

Présentation du programme Mon enfant & moi

Contexte

Une forte proportion de problèmes de santé mentale est observée chez les parents dont les enfants sont pris en charge par les services sociaux.

Les plus récentes études révèlent que 21 % des mères dont l'enfant est suivi par les services de protection de la jeunesse au Québec ont un trouble de personnalité limite (TPL).

Ce trouble est caractérisé par une instabilité de l'humeur et des relations interpersonnelles, une difficulté à contrôler ses pulsions, ses actions ou ses réactions impulsives, l'expression de colère, d'hostilité et de méfiance importante en présence de stress, et une faible tolérance à la frustration. Ces éléments affectent leurs aptitudes à répondre adéquatement aux besoins de leur enfant.

Étant donné que peu de parents présentant les caractéristiques du TPL sont formellement diagnostiqués, que le diagnostic n'est pas toujours connu des intervenants et que certains parents ne se reconnaissent pas dans ce diagnostic, l'expression « parents sensibles et intenses » est utilisée parfois pour aborder le programme avec la clientèle.



Trouble de personnalité limite et parentalité

Les études portant sur l'impact du TPL sur la parentalité et le développement des enfants mettent en évidence des conséquences négatives importantes.

Les mères ayant un TPL exposent leurs enfants à davantage d'adversité : monoparentalité, relations conjugales conflictuelles, pauvreté et abus de substances¹, reconnaissent moins bien les émotions de leur enfant², sont moins sensibles à leurs besoins³, se montrent plus hostiles et manquent de constance dans les routines⁴.

Leur instabilité émotionnelle et comportementale est associée à des pratiques parentales problématiques telles que des punitions sévères et un contrôle basé sur la culpabilité⁵. Ces parents sont fréquemment suivis par divers services psychosociaux, notamment les services de protection de la jeunesse (PJ), où le TPL touche 34 % des mères⁶.

Trouble de personnalité limite et intervention

La clientèle présentant un TPL est reconnue comme étant parmi les plus difficiles à aider, notamment parce qu'elle soumet les intervenants à une charge émotionnelle importante et qu'elle éprouve de grandes difficultés à s'engager dans une démarche thérapeutique.

Elle constitue le groupe le plus stigmatisé, subissant préjugés et rejets de la part des professionnels⁷. Plus encore, les interventions non spécialisées s'avèrent souvent nuisibles ou inefficaces auprès de ces personnes.



¹ Eyden, Winsper, Wolke, Broome, & Maccallum, 2016

² Elliot et al., 2014

³ Laulik, Chou, Browne, & Allam, 2013

⁴ Desrosiers, Laporte, & Lacombe, 2018

⁵ Zalewski et al., 2014

⁶ Laporte, Paris, & Zekowitz, 2017

⁷ Aviram, Brodsky, & Stanley, 2006



Comment aider les parents ayant un trouble de personnalité limite?

Le respect et la sensibilité des intervenants, une approche non oppressive ainsi que la collaboration du parent à l'élaboration des objectifs ont été fortement associés à l'engagement des parents en difficulté⁸.

L'intervention auprès de parents ayant un TPL doit s'appuyer sur des pratiques validées, favorisant leur engagement et leur participation. Plusieurs auteurs soulignent l'importance d'offrir des programmes adaptés aux particularités du TPL et de former les intervenants⁹.

La thérapie comportementale dialectique (TCD), reconnue pour son efficacité auprès des personnes ayant un TPL, s'inscrit dans cette approche collaborative. Elle propose des stratégies pour réduire les comportements problématiques associés aux émotions négatives, favoriser l'engagement dans un processus de changement et soutenir la motivation de l'intervenants à aider son client.

Mon enfant et moi : aider les parents et soutenir les intervenants

Compte tenu des impacts des pratiques parentales problématiques associées au TPL et des défis liés à l'accompagnement de cette clientèle, le développement d'une intervention fondée sur les meilleures pratiques, combinant soutien aux parents et aux intervenants, s'est imposé. Le programme *Mon enfant et moi* (ME&M), développé par notre équipe à partir des connaissances les plus récentes sur les troubles de la personnalité et la parentalité en difficulté.

Le programme, **disponible en français et en anglais**, comprend **deux volets, l'un pour les parents, l'autre pour les intervenants**.

