

Forum académique trisomie 21

Santé et bien-être

Mercredi 8 novembre 2017 • 9h30-17h30 • HETS-FR Givisiez



Favoriser le bien-être et la participation sociale par des interventions de résilience assistée

Francine Julien-Gauthier, Université Laval

Colette Jourdan-Ionescu, Université du Québec à Trois-Rivières

Sarah Martin-Roy, Université Laval



Association Internationale pour la Promotion et la Diffusion de la Recherche sur la Résilience

PART21
PÔLE ACADÉMIQUE ROMAND
TRISOMIE 21



Plan de la présentation

- Qu'est-ce que la résilience ?
- La résilience en déficience intellectuelle
- La résilience assistée
- Stratégies d'intervention pour renforcer la résilience
- Conclusion



Qu'est-ce que la résilience ?

- Comment la définir ?
- Un talent, une caractéristique,
- un potentiel, une disposition,
- un atout, une compétence,
- une habileté, une aptitude,
- une faculté, une prédisposition ?



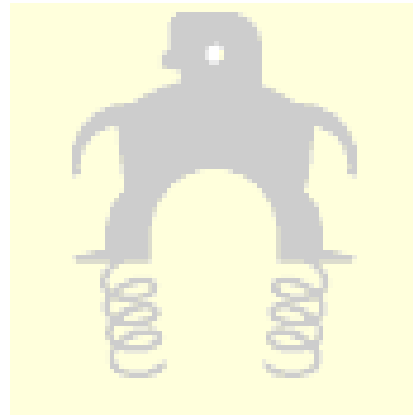
Qu'est-ce que la résilience ?

- La résilience est la capacité à bien se développer au plan psychologique, malgré la survenue d'événements à caractère déstabilisant, des conditions de vie difficiles, **de l'adversité chronique**... et à récupérer après de telles situations (Ionescu, 2011).
- Processus fondé sur l'**interaction** entre la personne et son environnement social, physique et culturel



Définir la résilience

- Être résilient peut être défini comme la capacité de composer avec sa condition ou un contexte particulier, de surmonter les adversités rencontrées
- Et d'envisager l'avenir de façon confiante et positive.



La résilience naturelle

- La résilience naturelle est un type de résilience qui se construit sans l'aide de cliniciens ou professionnels (Ionescu, 2011).
- Toutefois, elle n'est pas innée (Ionescu, 2016);
- Elle se construit durant l'ontogénèse (le développement psychologique);



Comment favoriser la résilience naturelle

- La résilience se développe dans la confrontation au risque (Jourdan-Ionescu, 2017), à l'adversité (Ionescu, 2015);
- La résilience naturelle se construit lors de rencontres avec l'adversité, dans l'interaction entre la personne, sa famille et son environnement social, physique ou culturel.
- Les parents d'enfants ayant une déficience intellectuelle découvrent au fil du temps le potentiel de leur enfant, ils l'incitent à se dépasser et l'encouragent à surmonter les difficultés auxquelles il est confronté, contribuant à renforcer sa résilience naturelle (Julien-Gauthier et Jourdan-Ionescu, 2012).

L'intensité du risque ou de l'adversité

- Lorsque le risque est peu élevé, il ne constitue pas un défi suffisant pour développer la résilience naturelle;
- Lorsque le risque est trop élevé, la personne ne réagit plus et apparaît comme impuissante ou démunie;
- Un risque d'intensité moyenne permet à une personne de mobiliser ses ressources et de développer des stratégies efficaces, afin de surmonter l'adversité et de renforcer sa résilience naturelle (Ionescu, sous presse).

La résilience en déficience intellectuelle

- La résilience, dans le cas de la déficience intellectuelle, consiste à présenter le meilleur développement possible face aux **adversités particulières qui sont rencontrées** dans la trajectoire de vie en raison de la différence et ce, afin de viser **le bien-être et une participation sociale optimale** (Jourdan-Ionescu & Julien-Gauthier, 2011).



