

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais

Québec 

Ouvrir ensemble mon trésor

Cahier du participant



Sous la coordination de
Angèle Turgeon
Agente de planification, programmation et de recherche
Programmation clinique
DSPQ
angele_turgeons@ssss.gouv.qc.ca

Rédaction
Angèle Turgeon, APPR
DSPQ

Septembre 2015

Remerciements

Nous remercions chacune des personnes suivantes pour leur précieuse contribution à l'élaboration de ce projet qui a pris cette forme au fil des ans. Judith Barré, Lise Clément, Nadine Lacroix, Louise Champagne et Marie-Ève Tondreau.

Membres du comité initial sur la problématique de l'abandon :

Coordination des travaux

Angèle Turgeon

Membres de la Direction des services professionnels et de la qualité

Angèle Turgeon, Centres jeunesse de l'Outaouais

Tous droits réservés.

Dépôt légal, 2^{ème} trimestre 2016

Bibliothèque nationale du Québec.

Bibliothèque nationale du Canada.

ISBN : 978-2-550-75625-5

ISBN : 978-2-550-75627-9

©La reproduction totale ou partielle de ce document est autorisée à condition que la source soit mentionnée.

Pour citer le document : Centre Intégré de santé et des services sociaux de l'Outaouais (CISSS de l'Outaouais). Ouvrir ensemble mon trésor, Cahier du participant. Rédigé par Angèle Turgeon. 2014, 31 pp.

Le genre grammatical masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Certains contenus du présent document proviennent de différents auteurs. Nous utilisons des extraits de contenu, s'inspirons de ces textes pour concevoir nos activités et annexes et le faisons en citant l'auteur par une note en bas de page et à la fin, en bibliographie, pour respecter les droits d'auteur. Ce sont ces contenus qui servent à compléter le présent guide de l'animateur.

FONCTIONNEMENT DES RENCONTRES DE GROUPE

Les rencontres de groupe s'effectuent toujours de la même manière :

- ✚ **Accueil** : La période d'accueil vise à prendre le temps pour souhaiter la bienvenue aux participants¹ et les accueillir. Il s'agit aussi de repérer leur disposition (triste, perturbé, agacé, frustré, etc.) à recevoir, à donner, donc à partager en groupe. Les animateurs peuvent échanger sur des sujets de la vie quotidienne avec les participants, afin de créer ou recréer un climat de confiance et de partage.
- ✚ **Retour sur les apprentissages faits** : réviser les notions vues aux ateliers précédents.
- ✚ **Objectifs spécifiques de la rencontre ou de l'atelier** : rappel des objectifs afin que chaque participant puisse situer les apprentissages qu'il fera lors de l'atelier.
- ✚ **Activités en lien avec la rencontre** : activité individuelle ou de groupe, avant ou après de bref contenus théoriques.
- ✚ **Collation, le dîner et les activités libres** : Occasion favorisant l'apprentissage de moyens visant à prévenir les conflits. Les participants choisissent leur collation en tenant compte du choix des autres.
- ✚ **Fin de la rencontre ou de l'atelier**: La période de fin vise à faire le bilan de la journée, à résumer ce qui a été appris, mais aussi à vérifier l'état dans lequel les participants terminent le groupe. Au besoin, une intervention peut s'avérer nécessaire. L'animateur prend également le temps de préciser la date de la prochaine rencontre et ce qui y sera abordé. Les animateurs remercient les participants de leur présence et de la qualité de leur participation.

¹ Les participants peuvent être des enfants, des adolescents ou des parents tout dépendants à qui s'adresse le groupe thérapeutique.

CADRE THÉORIQUE	THÈME	ACTIVITÉ
Attachement (ARC)	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Routine ✚ Gestion des émotions du donneur de soin ✚ Ajustement empathique ✚ Constance et renforcement 	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Rencontre de groupe ✚ Évaluation du profil d'attachement
Processus de groupe	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Engagement 	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Se connaître, s'approprier ✚ Mon embarquement au bateau ✚ Mes personnes significatives
Régulation des émotions (ARC)	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Identification des émotions ✚ Expression des émotions ✚ Modulation des émotions 	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Vivre et exprimer mes sentiments ✚ Mon Océenfanse ✚ Donner un sens à mon placement ✚ Mes stratégies de survie
Compétences (ARC)	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Fonctions exécutives ✚ Identité 	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Mes forces sur lesquelles je peux compter ✚ Mes héritages ✚ Mes nouveaux liens d'attachement ✚ Partager mon expérience de groupe

THÈME 1 : Engagement

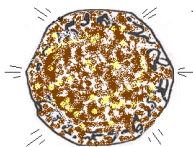
Atelier 1 : Se connaître, s'approprier

Objectif spécifique

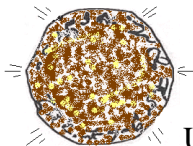
✚ L'enfant apprend à se connaître et à se faire confiance.

Première activité : Brise glace (Jeux des qualités) (15 minutes)

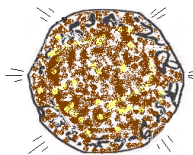
Découvrir mes trésors



Une qualité _____



Une qualité _____



Ce que l'on voit _____

Deuxième activité : But du groupe (15 minutes)

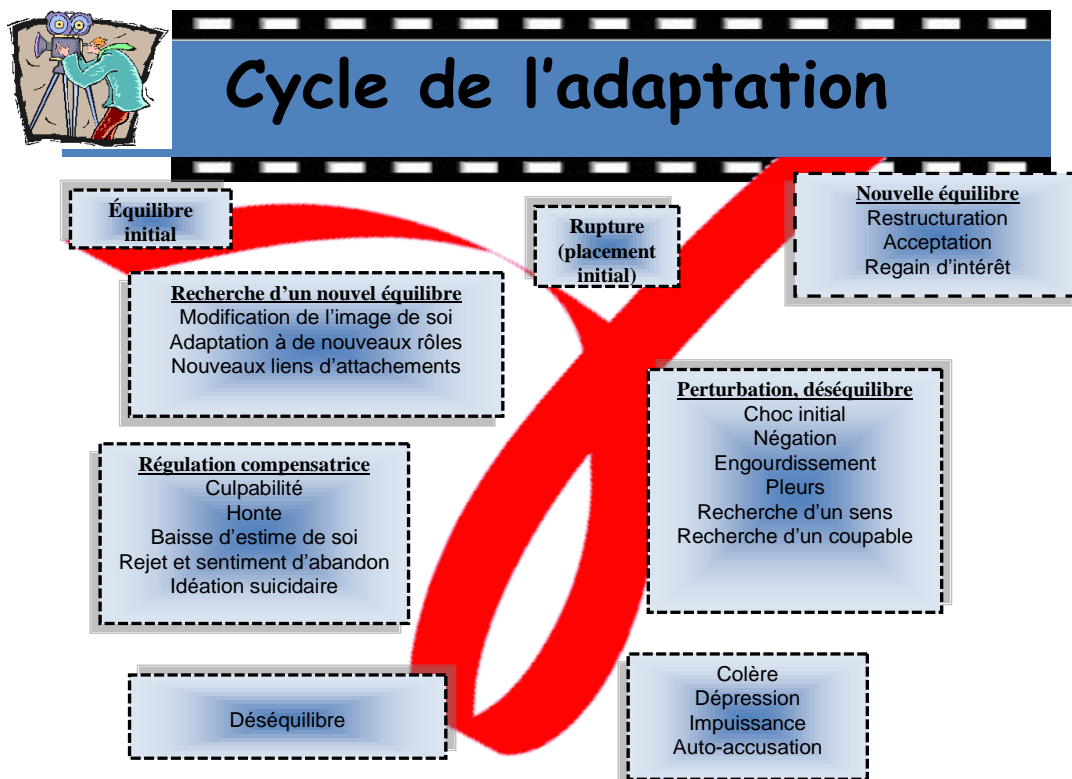
BUT DU GROUPE

L'activité permettra aux enfants de s'enraciner dans un milieu de vie permanent. Elle sera également une occasion de découvrir leurs forces intérieures et spirituelles (l'actualisation de soi) et de faire d'un évènement malheureux une occasion de croissance.

OBJECTIF GÉNÉRAL

« Ouvrir ensemble mon trésor » se veut un groupe sécurisant pour l'enfant qui vit une séparation, un deuil. L'enfant portant en lui la douleur de l'absence y trouve un lieu de partage, d'écoute et de compassion. Il a la possibilité de parcourir un bout de chemin avec d'autres jeunes de son âge qui expérimentent la même situation. Il peut parler avec d'autres enfants de ce qu'il vit pour se reconstruire et continuer à grandir dans son nouveau milieu de vie.

Troisième activité : Identification de son étape d'adaptation (15 minutes)



Atelier n° 2 – Mon embarquement

Objectifs spécifiques

- ✚ L'enfant apprend les règles de base d'un bon fonctionnement de groupe.
- ✚ L'enfant s'engage à participer et à respecter les règles de groupe.

Première activité : Règle de fonctionnement

Confidentialité, ça veut dire :



Engagement, ça veut dire :



Droit de parole et d'écoute, ça veut dire :



Nos règles de groupe :



Deuxième activité : Mon engagement sur le bateau



Atelier n° 3 – Mes personnes significatives

Objectif spécifique

- ✚ L'enfant identifie les personnes significatives de son entourage avec qui il partage différentes activités.

Première activité : Identifier mes personnes significatives

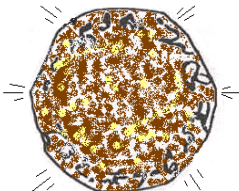
Mes personnes significatives



Moi, enfant précieux



Adultes importants



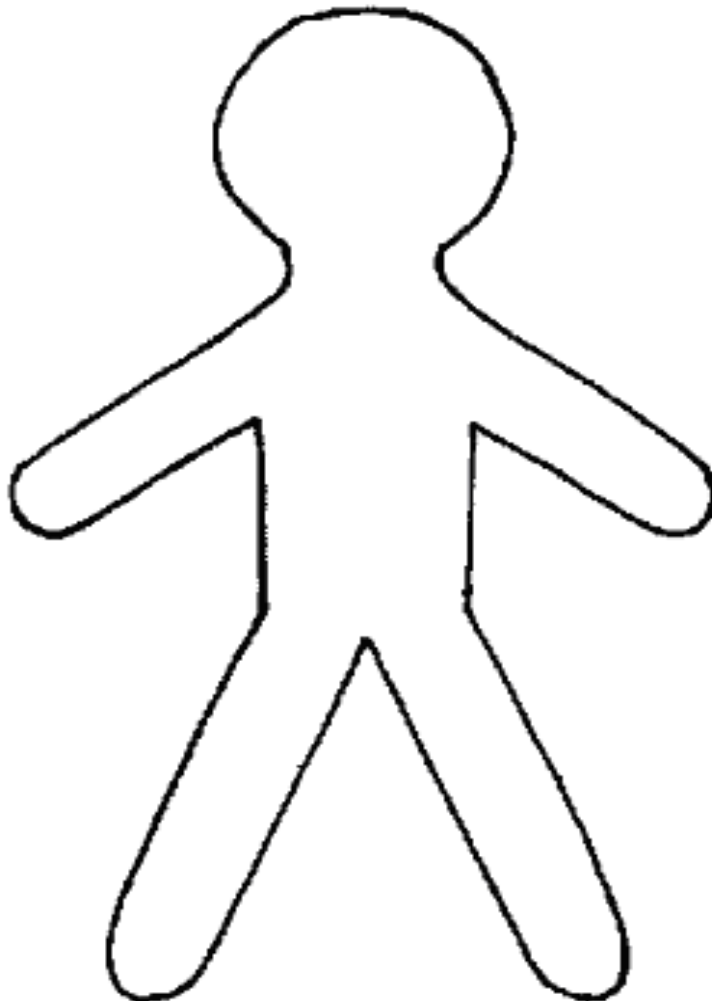
Enfants importants

Atelier n° 4 – Mon estime de soi

Objectif spécifique

✚ L'enfant découvre l'image de lui-même qu'il projette avec les autres.

Première activité : Ma silhouette



Deuxième activité : Mes qualités

Mes qualités

Honnête

créatif

actif

Aidant

décidé

Poli

affectueux

amusant

Courageux

Encourageant

ordonné

attentif

curieux

Patient

calme

Souriant

sociable

sensible

Compréhensif

bon

Loyal

travaillant

serviable

Généreux

rapide

Thème n° 2– Régulation des émotions

Atelier n° 5 – Mon Océenfance

Accueil (15 minutes)

Objectif spécifique

✚ L'enfant identifie sa trajectoire de vie : ses ruptures et ses adaptations.

Première activité : Lecture de l'histoire (10 minutes)

Mon Océenfance²



Il était une fois, une petite âme assise sur un nuage. Elle regardait les humains sur la terre et avait très hâte de se retrouver parmi eux. Elle avait hâte de faire du kayak, de jouer, de rire, de manger des fruits, etc.

Un jour, on lui annonça que c'était son tour de devenir un joli petit bébé. Elle pourrait enfin commencer la merveilleuse aventure de sa naissance, de son enfance et du reste de sa vie d'adulte.

Mais avant de partir, on lui expliqua que tous les nouveaux bébés humains sont des êtres précieux et importants qui méritent d'être protégés, aimés peu importe leur beauté, leur intelligence ou leurs talents. On lui précisa aussi qu'au début de sa vie, elle ne pourrait pas survivre toute seule ni faire immédiatement toutes les activités qu'elle avait observées. Les petits bébés humains sont formidables, pleins de potentiel, mais très fragiles au début de leur vie.



Ils ne peuvent pas se nourrir tout seuls, pas se protéger tout seuls, pas se soigner tout seuls et doivent apprendre beaucoup de choses avant de pouvoir survivre par eux-mêmes. On lui expliqua que le début de sa vie serait comme un long voyage sur un bateau. Un voyage pour traverser une sorte d'océan entre le continent de sa naissance et son arrivée sur le continent du monde des adultes.

² Cette métaphore est la propriété écrite de Johanne Lemieux (2008) *L'adoption internationale « Démystifier le rêve pour mieux vivre la réalité »*, Recueil de textes, Un guide pratique pour les parents adoptifs et les intervenants en adoption internationale, Bureau de consultation en adoption de Québec.

Pour survivre, grandir, apprendre, elle voyagerait sur un bateau que l'on nomme une famille. Sur ce bateau, il y aurait deux personnes adultes qui allaient être comme les capitaines et que l'on nomme un papa et une maman. Elle pourrait leur faire entièrement confiance pour l'aimer, la nourrir, la soigner.

Ce sont eux qui seraient responsables d'assurer sa survie, sa santé et de la transporter d'un côté de l'océan à l'autre côté sain et sauf.

Il se dit que c'était exactement ce qu'on lui avait dit qu'il arriverait. Alors, il s'endormit doucement en confiance.



Puis il se réveilla en sursaut, en panique. Il se retrouva dans l'eau, le bateau avait chaviré... et le capitaine avait disparu... Il avait très très peur. Peur de se noyer, peur de mourir. Ce n'était pas ce qui était censé arriver. Il ne savait pas quoi faire.

Au moment où il allait se noyer, il fut recueilli par un autre bateau où il y avait un autre capitaine et beaucoup de petits bébés comme lui qu'on avait recueillis flottant également dans l'eau. Épuisé, affamé et inquiet, il n'avait pas le choix de monter dans ce bateau inconnu.

Il resta sur ce bateau quelque temps. Juste au moment où il commençait à faire un peu confiance au nouveau capitaine, il y eut une grosse tempête et le bateau s'échoua violemment sur une grève.

Ébranlé et traumatisé, il s'accrocha à un autre bateau qui vogua un temps avant de finalement lui aussi coulé au fond de la mer.

