



Colloque sur le traumatisme crânien

Le jour d'après,

Reconstruire sa vie

**Maintenir l'inclusion des personnes TCC
en régulant la colère.**

Marie-Pierre Primeau-Groulx, psychoéducatrice,
professeur en éducation spécialisée et consultante-experte pour le SQETGC.

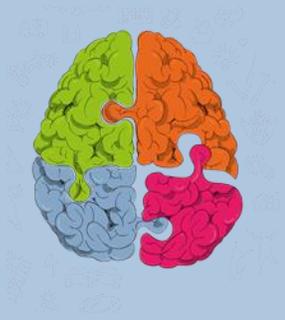


Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère



Me présenter...

- T.E.S. en maison d'hébergement TCC-TGC
- Pratique privée auprès des personnes vivant dans la communauté
- Ps.ed. à l'Équipe régionale en intervention complexe de Laval (E.R.I.C.) du CISSSL
- Professeure en éducation spécialisée au collège Montmorency
- Consultante-experte aux Services québécois d'expertise en trouble grave du comportement (S.Q.E.T.G.C.)



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Sujets abordés...

- La colère
- L'agressivité
- L'impact
- Les besoins et la fonction du comportement
- Les interventions préconisées
- Références



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

La colère est une émotion saine! Elle est utile, précieuse...
Pourtant, en Amérique du nord, elle est mal aimée.

La colère a pour fonction de nous alerter, de nous défendre, de tracer des limites. Elle est un message.

Elle cache d'autres émotions sous-jacentes comme **la peur, la tristesse, l'anxiété.**

On la voit apparaître lorsque nous **percevons** que nous avons été injustement traités, trahis ou abusés.

L'agressivité peut arriver lorsqu'on se sent coincés et que nous ne voyons pas de solution à notre problème.



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Les manifestations de la colère sont multiples. C'est l'agressivité qui dérange.

L'agressivité physique et/ou verbale tourner vers les autres est souvent celle qui a le plus d'impact.

L'exclusion des services et/ou la judiciarisation des personnes est souvent fréquente. Elle amène de la souffrance chez les personnes et un important sentiment d'impuissance chez les intervenants.



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Les déclencheurs fréquents observés en pratique étaient:

- ✓ Les attitudes défavorables des intervenants (infantilisante, contrôlante et rejetante)
- ✓ Les interdits
- ✓ Les erreurs de compréhension (information trop complexe, flot trop rapide, etc.).

Besoin de pouvoir selon le modèle de Glasser:

- se sentir compétent
- Se savoir capable de résoudre ses problèmes
- Être en mesure de donner son opinion, d'influencer les décisions le concernant
- Être entendu, considéré, reconnu



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Les réactions de stress des intervenants et des membres de la famille:

- « arrête », « calme toi »
- « Tiens de vais te le donner finalement »
- « ... »

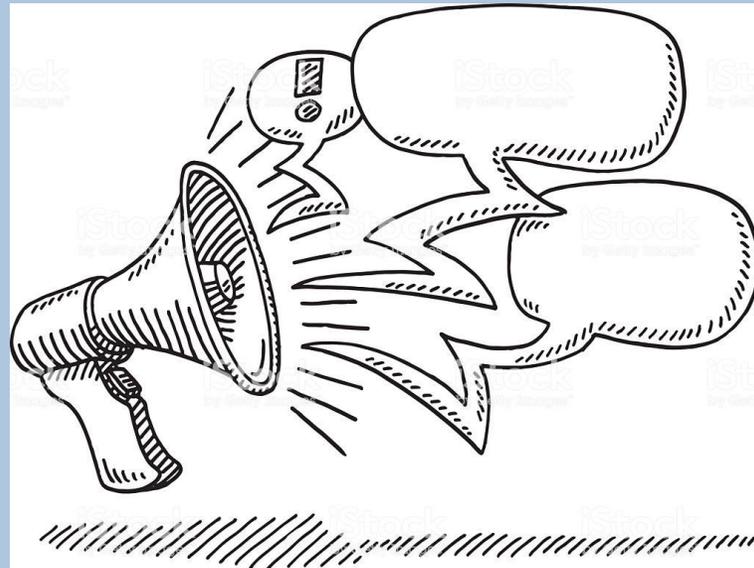
Besoins des intervenants:

- Se protéger et protéger les autres en reprendre du pouvoir sur la situation



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Quel est le grand message à comprendre et à donner?





Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Les mécanismes cognitifs de la colère illustrées à travers une vidéo utilisant **la modélisation du cerveau dans la main** de Daniel Siegel, neuropsychiatre américain.

