 1-800-263-2266
- Centre de prévention du suicide pour les personnes suicidaires et les proches : 1-866-277-3553.
- Ligne Info-Social et Info-Santé : 811
- Association québécoise de prévention du suicide : 1-418-614-5909

# Aide et ressources

- Médecin de famille
- Votre centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) ou votre centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS);
- L'Ordre des psychologues du Québec : <https://www.ordrepsy.qc.ca/>
- Revivre : Ressource pour troubles anxieux et autres troubles de santé mentale <https://www.revivre.org/>

# Nos références

- ▶ *Trousse de procédures, interventions en situation de crises.* Fédération du personnel de soutien scolaire, CSQ, 2018
- ▶ *Les problématiques suicidaires chez les enfants de 12 ans et moins. L'exemple d'intervention d'un programme d'intervention en milieu scolaire primaire.* Rodrigue Gallagher et Marc Daigle, 2009.
- ▶ *Le suicide chez les enfants – Le désespoir précoce.* Marie-Andrée Chouinard, 2002
- ▶ *Anxiété chez les enfants.* Site du Gouvernement du Québec, 2019



# Merci de votre attention



Lundi au vendredi, 9h à 16h30

514-525-2573 | 1-866-329-4223

[consultation@premiereressource.com](mailto:consultation@premiereressource.com)