Le bien-être

L'Équipe de Miller, Cooper, Cook et Petch, (2008) ont interrogé des personnes ayant une déficience intellectuelle au sujet de leur bien-être et de leur qualité de vie.

Pour ces personnes, **le bien-être** ou la qualité de vie subjective (« avoir une belle vie ») consistent à :

- Avoir une ou des activités (« quelque chose à faire »)
- Socialiser, interagir avec l'entourage (« voir du monde »)
- Être en sécurité (se sentir en sécurité).

La participation sociale

- La participation sociale des personnes ayant une déficience intellectuelle fait référence :
 - 1) à leur participation à des activités significatives dans différents contextes de vie selon leur âge et leur culture;
 - 2) à l'établissement et au maintien de relations réciproques avec les membres de leur communauté;
 - 3) à la présence d'un sentiment d'appartenance à des groupes ou à des réseaux sociaux (Julien-Gauthier, Martin-Roy, Moreau, Ruel et Rouillard-Rivard, 2016).

L'intervention de résilience assistée

- Parfois, l'intensité du risque ou de la situation d'adversité à laquelle est confrontée la personne ayant une déficience intellectuelle nécessite l'intervention de professionnels;
- Les professionnels, éducateurs spécialisés ou cliniciens peuvent alors faire appel à l'intervention de résilience assistée (Ionescu, 2011) ou résilience accompagnée (Nader-Grosbois, 2010);
- L'intervention de résilience assistée est basée sur l'étude des processus sous-jacents à la résilience naturelle (Ionescu, sous presse).

L'intervention de résilience assistée

- L'intervention de résilience assistée est une méthode d'intervention clinique qui comprend trois aspects :
- Elle s'appuie sur la mise en évidence et le **développement du potentiel** de la personne et de ses ressources;
- Elle est de nature **préventive**;
- Elle implique l'utilisation d'une stratégie d'intervention « maïeutique », c'est-à-dire qu'il s'agit d'un **véritable accompagnement**, facilitant l'actualisation des compétences de la personne (Ionescu, sous presse).

Le modèle théorique de l'intervention de résilience assistée

- L'intervention de résilience assistée marque le passage d'un modèle pathologique qui met l'accent sur les déficits et les problèmes d'adaptation;
- À un modèle qui reconnaît les forces de la personne (Wagnild, 2009) et met en place des stratégies pour construire à partir de ses ressources et de celles de son environnement (Julien-Gauthier et al., 2013).

L'intervention de résilience assistée

- L'intervention de résilience assistée est une intervention **de type maïeutique**, ou le caractère souvent directif, contraignant, intrusif même des interventions classiques est remplacé par un véritable accompagnement qui, en facilitant l'actualisation des compétences de la personne et leur utilisation pour faire face à l'adversité, façonne la **résilience** (Ionescu, 2010).



L'intervention de résilience assistée

- L'adjectif « assistée », utilisé pour qualifier la construction ou le renforcement de la résilience
- Souligne le fait que les professionnels secondent, accompagnent la personne dans ce processus, en s'assurant que:
 - La personne **reste aux commandes**
 - le processus est individualisé et **co-construit** avec la personne et son entourage



L'application de l'intervention de résilience assistée

- Des interventions de résilience assistée réalisées « en contexte »;
- La nécessité de consolider les apprentissages par une pratique fréquente et répétée;
- La pertinence de l'utilisation de repères visuels, de gestes significatifs, d'indices visuels ou sonores pour faciliter l'intégration des apprentissages;
- Le choix des objectifs d'apprentissage en fonction des aspirations de la personne ayant une déficience intellectuelle et de la réalisation de ses projets.

Stratégies d'intervention pour renforcer la résilience des enfants



1. Offrir une aide modulée ou ajustée à l'enfant dans les moments clé;
2. Tenir compte du temps de latence dans l'interaction avec l'enfant;
3. Sensibiliser les autres enfants à sa condition, les encourager à interagir avec lui, à l'inviter à participer à leurs jeux;
4. Adapter l'environnement d'apprentissage.
5. Utiliser des repères visuels, des gestes significatifs, faire référence à des *pictos* ou images pour rappeler les règles et routines;
6. Utiliser la « *Grille d'observation des comportements de communication de l'enfant* » pour les enfants non verbaux.

