

LE TRAUMA COMPLEXE : L'IMPORTANCE D'ADOPTER UNE POSTURE BIENVEILLANTE ET CURIEUSE EN MILIEU SCOLAIRE

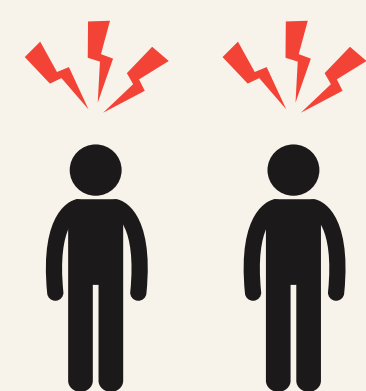
TOUT LE MONDE DEVRAIT SE SENTIR CONCERNÉ

PRÉVALENCE



Les expériences d'adversité peuvent mener à un trauma complexe (TC), avec environ **le tiers de la population canadienne** ayant vécu, durant l'enfance, au moins une forme **d'expérience adverse** dans le milieu familial¹.

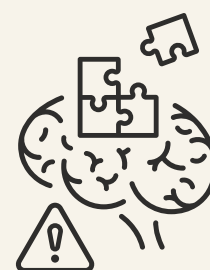
Par exemple : négligence, abus sexuel ou exposition à la violence conjugale^{2,3}



2 élèves sur 3 auraient vécu au moins une expérience d'adversité avant leur entrée à l'école

TRAUMA COMPLEXE

Une exposition répétée et/ou prolongée à des **expériences d'adversité** impliquant des préjudices de la part d'un adulte significatif, souvent le parent, et **aux conséquences complexes, multiples et sévères** associées à cette exposition (p.ex. des défis au niveau des **fonctions exécutives** manifestées, entre autres, par des difficultés à gérer et à contrôler ses émotions)⁴.