*Le cerveau dans la main, une animation
pour aider les enfants à gérer leurs émotions*

Une leçon illustrée extraite du livre « Le cerveau de votre enfant » du Dr Daniel Siegel et Tina Payne Bryson, aux éditions Les Arènes. Cette vidéo permet aux enfants de comprendre ce qui se passe dans leur cerveau lorsque l'émotion

https://www.youtube.com/watch?v=9aONSCU9v_w



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Approches préconisées:

- ✓ -Approche motivationnelle
- ✓ -Approche de collaboration
- ✓ -Approche cognitivo-comportementale

Séquence d'intervention:

- Pendant l'intervention de crise
- Post-intervention et plan
- Prévention



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Adresser d'abord le « message limbique » (partie émotionnelle):

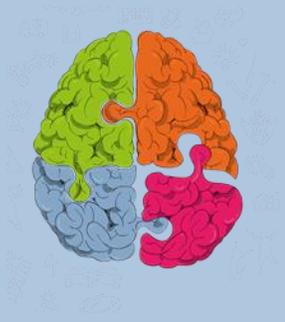
« je vois que tu ne vas pas bien, je veux t'aider ».

Adresser ensuite le néocortex ensuite:

« Regarde, les autres ne se sentent pas bien actuellement.

Viens je vais t'aider ».

- Dès un retour au calme, faire réagir le néocortex en posant des questions ouvertes. « Explique-moi, qu'est-ce qui ne va pas ».



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Vidéo d'un généreux témoignage



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Prévention des manifestations

(diminution fréquence, durée, intensité pour diminuer l'impact)

Lors du retour sur l'évènement à l'aide des approches de collaboration de Feeney et Ylvisaker (1998) et cognitivo-comportementale:

- Analyser avec la personne (Pourquoi le message s'est déclenché? Faites des reflets en utilisant l'idée qu'elle s'est sentie coincée, humiliée, menacée, mal traitée, trahie ou abusée).
- Installer le doutes des perceptions, adresser les conséquences et « focuser » sur le projet de vie et les objectifs.
- Faire un plan (routine positive quotidienne) avec la personne en identifiant des stratégies dont des outils de compensation cognitive qui sera diffusée à toute l'équipe.
- Laissez des écrits à la personne et pour vous.



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère



Attention!!!

Un contrat

Doit être un *contrat thérapeutique*; cadre, les raisons, ce que le client gagne, les conséquences si non respectées dans des formulations empathiques.

But: être en mesure de donner ses soins, son suivi, sa
thérapie.



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Prochaine activité:

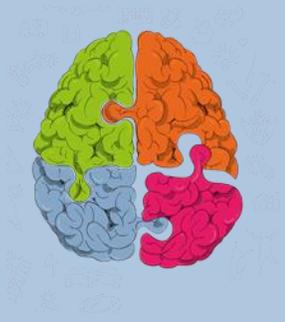
- Reprise du plan juste à l'arrivée pour adresser au cortex qu'il peut se sentir en contrôle et en sécurité.
- Retour sur les stratégies utilisées juste après la fin pour renforcer le sentiment de compétence et donc de pouvoir.
- Évaluation et ajustement en équipe.



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Ressources:

- Outils pour l'évaluation d'un trouble de comportement: ECO et SATC
- Équipe surspécialisée dans certaines régions
- Équipe surrégionale en TGC-DP à Montréal et à Québec
- Services québécois d'expertise en trouble grave de comportement en déficience physique.



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

*"Il n'y a rien de plus réellement artistique
que d'aimer les gens."*

Vincent Van Gogh



Maintenir l'inclusion des personnes TCC en régulant la colère

Références médiagraphiques

- Association canadienne pour la santé mentale **Comprendre la colère et la gestion de la colère tiré du site internet** <https://ontario.cmha.ca/fr/documents/comprendre-la-colere-et-la-gestion-de-la-colere/> consulté en septembre 2019
- Bureau d'intervention en matière de harcèlement **Ciblez les stratégies gagnantes en matière de la colère** . Centre de santé et de consultation psychologique. Services aux étudiants. Université de Montréal. Tiré à l'adresse internet suivante: http://cscp.umontreal.ca/documents/Ciblez_colere_depliant.pdf consulté en septembre 2019
- Centre de réadaptation Lucie-Bruneau. *Implantation de l'approche de collaboration*. Notes de formation du PTGC. 2011.
- Godbout, D et Deschênes, M. (2005) *L'intervention en troubles du comportement auprès des personnes ayant subi un traumatisme cranio-cérébral*. Document du PREM-TGC.
- Gros-Louis (2015). Devenir un psychothérapeute efficace. *L'art du possible*. Volume2, no.3.
- Greenberg, Dennis (2008). *Dépression et anxiété: comprendre et surmonter par l'approche cognitive*. Édition Décarie
- Logean, Sylvie. **Le rêve miroir de notre cerveau en colère**. Journal le monde https://www.lemonde.fr/sciences/article/2019/05/07/le-reve-miroir-de-notre-cerveau-en-colere_5459161_1650684.html, Publié le 07 mai 2019
- Parentalité Pas à Pas (2019) **2 astuces neurosciences pour gérer les crises de colère** <https://parentalite-pas-a-pas.com/2-astuces-neurosciences-pour-gerer-les-crises-de-colere/>
- Sévigny (2013). *Intervenir auprès de l'utilisateur difficile: dénouer les impasses et créer un lien*. Tiré des power-point de la conférence dans le cadre des Rendez-vous de la réadaptation édition 2013.