Pendant l'adolescence et l'âge adulte

- À l'adolescence et au début de l'âge adulte, les personnes ayant une déficience intellectuelle ont besoin de prendre une distance de leur cellule familiale afin de consolider leur identité d'adulte, en développant des liens avec leurs pairs et les membres de leur collectivité;
- La participation à des activités sociales, sportives, communautaires ou de loisirs sont autant d'occasions de développer leurs habiletés de communication et d'interaction sociale;
- Ils ont aussi besoin de s'affirmer et de participer aux décisions les concernant afin d'être engagés activement dans leur transition vers la vie adulte (Julien-Gauthier, Martin-Roy, Jourdan-Ionescu et Ruel, sous presse).

Développement des habiletés sociales: en contexte

- Dans la famille
- À l'école: avec les élèves de la classe et avec les autres élèves
- Dans les sports et les activités communautaires
- Dans les activités sociales, avec les amis
- Dans les activités de travail et d'engagement communautaire.

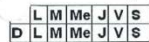


Planification d'une activité sociale

Date _____









Feuille de planification d'une activité sociale













Remplir la feuille de planification de l'activité sociale et prendre des dispositions de 5 à 7 jours à l'avance, si possible.

Plan

-  Activité _____
-  Date de l'activité _____
-  Lieu de l'activité _____
-  Heure de l'activité _____
-  Personnes à inviter _____
-  Combien coûte l'activité? _____

Prendre des dispositions

-  Je vérifie mon calendrier pour m'assurer de ne pas avoir d'autres projets ce jour-là.
-  Au besoin, je demande à une personne qui me donne du soutien si c'est correct.
-  Ai-je besoin de l'aide d'une personne qui me donne du soutien?

 oui _____
 non _____
-  Si j'ai besoin d'aide, je demande à _____.
-  J'invite mon ami ou mes amis :  _____ en personne  _____ par téléphone
-  S'ils peuvent venir, j'écris la date sur mon calendrier.

Prendre des dispositions supplémentaires








Transport

-  Comment irai-je à l'activité? _____
-  À quelle heure? _____
-  Comment se fera le retour à la maison? _____
-  À quelle heure? _____

Les dispositions finales

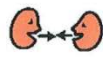


Si possible, prendre les dispositions finales 2 jours avant l'activité.

-  Au besoin, je vérifie avec une personne qui me donne du soutien pour m'assurer que c'est encore correct.
-  Au besoin, je vérifie pour m'assurer que nous avons un moyen de transport pour aller à l'activité et pour revenir de l'activité.
-  Je vérifie avec amis pour m'assurer qu'ils peuvent encore venir.
-  Je m'assure d'avoir de l'argent.
-  Je vais m'amuser!

Signature du parent ou du tuteur _____

Commencer une conversation



Idées pour commencer une conversation



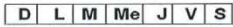
Quoi de neuf?



Qu'est-ce qui se passe?



Comment vas-tu?



Comment a été ta fin de semaine?



Comment ça va?



Devine ce que j'ai fait?



Qu'as-tu fait hier soir?



Mes idées pour commencer une conversation

Développer et consolider le soutien social

- Soutien émotif personnel (écoute, réconfort);
- Soutien d'estime (encouragements, valorisation);
- Soutien tangible ou instrumental (aide physique ou matérielle, argent);
- Soutien informationnel (conseils, renseignements);
- Soutien à l'activité sociale (accompagnement lors d'activités sportives, de loisirs, de détente).



Encourager les occasions d'apprentissage

- Les personnes ayant une déficience intellectuelle manifestent une grande envie d'acquérir de nouvelles connaissances (Petitpierre, Gremaud, Veyre et Bruni, 2014).
- S'affirmer, prendre des décisions, exercer leurs droits;
- Surmonter la tendance à l'acceptation:
 - acquiescement
 - conformité
 - suggestibilité
 - soumission



Encourager les occasions d'apprentissage

- Améliorer ses habiletés en lecture et en écriture;
- Développer et maintenir une bonne condition physique;
- Acquérir des habiletés domestiques
- et assumer des responsabilités à la maison;
- S'initier aux nouvelles technologies.



Favoriser l'engagement dans la collectivité

L'engagement des personnes ayant une déficience intellectuelle dans **des rôles productifs dans leur collectivité** est central dans leur vie et associé à **un renforcement de leur santé physique et mentale** (Lysaght et al., 2009).

- Formation continue et l'alphabétisation;
- Le loisir « sérieux », dans les sports ou les loisirs;
- La participation communautaire ou bénévole;
- Les activités artistiques;
- Le travail estival ou l'aide dans le voisinage.



Offrir une information accessible

- Accroître l'accessibilité de l'information dans tous les secteurs de développement: personnel, familial, social, communautaire, etc.

Guide de rédaction pour une information accessible
Guide de rédaction pour une information accessible
Guide de rédaction pour une information accessible
Guide de rédaction pour une information accessible

Guide de rédaction pour une information accessible

Critères de lisibilité, d'intelligibilité et de langage simplifié pour soutenir la rédaction de documents destinés aux personnes ayant des compétences réduites en littératie

UN PARTENARIAT ENTRE
le Pavillon du Parc, la Ville de Gatineau et
l'Université du Québec en Outaouais – Équipe de recherche en littératie et inclusion (ÉRLI)



Utiliser un langage simplifié



- **Les guêpes et les allergies !**
- Les guêpes sont des insectes. Lorsqu'elles sont adultes, elles peuvent mesurer entre 10 et 25 mm. Elles peuvent cependant être dangereuses pour les personnes qui sont allergiques aux piqûres de guêpe.

Bon usage selon les critères de langage simplifié

Petites, mais dangereuses !

Les guêpes sont petites.



Pour les personnes allergiques aux piqûres de guêpe, les guêpes sont dangereuses.

Astuce

- Présentez les objets à une taille observable.
- Placez-les aussi à l'échelle réelle.

Bien-être et participation sociale tout au long de la vie

- Des stratégies de résilience assistée pour renforcer la résilience naturelle
- Pour diminuer l'impact des facteurs de risque, surmonter les situations d'adversité
- Pour consolider les facteurs de protection, favoriser le bien-être et la participation sociale de la personne



Références

- Ionescu, S. (sous presse). Résilience assistée et contexte culturel.
- Ionescu, S. (2015). De la résilience naturelle à la résilience assistée. In F. Julien-Gauthier et C. Jourdan-Ionescu, *Résilience assistée, réussite éducative et réadaptation*, p. 5-17. Québec: Livres en ligne du CRIRES.
- Ionescu, S. (2011). *Traité de résilience assistée*. Paris : Presses Universitaires de France.
- Jourdan-Ionescu, C. et Julien-Gauthier, F. (2011). Clés de résilience en déficience intellectuelle. In S. Ionescu (Éd.), *Traité de résilience assistée* (p. 283-325). Paris : Presses Universitaires de France.

Références (suite)

- Julien-Gauthier, F., & Jourdan-Ionescu, C. (dir.). (2015). *Résilience assistée, réussite éducative et réadaptation*. Québec: Livres en ligne du CRIRES. En ligne <http://lel.crires.ulaval.ca/public/resilience.pdf>.
- Julien-Gauthier, F., Héroux, J., et Jourdan-Ionescu, C. (2012). L'insertion sociale et professionnelle des jeunes adultes qui ont des incapacités. *Développement humain, handicap et changement social*, 20(1), 91-99.
- Nader-Grosbois, N. (2010). Canevas interprétatif des représentations de familles d'enfants à déficience intellectuelle à propos de leur résilience. *Bulletin de psychologie*, 6, 409-415.

Merci de votre attention.



Commentaires, questions ?