Le petit bébé nagea péniblement et sans savoir vraiment comment il y arriva, il se retrouva tout seul sur une plage.

Tout nu et tout petit, il se dit dans sa tête « *Mais que m'arrive-t-il? J'étais censé traverser mon enfance sur un joli bateau avec deux gentils capitaines qui devaient m'aimer, me nourrir, me protéger, m'apprendre les choses importantes de la vie et me rendre de l'autre côté de l'Océan sans danger* ». Est-ce de ma faute ? Suis-je un bébé défectueux ? Suis-je moins important et précieux que les autres bébés ? Pourquoi les autres bébés ont-ils le même bateau et les deux mêmes capitaines et pas moi ??

Il était tellement triste que pendant un moment, il doutât même de vouloir vraiment traverser cet océan si dangereux. À quoi bon passer tout ce temps à souffrir pour peut-être un jour débarquer sur le continent des adultes ?

Mais une petite voix intérieure, comme une flamme qui voudrait ne jamais s'éteindre, le poussa tout de même à survivre. Pour y arriver, il réalisa qu'il n'avait pas le choix

d'attendre un autre bateau, car il était encore trop fragile, trop petit pour rester seul et réussir la traversée sans l'aide d'un capitaine. Par contre, il décida que cette fois-ci, si un bateau venait à passer par là, il prendrait le contrôle du bateau, ne ferait plus jamais confiance aux capitaines pour ne plus jamais se retrouver vulnérable, faible ou abandonné...

Quelque temps plus tard, un beau bateau qui avait l'air très solide, avec deux capitaines souriants passa par-là. À regret, mais désirant profondément survivre, il accepta l'invitation des deux capitaines de monter sur ce nouveau navire. Ces deux capitaines lui parlaient doucement en lui disant qu'ils cherchaient depuis très longtemps un petit matelot comme lui à aimer, à rassurer, à faire partie de l'équipage. Ils avaient très hâte de lui montrer comment l'univers était magnifique.

Encore en état de choc, le bébé écoutait sans vraiment entendre. Ses pensées étaient ailleurs. On ne le reprendrait pas à se laisser faire. Ce nouveau bateau ne serait au début qu'une simple bouée de sauvetage, rien d'autre. Il serait très vigilant, surveillerait les capitaines jours et nuits par peur qu'ils ne soient pas fiables, compétents, sécurisants. Par peur que ces nouveaux capitaines soient comme les autres qui avaient quitté le navire sans même l'informer, le laissant en grand danger. Avant de les aimer, de leur faire confiance et d'accepter de se sentir en sécurité, le bébé leur passerait des tests de navigation, de solidité, de gentillesse en étant parfois gentil parfois désagréable, parfois même opposants, tannants. Si nécessaire, il attaquerait la cabine de pilotage pour prendre leur place en cas de danger.



Fin du premier acte...à suivre

Deuxième activité : Discussion sur leur vécu

Troisième activité : Bricolage sur leur trajectoire de vie

Mes bateaux familles



Mes naufrages

- 💡 Les animateurs demandent aussi de nommer les périodes où les adolescents se sont sentis en naufrage.



Moi bébé précieux

- Les animateurs demandent aux participants d'identifier le bébé précieux qui lui ressemble en l'encerclant sur le feuillet « Bébé précieux ».



Atelier n° 6 – Donner un sens à mon placement

Objectifs spécifiques

- ✚ L'enfant comprend qu'il y a plusieurs facteurs qui amènent au placement
- ✚ L'enfant identifie les facteurs ayant contribué à son placement jusqu'à la majorité

