



PROGRAMME MON ENFANT & MOI

DOCUMENT POUR LES INTERVENANTS¹

POUR QUI ?

Le programme a été développé pour répondre aux besoins et aux difficultés spécifiques des parents d'enfants de 3 à 13 ans qui ont de la difficulté à gérer leurs émotions et leurs relations interpersonnelles. Ces parents peuvent présenter des traits ou avoir un diagnostic de trouble de la personnalité limite (TPL). Mon enfant & moi vise également à soutenir et à outiller les intervenants impliqués auprès d'eux. Il s'inscrit dans un projet de recherche qui a pour objectif de mesurer ses effets sur les parents et leurs intervenants.

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Groupe à visée psychoéducative pour apprendre de nouvelles habilités et compétences aux parents en lien avec leur parentalité en tenant compte de leurs difficultés liées aux difficultés émotionnelles et relationnelles et formation aux intervenants référant.

COMMENT RECONNAÎTRE UN PARENT QUI A DES DIFFICULTÉS DE RÉGULATION ÉMOTIONNELLE ET RELATIONNELLE OU QUI PRÉSENTE DES TRAITS (OU UN TROUBLE) DE PERSONNALITÉ LIMITE?

Dans la relation avec l'intervenant, ces parents peuvent :

- Se désorganiser, se montrer agressifs ou très émotifs, réclamer plus d'aide ou rejeter l'aide offerte, montrer son insatisfaction
- Ne pas respecter les ententes, contacter l'intervenant souvent
- Ne pas reconnaître ses problèmes et ses difficultés, externaliser la cause (penser que c'est la faute des autres)
- Vivre de nombreuses crises (éviction du logement, problème financier, conflit avec l'entourage)
- Avoir une histoire familiale difficile et un vécu traumatique
- Susciter des sentiments d'impuissance, de colère, d'anxiété, d'incompréhension, d'échec et l'impression d'être manipulé chez l'intervenant

Les personnes qui ont un trouble (ou des traits) de personnalité limite se reconnaissent souvent à :

- L'instabilité de l'humeur, la difficulté à contrôler leurs émotions, leurs actions ou leurs réactions impulsives
- L'instabilité et l'intensité de leurs relations interpersonnelles (conflits relationnels fréquents, nombreux conjoints)
- L'expression de colère et d'hostilité
- Une méfiance importante en présence de stress
- Une faible tolérance à la frustration et à la solitude

Ce trouble de santé mentale est associé à un niveau élevé de souffrance et de détresse psychologique.

¹ À l'usage exclusif des intervenants. Ne pas distribuer aux parents



QUELQUES CRITÈRES POUR RECONNAITRE UN PARENT AYANT DES TRAITS OU UN TROUBLE DE PERSONNALITÉ LIMITE

Impulsivité. Ces personnes peuvent être très impulsives. Elles peuvent dépenser exagérément, jouer ou dépenser de l'argent qu'elles n'ont pas, conduire leur auto dangereusement, consommer de façon excessive, voler, avoir des comportements sexuels à risque ou avec de multiples partenaires en ayant des difficultés à se préoccuper, de leur sécurité personnelle, et de celle de leur enfant.

Instabilité affective. Leurs émotions sont instables et peuvent, rapidement et de façon imprévisible, passer d'un extrême à l'autre. Elles peuvent vivre de l'anxiété, de la colère, de la tristesse et de la jubilation, dans l'intervalle de quelques heures ou de quelques jours. Ces personnes mettent aussi beaucoup de temps à revenir à un état neutre, à devenir calmes. Elles sont hypersensibles.

Relations interpersonnelles instables et alternance entre l'idéalisation et la dévalorisation. Ces personnes font du clivage, notamment entre les différents intervenants. L'un est merveilleux, les autres sont nuls, incompetents... et le contraire peu de temps après. Leur relation peut passer rapidement de l'idéalisation au mépris et à la dévaluation de l'autre. On remarque dans leur histoire une succession de relations conflictuelles et chaotiques : avec leur mère, leur grand-mère, les intervenants précédents, etc. On note souvent la présence de nombreux conjoints. Elles peuvent avoir tendance à rejeter la faute sur l'autre, à externaliser la cause de leur problème et à se déresponsabiliser en blâmant les autres : l'institution, l'école, le médecin, l'intervenant, etc.