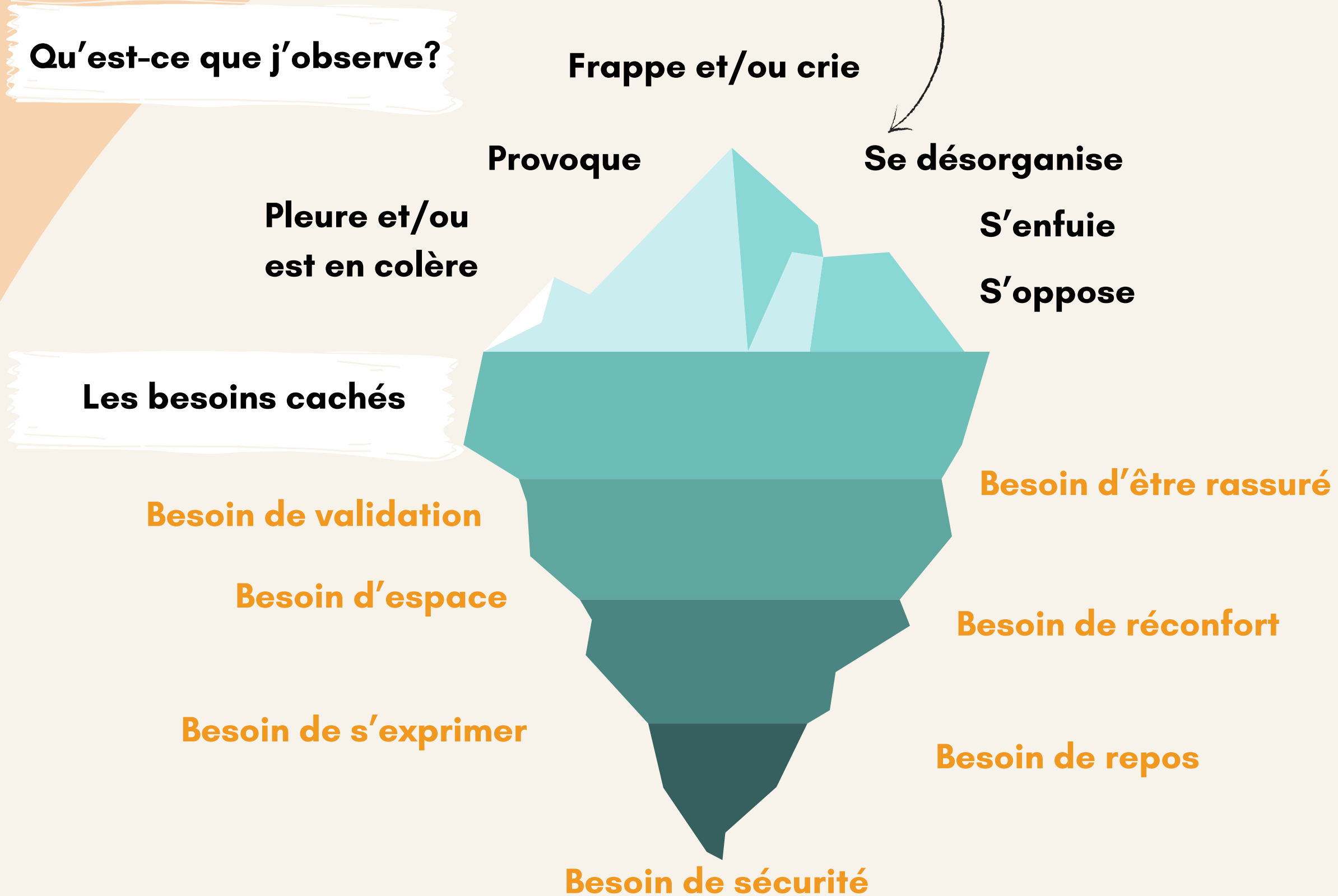


Un TC survient à des **périodes sensibles** du développement, comme la **petite enfance**. Les conséquences y étant associées peuvent **fragiliser** significativement les sphères cognitives, sociales et émotionnelles du développement, et ce, tout au long de la vie⁵.



QUELS BESOINS PEUVENT SE CACHER DERRIÈRE CERTAINS COMPORTEMENTS ?

Le modèle de l'iceberg illustre que sous un comportement observable se cachent des besoins, des émotions et des motivations profondes, souvent invisibles à la surface⁶.



Puisque le TC survient en raison de causes environnementales **externes à l'enfant**, il importe de reconnaître que, derrière les manifestations comportementales jugées dérangeantes (p.ex. impulsivité) ou dysfonctionnelles (p.ex. dysrégulation émotionnelle)³⁻⁵, **plusieurs avenues** doivent être considérées afin de **soutenir l'enfant** le plus adéquatement possible.



Comment soutenir les enfants qui vivent des défis associés à un TC, lesquels font partie intégrante des classes, en étant sensibles à leurs besoins particuliers ?

MISER SUR UNE POSTURE BIENVEILLANTE ET CURIEUSE

Quels peuvent être les besoins que l'enfant tente d'exprimer par la manifestation de ces comportements jugés dérangeants ?



Une posture **bienveillante** et **curieuse** est **une attitude** qui favorise la compréhension et l'indulgence envers l'autre. Cela inclut une **écoute active, de l'empathie et un soutien affectif**⁷. Elle implique de porter un regard positif et respectueux sur chaque enfant en valorisant les forces et talents de chacun, tout en le soutenant dans ses difficultés⁸.

ÊTRE BIENVEILLANTE C'EST...

Être **attentive** aux besoins de chaque enfant

Exemple : Avoir un espace calme et apaisant où l'enfant peut se retirer s'il en ressent le besoin

Prendre le temps d'**écouter** l'enfant **sans jugement**, en lui permettant d'exprimer **ses émotions et ses préoccupations**

Exemple : Prendre un moment lors de la routine du matin ou lors des jeux libres pour interagir avec l'enfant

Valoriser les progrès, même petits

Exemple : Offrir des encouragements à l'enfant : « Tu as investi beaucoup de temps et d'efforts, tu peux être fière de toi! »

Créer **un climat de confiance** propice à l'exploration, à la collaboration et à l'apprentissage

Exemple : Établir des règles de classe qui favorisent le respect et la collaboration

ÊTRE CURIEUSE C'EST...

Encourager l'enfant à explorer, à poser des questions et à chercher des réponses, tout **en favorisant** la transparence, le partage d'idées et la responsabilisation

Être ouverte à de nouvelles idées et à différentes perspectives, voire à **des réalités diverses et parfois plus difficiles**

Reconnaître que l'enfant peut avoir **des limites** en termes de partage de ses expériences et les respecter



Il s'avère prometteur de porter **un regard différent** sur la manière dont on répond aux besoins des enfants avec un profil correspondant à un TC et d'établir avec chacun **une relation de confiance** afin de l'utiliser **comme levier de changement**^{3,4}.