Première activité : Explication sur les motifs de placement

Je donne un sens à mon placement

Météo



Enfant fleur



Les ressources des parents et du milieu



Les parents jardiniers



Deuxième activité : Discussion les motifs de mon placement

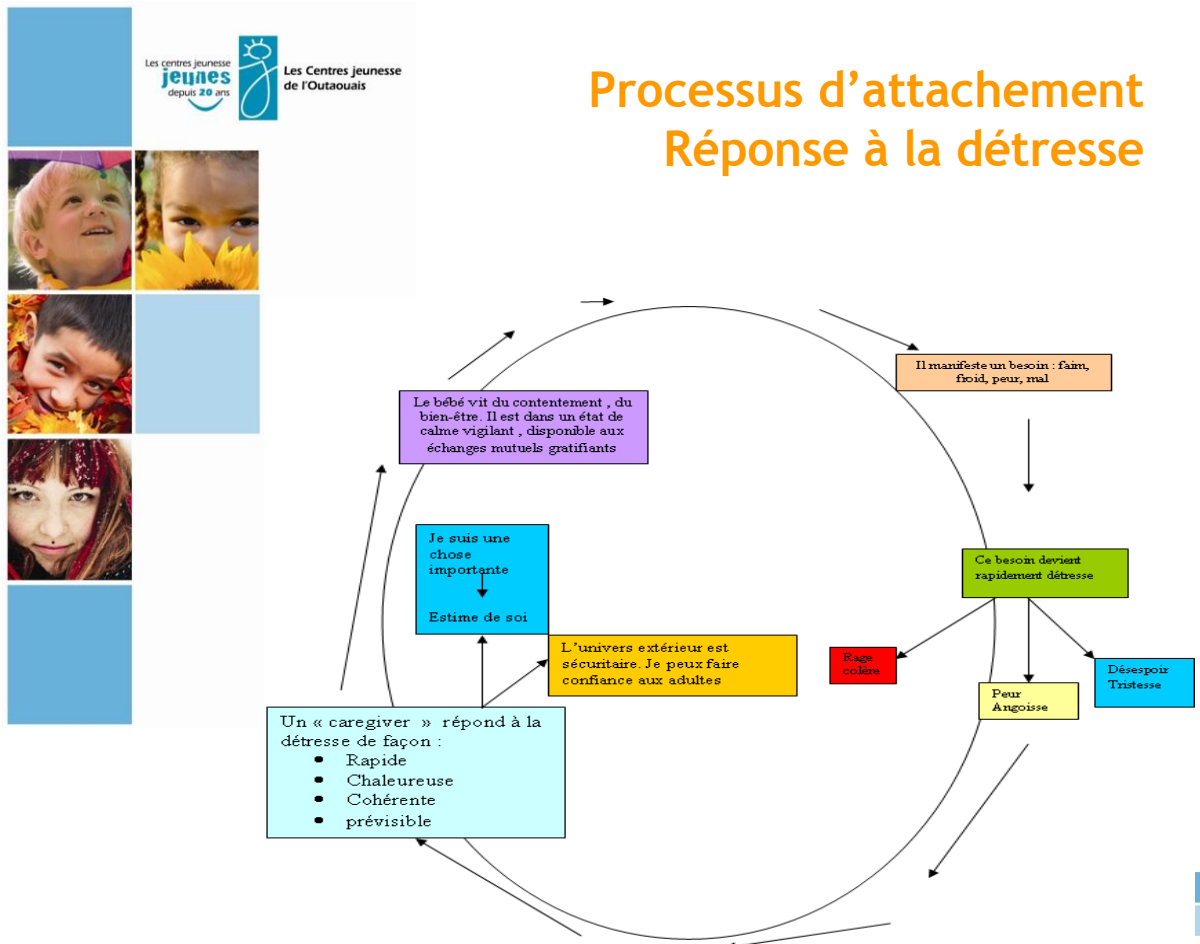
Atelier n° 7 – Mes stratégies de survie et d'adaptation

Objectif spécifique

- ✚ L'enfant comprend les stratégies qu'il a adoptées pour survivre à la négligence, l'abandon ou à la violence.

Première activité : Cycle de l'attachement

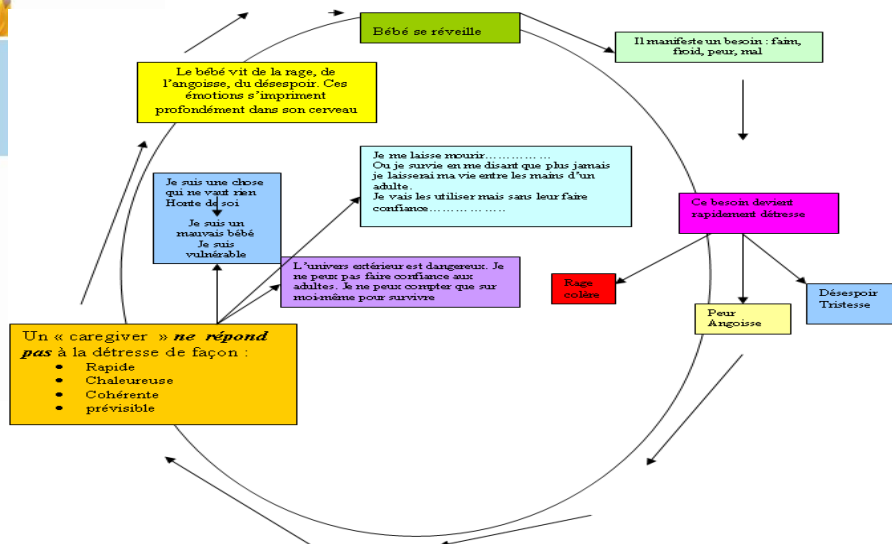
- ⇒ Description détaillée de l'activité, descriptions du rôle que doit jouer le jeune, de sa participation ou de sa responsabilité qu'il aura à assumer, etc.





Processus d'attachement (suite...)

Non-Réponse à la détresse



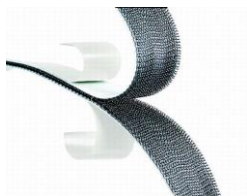
Deuxième activité : Style d'attachement

Mes masques pour m'adapter au danger³



Solo

Si je manifeste que j'ai besoin de quelqu'un ou que je suis en détresse, je risque fort de déranger et d'être rejeté. Il vaut mieux cacher ses sentiments négatifs et ne compter que sur soi.



Velcro

Je ne sais jamais si je vais obtenir une réponse à mes besoins. C'est seulement lorsque je manifeste haut et fort ma détresse, ma colère que quelqu'un s'occupe de moi.

³ Inspiré des M.O.I. défini par Johanne Lemieux et Daniel Breton. 20011



Sumo

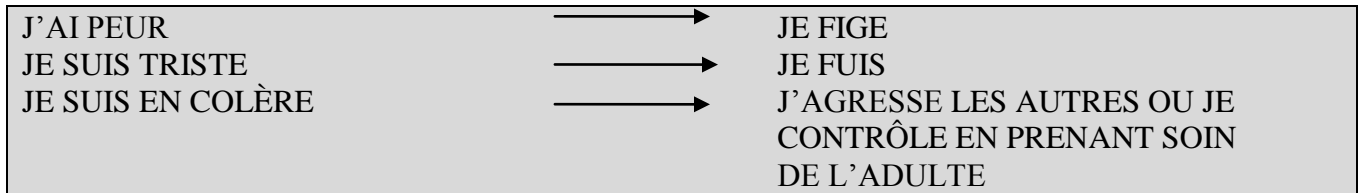
Je suis impuissant et incapable de me contrôler. Je ne peux pas compter sur les gens de mon entourage pour me guider ou m'aider, car ils ne sont pas disponibles ou peuvent me faire du mal. Il est préférable que je prenne tout en charge en étant autoritaire avec les personnes de mon entourage.



Donneur de soin

Je suis impuissant et incapable de me contrôler. Je ne peux pas compter sur les gens de mon entourage pour me guider ou m'aider, car ils ne sont pas disponibles ou peuvent me faire du mal. Il est préférable que je prenne tout en charge en prenant soin de mon entourage.

