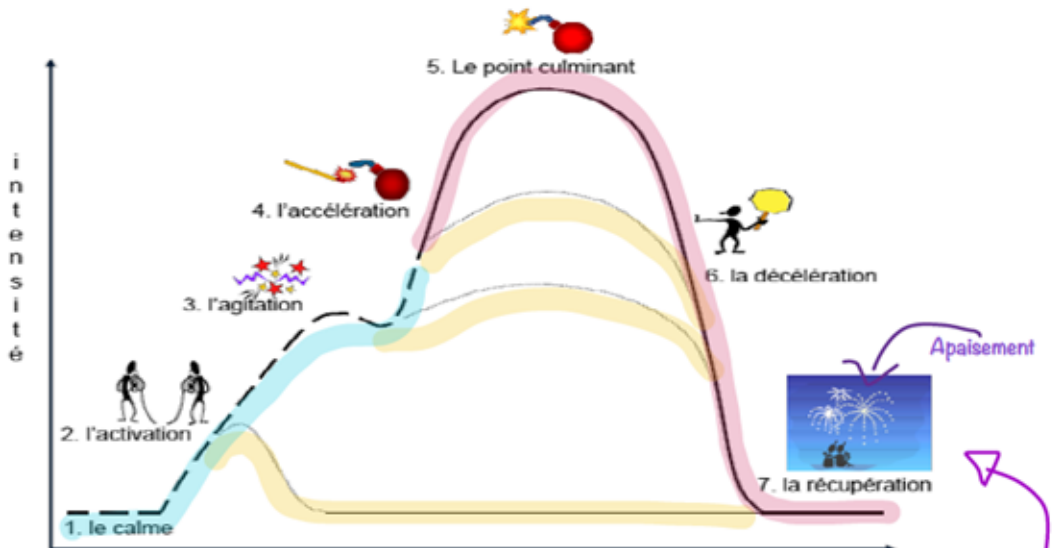
La gestion de crise par l'approche positive

En tant que parent Comment intégrer l'approche positive à mon intervention?

BENADO
Organisme de justice alternative
Alternatives au décrochage scolaire

- Il existe 6 étapes lors d'une crise. Selon l'endroit où votre enfant se situe, l'intervention sera différente.
- Dans les étapes 1 et 2, il est possible d'intervenir afin de désamorcer la crise.
- Dans les étape 3, 4 et 5, il est inutile d'intervenir et il suffit alors d'accompagner le jeune dans sa crise afin de maintenir un climat sécuritaire.
- L'étape 6 doit se faire uniquement lorsque le jeune est totalement calme et serein.
- ***Important: un jeune qui arrive face à nous n'arrive pas nécessairement à l'étape 1. Il se peut qu'il ait vécu des choses avant d'arriver et qu'il soit déjà dans l'étape 3. C'est la responsabilité de l'adulte de décoder les signes afin d'intervenir adéquatement.***



Maggie Lague, intervenante sociale

1 Le calme

L'adolescent **est disponible** et il respecte les consignes.

But: Déterminer les éléments plus difficiles que votre enfant a pu vivre et qui lui crée des tensions.

Cela concerne souvent des éléments qu'on ne voit pas et qui sont arrivés avant que votre enfant n'arrive face à vous (anxiété, chicane avec un ami...)

Interventions à prioriser:

- Questionner votre enfant sur ce qui semble l'irriter.
- Montrer votre compréhension et votre préoccupation face às son malaise.
- Démontrer une écoute empathique.
- Observer le langage non-verbal et l'encourager à mettre des mots sur ce qu'il. elle vit.

2 L'activation et l'agitation

Un conflit ou un changement survient, ce qui crée une incompréhension, un refus ou une frustration qui fragilise votre enfant et le rend plus vulnérable. Si les frustrations ne sont pas résorbées et que ses besoins demeurent insatisfaits, l'agitation augmente.

Manifestations d'agitation: soupir, tension musculaire, augmentation du ton ou du débit de la voix, frappe du poing ou du pied la table, dit des propos blessants...

Interventions à prioriser:

- Utiliser des techniques d'intervention directe : décontextualiser, offrir un verre d'eau, restructurer son espace (coquille contre le bruit, changer d'environnement), tenter de se synchroniser avec votre enfant..
- Utiliser de courtes phrases pour réitérer les demandes, maintenir les exigences et offrir des alternatives au comportement (solutions aux besoins de votre enfant).