Suicide et automutilation. Ces personnes peuvent menacer de se suicider ou faire de nombreuses tentatives de suicide. Elles peuvent aussi s'automutiler.

Efforts importants pour éviter l'abandon réel, perçu ou imaginé. Leur style interpersonnel est caractérisé par une combinaison de besoins intenses de rapprochement et d'attention et, en même temps, par un sentiment tout aussi intense de peur du rejet et d'abandon.

Colère intense et inappropriée ou difficulté à contrôler la colère. Elles entrent facilement en conflit, se mettent en colère très rapidement. Souvent l'intensité de leur colère ne semble pas être proportionnelle à l'évènement qui suscite cette émotion. Elles semblent vivre de crise en crise et peuvent montrer beaucoup d'hostilité. Elles ont de la difficulté à gérer leurs émotions.

Trouble de l'identité. Ces personnes peuvent avoir une image floue et changeante d'elles-mêmes, de leur orientation sexuelle, de leurs valeurs ou de leurs buts dans la vie. Elles peuvent éprouver des difficultés à décoder les besoins de leur enfant ou à distinguer leurs besoins de celui de l'enfant.

Sentiment chronique de vide. Ces personnes ont une très faible estime d'elles-mêmes. Elles ne considèrent pas qu'elles valent la peine d'être aidées, par exemple. Elles ressentent un sentiment de vide, de solitude et d'ennui et font donc des efforts effrénés pour éviter de vivre ces sentiments douloureux.

Idées paranoïdes ou symptômes graves de dissociation. En période de stress intense, ces personnes peuvent vivre de brefs épisodes de dissociation (perte de contact avec la réalité) ou être méfiantes de façon exagérée envers les autres.



POURQUOI INSCRIRE UN PARENT À CE PROGRAMME?

Pour que le parent puisse bénéficier des activités de groupe pour :

- Mieux se connaître et se comprendre comme parent
- Améliorer son bien-être personnel et la relation avec son enfant
- Apprendre à réguler ses émotions dans le contexte de sa parentalité
- Augmenter sa capacité de tolérer les émotions désagréables liées à la parentalité et ainsi mieux faire face aux situations
- Développer des habiletés pour mieux faire face aux difficultés avec son enfant

Pour bénéficier d'une formation et de sensibilisation de 9 heures pour :

- Apprendre à mieux comprendre les parents présentant les caractéristiques du TPL
- Apprendre à intervenir auprès de ces parents en utilisant des principes d'intervention s'appuyant sur les données probantes
- Apprendre à réguler ses propres émotions en contexte d'intervention difficile avec ces parents
- Vivre moins d'épuisement et de sentiment d'impuissance dans ces situations difficiles

COMMENT PRÉSENTER LE PROGRAMME AUX PARENTS ?

Le programme pourra les aider à mieux se comprendre en tant que parents et à améliorer leur relation avec leur enfant.

Les activités de groupe de parents sont utiles pour :

- ✓ Un temps d'arrêt pour comprendre et mieux vivre son rôle de parent
- ✓ Un lieu pour se donner les moyens de mieux vivre sa parentalité et les relations avec son enfant en trouvant des solutions
- ✓ Une occasion d'apprentissage et de partage entre parents vivant des réalités similaires

Pourquoi participer au programme ?

- ✓ Pour mieux vivre leur rôle de parent et mieux comprendre leur enfant
- ✓ Pour apprendre de nouvelles façons de faire pour résoudre les difficultés rencontrées avec leur enfant
- ✓ Pour apprendre à gérer leur humeur et leur impulsivité ainsi que pour améliorer leur relation avec leur enfant et leur entourage
- ✓ Pour apprendre, trouver et appliquer des solutions en collaboration avec d'autres parents qui sont dans la même situation
- ✓ Pour faire autrement afin de reprendre leur vie en main

Éviter de parler du TPL si le parent n'a pas le diagnostic ou ne le reconnaît pas.

Mettre plutôt de l'avant les difficultés relationnelles qu'ils ont avec leur enfant, leur conjoint, leurs amis, leur employeur et leurs intervenants ainsi que leurs difficultés à gérer leurs émotions.