Troisième activité : Identifier mes stratégies de survie sont-ils encore utiles ou nuisibles



Atelier n° 8 – Vivre et exprimer mes sentiments

Objectifs spécifiques

- ✚ L'enfant apprend à identifier ses émotions
- ✚ L'enfant identifie l'intensité de ses émotions en lien avec son placement et les situations de détresse.
- ✚ L'enfant exprime ses émotions face à son placement
- ✚

Première activité : Coussins émotions



Colère



Peur



Tristesse



Joie



Honte

Deuxième activité : La corde d'intensité des émotions

Troisième activité : Exprimer mes sentiments face au placement

Thème n° 4 – Compétences

Atelier n° 9 – Mes héritages

Objectifs spécifiques

- ✚ L'enfant identifie ses héritages d'éducation provenant des milieux de vie antérieurs.
- ✚ L'enfant identifie ses capacités d'adaptation dans les différents milieux de vie.

Première activité : Écouter le Livre de la jungle

Deuxième activité : Les capacités d'adaptation (Mes Héritages)

Le livre de la Jungle

Différents milieux

Ce que j'ai appris



Protéger et Amour



Sauveur, intervenant



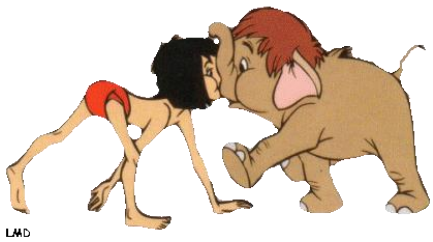
Danger



Danger



Plaisir et affectueux



LMB

Discipline, règles



Connaissances, amis



Famille d'accueil

Atelier n° 10 – Mes nouveaux liens d'attachement

Objectifs spécifiques

- ✚ L'enfant est capable de nommer la place qu'il prend dans son milieu de vie
- ✚ L'enfant exprime ses émotions et son engagement à son milieu de vie

Première activité : Recevoir une lettre affectueuse



Deuxième activité : Répondre par une lettre affectueuse



Atelier n° 11 – Fin des rencontres de groupes- Conclusion et Au Revoir

Objectifs spécifiques

- ✚ L'enfant évalue ses apprentissages dans le groupe
- ✚ L'enfant reçoit sa famille d'accueil

Première activité : Préparation de l'accueil des familles d'accueil

Deuxième activité : Évaluation de la satisfaction du groupe

Troisième activité : Partager mes expériences avec ma famille d'accueil

Quatrième activité : Remise des diplômes

Bibliographie

Brillon, Pascale, (2011) Comment aider les victimes souffrant de trouble de stress post-traumatique, Guide pratique, Les presses de l'Hôpital du Sacré-Cœur de Montréal.

Collin-Vézina, Delphine, (2012) Enfants et adolescents victimes de multiples traumatismes : comprendre la problématique pour mieux intervenir, Manuel du participant selon le programme ARC, Formation Porte-Voix.

Lemieux, Johanne, (2008) L'adoption internationale « Démystifier le rêve pour mieux vivre la réalité », Recueil de textes, Un guide pratique pour les parents adoptifs et les intervenants en adoption internationale, Bureau de consultation en adoption de Québec.

Monbourquette, Jean, Ladouceur, Myrna, Viau, Monique, (1991), Dans l'Épreuve...Grandir ensemble, Session pour jeunes : Séparation, divorce et décès, les Éditions Paulines et Médiaspaul.

Monbourquette, Jean (1983) Aimer, perdre et grandir, L'art de transformer une perte en gain, Les Éditions du Richelieu Ltée.

Séguin, Monique, Fréchette, Lucie, (1995) Le deuil, Une souffrance à comprendre pour mieux intervenir, Les Éditions Logiques.

Guay, J. (1991) L'approche proactive de l'intervention de crise, Santé Mentale au Québec, 16, (2), 139-154.

Tardif, J. (1996) Le transfert de compétences analysé à travers la formation de professionnels, in Meirieu, Ph., Develay, M., Durand, C. et Mariani, Y. (dir.) *Le concept de transfert de connaissances en formation initiale et en formation continue*, Lyon, CRDP, pp. 31-46.

Walt Disney, Le livre de la Jeugle, 1990.

Documents du service de psychologie de l'école Mathieu-Martin, septembre 2004.