Il offre **aux parents 8 séances de groupes** leur permettant d'apprendre les habiletés de la thérapie comportementale dialectique appliquées au rôle parental.

Les activités proposées les aident donc à identifier et à diminuer les comportements, cognitions et émotions qui interfèrent dans l'exercice de leur rôle parental. Au cours de ce programme, les parents apprennent à être en pleine conscience lorsqu'ils sont auprès de leurs enfants, à tolérer la détresse liée aux interactions avec l'enfant, à être plus efficaces dans leurs relations interpersonnelles et à réguler leurs émotions.

⁸ Gladstone et al., 2014

⁹ Eyden et al., 2016



En plus des huit rencontres de 2h30 en groupe, il comprend une rencontre d'engagement avec l'animateur et l'intervenant et une rencontre de bilan à l'issue du groupe.

Ce programme offre également aux intervenants **une formation** visant à adopter une perception plus positive de ces parents, à développer leurs compétences à engager et à valider le parent et à augmenter leur capacité à s'autoréguler en contexte d'intervention difficile.

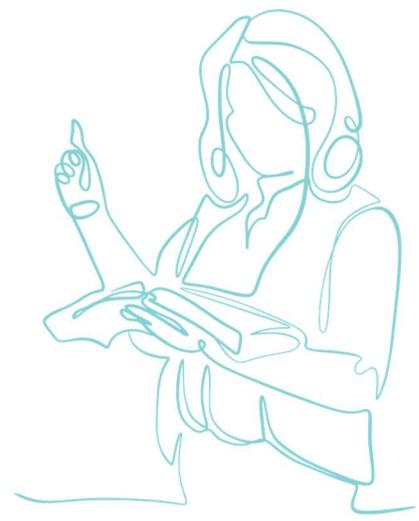
Il comprend également **huit capsules vidéo** et des **fiches résumé *Trucs et astuces*** pour aider la généralisation des stratégies apprises par les parents en groupe dans le cadre de leur suivi individuel.

Accessible via la plate-forme ÉNA

La formation aux intervenants sera remplacée par la **formation provinciale** sur l'intervention auprès des personnes présentant un TPL, accessible sur la plateforme de l'Environnement Numérique d'Apprentissage (ÉNA).

Elle sera disponible au courant de l'année 2026 et remplacera la formation actuelle associée au programme.

La combinaison des deux volets du programme, le groupe destiné aux parents et le soutien des intervenants, crée une synergie et amplifie les effets sur la clientèle et les intervenants.



Mon enfant et moi : un programme évalué

Le programme ME&M a fait l'objet d'une recherche évaluative auprès de 118 parents et 187 intervenants dans 12 sites au Québec et en Ontario (services de première ligne, protection de la jeunesse et dépendance) à l'automne 2020.

Les effets du programme sur les parents; il a été possible de constater une amélioration significative de la capacité à mettre des limites à l'enfant et à contrôler leurs émotions et leurs réactions face aux comportements difficiles de l'enfant, une plus grande acceptation et moins de

jugements des comportements de l'enfant, des meilleures stratégies pour réguler leurs émotions lors des interactions avec l'enfant, une amélioration significative de la réceptivité à recevoir de l'aide et une diminution significative de l'intensité des caractéristiques du TPL.

Plusieurs améliorations ont pu être notées chez les intervenants dont une amélioration des habiletés à réguler leurs émotions en contexte d'intervention difficile, plus d'aisance à interagir avec les personnes présentant les caractéristiques du TPL et une meilleure alliance entre l'intervenant et le parent.

Pour en savoir plus :

Sur les résultats : https://iujd.ca/sites/iujd/files/media/document/Infographie-M-et-Moi_VF_2023.pdf

Pour animer le programme, une formule comprenant formation des animateurs et outils d'implantation du programme est nécessaire.

Pour plus d'informations sur la formation d'animateurs du programme, consultez notre devis :

https://iujd.ca/sites/iujd/files/media/document/DEVIS_Mon_enfant_et_moi_2025.pdf

Pour d'autres ressources et informations sur le programme, consultez :

<https://iujd.ca/fr/mon-enfant-et-moi>

Pour toutes questions ou demandes d'informations :

monenfantetmoi.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca

