

# FORMATION SANTE MENTALE

## Partie 1 : Notes de la conférence du Dr GUIGNE SANTE SCOLAIRE DSDEN 74

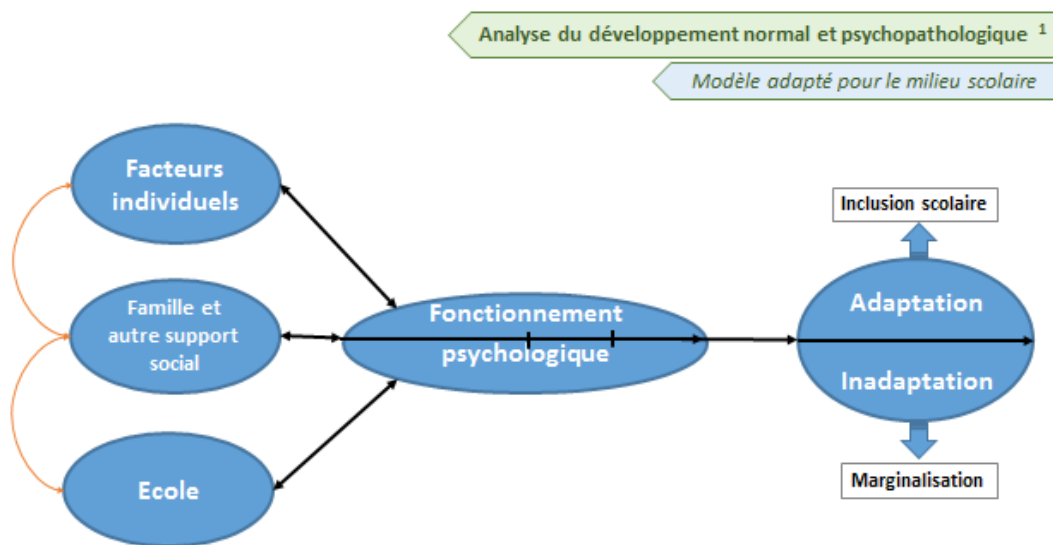
Dans le contexte scolaire actuel, les enseignants accueillent dans leur classe une part importante d'une génération d'élèves. L'inclusion scolaire renforce l'hétérogénéité des publics accueillis et pose de nombreuses questions aux professionnels de l'enseignement. La fatigue et le stress professionnels semblent prendre de plus en plus d'espace dans la pratique quotidienne des enseignants.

Comment gérer les problématiques de comportements, d'apprentissages, celles qui relèvent de l'inclusion au sein d'une classe entière avec ou sans l'accompagnement d'AVS ?

Comment collaborer et construire collectivement au sein de la classe, des équipes d'école et avec les familles et partenaires ?

Comment donner sa place à l'élève et construire un cadre dans un contexte social au sein duquel l'enfant bénéficie de plus de liberté et d'espace d'expression ?

Les recherches montrent que les interventions systémiques, faisant intervenir plusieurs champs d'intervenants sont parmi les plus efficaces.



<sup>1</sup> Adaptation de : CUMMINGS, E.M., DAVIES, P.T., CAMPBELL, S.B., *Developmental and Family Process Theory Research and Clinical Implications*, Guilford

Voici une approche psycho développementale et éco systémique<sup>1</sup> qui s'appuie sur une analyse rigoureuse et propose un mode d'intervention possible.

Cette approche privilégie le **croisement des regards** afin de mieux saisir les éléments divers qui peuvent intervenir dans le problème rencontré et donc d'envisager différentes manières de voir le problème, la situation, le comportement d'un élève donné dans des

<sup>1</sup>Modèle de Cummings, E.M., Davies, P.T. Campbell, S.B. (2000). *Developmental psychopathology and family process : Theory, research and clinical implications*. New York : the Guilford Press. P. 91

Modèle adapté par Angèle Brisson, Dominique Provost et Danielle Roy, personnes-ressources aux services régionaux de soutien pour les élèves ayant un ou des troubles relevant de la psychopathologie à Québec

situations variées. Dans cette perspective, **le stress** est envisagé comme jouant un rôle important dans la situation qui pose problème. Les notions **de développement et de processus** sont aussi importantes c'est à dire que rien n'est définitif. La notion **de relation** est aussi importante dans la mesure où elle considère que c'est dans l'interaction que se produit un problème. Comment saisir ce qui se passe dans d'autres interactions avec le même élève ?

La notion **de résilience** est aussi considérée comme jouant un rôle potentiel : la capacité à dépasser les traumatismes des individus permet d'ouvrir des perspectives positives.

Alors les manifestations comportementales sont l'expression de besoins à décoder. C'est pourquoi la pluralité des regards en équipe pluridisciplinaire peut aider à construire des réponses plus adaptées, concertées pour faire face à des problèmes d'adaptation et de santé mentale.

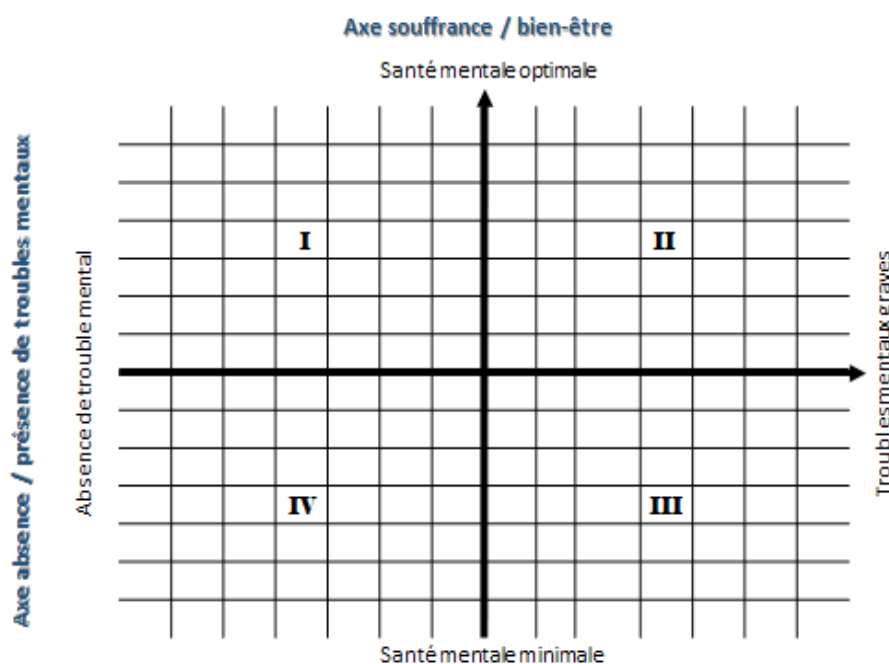
Alors, il s'agit de mettre en place les conditions favorables au développement et à la réussite et de considérer que le changement se fait lentement, par étapes.

Un élément important dans ce travail collaboratif est que nous enseignants n'avons pas à connaître les origines des traumatismes ou maladies que les élèves portent en eux.

Cette approche s'appuie sur des repères qui permettent d'apprécier la santé mentale des personnes :

- **le niveau de bien être subjectif de la personne** : quand l'élève, l'enfant montre t il qu'il éprouve du plaisir ? Fait il preuve de curiosité ? Quand est il plus disponible ? Quand semble t il le mieux ? Le plus ouvert...
- **l'exercice des capacités mentales réelles** : la personne peut elle s'appuyer sur des ressources intellectuelles et affectives pour se réaliser ?
- **la qualité des relations avec le milieu** : a t elle des relations de qualité avec les autres en fonction de ses aptitudes réelles ? A t elle une bonne intégration dans son milieu de vie? A t elle du plaisir à être avec les autres ? Est ce partagé ?

Les personnes qui sont en relation avec les élèves sont capables de donner des informations sur ces différents points. Les informations recueillies peuvent être d'ailleurs très différentes. C'est ce qui constitue un des points d'appui.



Les deux axes suivants permettent de comprendre comment situer la personne du point de vue de la santé mentale.

#### **Cinq étapes pour la procédure d'analyse :**

- Le recueil d'informations objectives,
- L'analyse des informations,
- Une ou des propositions d'hypothèses de travail,
- La planification et la mise en application des interventions et services,
- L'évaluation des résultats.

#### **Différents niveaux d'analyse à envisager :**

- **Niveau 1** : Identification et analyse des comportements et problématiques observables ( description des symptômes observés ; quand ? Comment ? Fréquence;intensité....) . **Regard classique de l'enseignant sur les élèves et communication éventuelle en conseil des maîtres**
- **Niveau 2** : Analyse du mode de communication du jeune et de l'environnement ( cognition : qu'est ce que l'élève pense de lui même...Quels sont les émotions qu'il semble ressentir ? Dans quels contextes ? Quelles réponses possibles envisagées?). **Regard de l'enseignant, voire de l'équipe plus approfondi pour communiquer**
- **Niveau 3** : Identification et analyse dans une vision plus large : (quels facteurs de risque et de protection dans l'environnement de la personne ? Quelles relations avec le milieu ? La famille ? Le contexte générationnel ? Et quels dispositifs envisagés?) organisation des données sur un axe temporel pour mieux saisir la trajectoire développementale de la personne. **Regard et observables pour construire équipe éducative/ PPRE**
- **Niveau 4** : besoin de partenaires extérieurs à l'école ? Quand vers qui et pourquoi ? Quand les partenaires de premier rang ont été sollicités pour éliminer les facteurs physiques, médicaux et psycho sociaux et donc lorsque les éléments analysés laissent penser que l'on est plutôt en présence d'un trouble et non d'une simple difficulté ou de crise. **Regard et observables pour aller vers l'élaboration d'un PPS.**

#### **Favoriser les facteurs de résilience :**

- la capacité de résilience s'appuie sur de bonnes habiletés intellectuelles et sociales à résoudre des problèmes, à prendre des décisions, à contrôler ses impulsions, à tolérer la frustration, à aller chercher du soutien
- les réponses de l'environnement : Famille, école, communauté : milieux sécurisés, stables, cohérents, offrant des défis bien dosés qui valorisent, groupe d'appartenance, relations porteuses de sens...

#### **La relation éducative est le cadre qui permet la sécurité et le bien être :**

- Développer une qualité d'écoute
- Accepter la valeur intrinsèque de l'élève
- Développer sa capacité à contenir l'anxiété
- Savoir poser des limites

- S'interroger sur sa façon d'entrer en relation
- Tenir compte d'une perspective systémique

**La relation à notre pratique éducative : soutenir l'enseignant et l'équipe pour :**

- Développer une expertise et une vision intégrée de notre pratique éducative
- Développer des rapports entretenus et signifiants avec les autres
- Se donner du temps pour réfléchir sur nos pratiques
- Développer un véritable travail d'équipe interdisciplinaire
- Être en relation tout en conservant une saine distanciation
- Être capable de s'auto-évaluer dans sa pratique

**c'est aussi considérer que chacun est nécessaire dans l'équipe en partenariat avec les membres de la circonscription.**

**Et éviter quelques pièges :**

- Essayer de tout porter sur ses épaules
- Ne pas mettre des limites claires à ce qui est réaliste de faire
- Tenter de tout régler en même temps
- Se coincer dans une position « d'expert » qui doit absolument trouver des solutions et...rapidement
- Perdre sa capacité de recul, de penser, de réfléchir
- Se confiner dans un rôle d'évaluation...

**Et repérer des stratégies aidantes**

- Se donner des objectifs réalistes à court, moyen et long terme
- Se trouver des « allié(e)s » et des points d'appui
- Solliciter des partenaires
- Partager nos préoccupations
- Avoir des lieux de paroles avec des collègues
- Bloquer des moments dans l'emploi du temps pour « penser »
- S'autoriser à prendre du temps pour se ressourcer
- Faire attention à sa propre gestion du stress, de la frustration, de la bonne santé mentale

**Et « espérer le meilleur, envisager le pire et prendre ce qui vient » en l'aidant à venir.**