MODALITÉ

Le programme s'échelonne sur une période de 10 semaines incluant les activités de recherche:

- Semaine 1 : Rencontre d'engagement avec les animateurs du programme, le parent et son intervenant
(Durée : 45 minutes)
Administration des questionnaires de recherche en ligne ou en personne (parents et intervenants)
(Durée : 45 minutes pour le parent, 20 minutes pour l'intervenant)
- Semaine 2 à 9 : Rencontre en groupe de parent
(Durée : 120 minutes)
Formation des intervenants (Semaine 2, 3, 4)
(Durée : 180 minutes)
Accès aux capsules vidéo et Trucs et astuces (intervenants)
- Semaine 10 : Rencontre bilan avec les animateurs du programme, le parent et son intervenant
(Durée : 45 minutes)
Administration des questionnaires de recherche en ligne ou en personne (parents et intervenants)
(Durée : 45 minutes pour le parent, 20 minutes pour l'intervenant)
Entrevue de recherche avec le parent sur les effets du programme
(Durée : 45 minutes)
Entrevue de recherche avec l'intervenant sur les effets du programme
(Durée : 45 minutes)

ENGAGEMENT DES INTERVENANTS DE SUIVI :

Dans le cadre de l'accompagnement de la famille :

- être présent à la rencontre d'engagement pré-groupe (30 minutes)
- participer à trois demi-journées de sensibilisation et de formation en groupe de professionnels sur les difficultés que rencontrent ces parents et la manière d'intervenir auprès d'eux (3 x 3 heures)
- prendre connaissance des Trucs et Astuces envoyés chaque semaine qui portent sur ce qui a été vu avec les parents durant l'atelier, sur le devoir qu'ils doivent faire et sur les notions à utiliser dans leurs interventions en lien avec les notions apprises par le parent.
- être présent à la rencontre de bilan post-groupe avec le parent et l'animateur qui a lieu à la fin du programme pour partager un bilan commun et définir des objectifs de travail à poursuivre (45 minutes)



QUAND ? OÙ ?

Mis en place dans plusieurs services de 1^{ère}, 2^{ème} et 3^{ème} ligne au Québec et en Ontario

QUESTIONS ? INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES ?

Suivi et soutien :

- Lyne Desrosiers : Chercheure principale
lyne.desrosiers@uqtr.ca
(514) 377-0594
- Cassandra Préfontaine– Coordonnatrice du projet de recherche *Mon enfant & moi*
infomonenfantetmoi@gmail.com



CRITÈRES DE SÉLECTION POUR LA PARTICIPATION AU PROGRAMME « MON ENFANT & MOI »²

SVP répondre à chaque question en mettant un X à l'endroit approprié		
Informations concernant le parent :		
Mère ___ Père ___ Âge du parent : _____ <i>(les couples ne peuvent pas être intégrés dans le même groupe)</i>		
Parent a un diagnostic psychiatrique au dossier (ex. TDAH, traits narcissiques)? OUI ___ NON ___ Si oui, préciser :		
Parent a un diagnostic de trouble de personnalité limite au dossier OUI ___ NON ___		
Parent a de nombreux traits de personnalité limite (TPL probable) OUI ___ NON ___		
Impressions cliniques en lien avec le TPL :		
Personne en mesure de se déplacer par elle-même OUI ___ NON ___		
Personne qui parle et comprend suffisamment le français OUI ___ NON ___		
Informations concernant l'enfant, la relation parent-enfant et le projet de vie :		
Enfant âgé de 3 à 13 ans. Âge de l'enfant ciblé : _____		
Combien d'autres enfants à la maison? _____		
Motivations du parent :		
Est-ce que le parent veut travailler les difficultés relationnelles qu'il vit avec son enfant ? OUI ___ NON ___		
Est-il motivé à l'idée de participer au programme ? OUI ___ NON ___		
Quels sont les intérêts ou motivations du parent à participer au programme :		
Le dépliant d'information sur le programme a été remis au parent	OUI ___	NON ___
Autres informations et commentaires :		

² **Un parent qui présenterait un de ces critères ne pourrait pas participer au programme :**

- Le parent serait incapable de fonctionner en groupe (violence physique envers les intervenants)
- Le parent présente un de ces problèmes : trouble de personnalité antisociale, psychose, troubles alimentaires sévères
- Le parent présente une déficience intellectuelle qui l'empêcherait de suivre le programme
- Le parent ne démontre aucun intérêt / aucune motivation à participer au groupe



Autres informations et commentaires :