3 L'accélération

C'est l'étincelle qui vient alimenter le bagage émotionnel du jeune déjà saturé. à ce stade, un événement banal peut déclencher l'accélération.

Signes démontrant l'accélération: irrationnalité, défier l'autorité, contesté ce qui est demandé, refuser de collaborer, crier, pleurer, dire des propos blessants, intimidation, menace, bris de matériel.

Intervention à prioriser:

- Continuer les interventions amorcées à l'étape 2 (tenter de répondre aux besoins du jeune et de lui offrir des moyens alternatifs pour combler ces besoins).
- Ne pas entrer dans une lutte de pouvoir - Éviter de trop argumenter (fournir de courtes réponses simples et rationnelles aux questions du jeune).
- User de saine fermeté : établir des limites claires, réalistes et facilement compréhensibles.
- Sécuriser l'environnement (en cas de nécessité, demander du soutien).

4 Le point culminant

C'EST L'EXPLOSION DES TENSIONS (ÉMOTIONS INTENSES).
*** NE PAS SOUS-ESTIMER LA FORCE DU JEUNE DURANT CETTE PHASE. ***

Diverses formes d'explosion: PASSIVE (refus de collaborer, renverser des meubles par accident, arrogance, voler, jouer à l'imbécile) ou ACTIVE (crier, dire des injures, menacer, frapper, détruire des biens, mordre). L'explosion n'est pas un échec. Chez certains jeunes, l'explosion est nécessaire pour revenir au calme et l'accompagnement de l'adulte est priomordial. .

Intervention à prioriser:

- Sécuriser l'environnement et garder une certaine distance avec le jeune (en cas de nécessité, demander du soutien ou appeler le 911).
- Rester calme et ne pas négocier même s'il fait des menaces.
- Éviter de trop parler ou de rappeler sans cesse les règles. Mentaliser: Tu es en colére, car...
- Accompagner le jeune dans le local d'apaisement (lieu sécurisé) afin qu'il puisse revenir au calme.

Outil d'intervention - Approche positive

5 La décélération

PENDANT CETTE PHASE, L'AGITATION MOTRICE ET VERBALE DIMINUENT. LE JEUNE REPREND TRANQUILEMENT LE CONTRÔLE DE SON COMPORTEMENT.

Important: Pendant la phase 4, le cerveau du jeune était incapable de rationnaliser et d'interpréter la situation. Il est donc **inutile de discuter avec lui et d'amorcer des discussions sur ses comportements.** Le jeune doit tout simplement être accompagné afin que ses tensions s'éliminent. Dans la phase 5, le jeune se calme un peu avec l'aide de l'intervenant, mais il va continuer à nier la situation et mettre le blâme sur les autres. Il se peut qu'il soit encore non réceptif aux demandes de l'adulte.

Interventions à prioriser:

- Canaliser l'énergie du jeune à l'aide de certains moyens mis à votre disposition: dessiner la colère, crier dans un oreiller, aller courir dehors, frapper dans un punching-bag, écrire sa colère, faire une petite activité calme avec un adulte...
- Ne pas donner de limite de temps: chaque jeune à un temps différent pour retrouver son calme et chaque situation est différente (vous le verrez et le jeune va le nommer lorsqu'il se sentira mieux).
- Utiliser des techniques de respiration afin de retrouver son calme - adopter une attitude calme, douce et bienveillante.

6 La retombée

LE JEUNE A ÉVACUÉ TOUTE SA FRUSTRATION ET IL EST ALORS DISPONIBLE À LA DISCUSSION AVEC L'ADULTE.

Important: Cette phase permet à l'adulte de recréer la relation qui a été perdue pendant la crise. Pour certains jeunes, il est impossible de faire un retour la journée même de l'événement (ne vont pas réussir à atteindre le stade 6). Un retour peut alors être fait le lendemain (MAIS il ne doit pas être oublié).

Interventions à prioriser:

- Faire un retour sur la situation avec le jeune: 1) Décrire la situation. 2) Laisser le jeune s'exprimer sur la situation et sur ses émotions vécues. 3) Évaluer les gestes commis. 4) Déterminer un geste de réparation afin de recréer la relation. 5) Assumer le geste et les conséquences s'il y a lieu. 6) Trouver des stratégies alternatives pour les prochaines fois.