



# *Arpège 10*

*Maison de l'adolescence de l'Aube*

## LIVRET DESTINÉ AUX PROFESSIONNELLS





## Le (la) jeune :

Nom :

Prénom :

Age :

Structure d'accueil :

## Le (la) professionnel(le) / personne référente :

Nom :

Prénom :

Structure :



# Introduction Crises et Apaisement



**La crise clastique chez l'ado c'est quoi ?**



De ce qu'est une **crise clastique** chez l'adolescent :

En psychiatrie une crise clastique est une crise au cours de laquelle le sujet brise consciemment et volontairement des objets lors d'un accès de colère.

Ses crises mettent la personne dans un état émotionnel intense, qui peut se mettre en danger ainsi que les autres.

Vous êtes régulièrement confrontés aux crises des jeunes que vous prenez en charge au quotidien, ou de vos propres enfants, une des questions qui se pose est la recherche de solutions quant aux remèdes d'apaisement de ses crises ?

**Quelques questions se posent comme :**

« Comment la crise s'est-elle arrêtée ? »

- À la suite de **l'intervention d'un adulte** ? d'un jeune de son âge, un ami ? par la venue des forces de l'ordre ?
- Suite d'un **acte physique** ? (Contention...)
- Après l'administration d'un « **si besoin** », une tisane, un lait chaud ...
- Grâce à une **verbalisation** rassurante, apaisante d'un adulte lors de sa crise ?
- Avec une **méthode** ou un **outil** particulier (la présence d'un animal, l'écoute d'une musique particulière, technique de respiration...)
- Votre ado s'est-il (elle) **arrêté de lui (elle)-même** si oui de quelle manière ? (Fuite...), d'elle-même, sans intervention extérieure
- À la suite d'un protocole bien défini par l'établissement ou par des parents ?

# Et Après...



À la suite de cette crise, l'évènement a-t-il été rediscuté avec le (la) jeune une fois la crise passée ?

Si oui, dans quel contexte ? (Seul, à plusieurs ? par l'éducateur en poste au moment de la crise ? par le référent, par un cadre, une infirmière ou psychologue ? , par les parents ensemble ?...)

Avez-vous utilisé un outil spécifique à l'analyse ou le suivis des crises ?

Autant de questions et de réponses que de crises et d'adolescents ; c'est pour cela qu'il est important de pouvoir réfléchir aux solutions à trouver pour chaque adolescent en souffrance par rapport à ses crises.



Parfois il est important de rappeler quelques règles lors de ses crises :

- Ne pas se mettre en danger
- Protéger l'entourage (les autres jeunes de l'établissement, des adultes qui n'auraient rien à voir avec cette crise, frères et sœurs ...)
- Ne pas hésiter à téléphoner au 15 pour avoir l'avis d'un médecin quant à la conduite à tenir
- Ne pas tenter de crier plus fort que l'ado ou de surenchérir ou encore de répondre à ses éventuelles insultes
- Éviter de toucher l'ado en crise sauf en cas d'extrême urgence (une attitude auto ou hétéro-agressive)
- Ne pas menacer ou juger l'ado en crise
- Permettre à l'adolescent de se mettre à l'écart pour s'apaiser.

# Grille repérage avant crise



|          | OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> | DÉTAILS SI RÉPONSE POSITIVE |
|---|---|-----------------------------|
| La crise a-t-elle lieu toujours au même endroit ?   | OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> |                             |
| La crise a-t-elle à peu-près lieu aux mêmes heures ?                                      | OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> |                             |
| Existe-t-il des situations qui entraînent systématiquement le déclenchement d'une crise ? | OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> |                             |
| Existe-t-il une émotion en rapport avec la situation précédente en amont de la crise ?    | OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> |                             |
| Avez-vous repéré des signes avant la crise ? (Comportement, propos, rituels.)             | OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> |                             |
| Autres :  |   |                             |



# Parcours dans le temps de la crise



**Après crise, solution d'apaisement**

**Avant crise**

**Contexte (lieu, date,  
personnes présentes)**

**Initiales du jeune**

**Age**





# Analyse des crises



|  | Lundi  | Mardi  | Mercredi   | Jeudi  | Vendredi   | Samedi   | Dimanche   |
|---|--|--|--|--|--|--|--|
| <b>Durée des manifestations (Faible-Moyenne-Forte)</b>                            |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Intensité des crises FA-MO-FO</b>  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Mise en place de stratégies de type de « crise contrôle »</b>                  | Oui <input type="checkbox"/><br>Non <input type="checkbox"/> |
| <b>Crise auto ou hétéro-agressive (auto ou hétéro dans les cases)</b>             |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Conséquences sur le quotidien (FA-MO-FO)</b>                                   |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Conséquences sur les relations aux autres (FA-MO-FO)</b>                       |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Arrive à contrôler sa crise (oui-non)</b>                                      | Oui <input type="checkbox"/><br>Non <input type="checkbox"/> |
| <b>Autres :</b>   |  |  |  |  |  |  |  |

# Introduction : Prendre soin de soi



Prendre soin de soi peut prendre différentes formes. Le bien-être se définit de différentes manières selon nos origines, notre culture, notre éducation.

On parle de bien-être dans 3 sphères différentes de la vie, le bien-être professionnel, dans la vie privée et la sphère sociale.



Pour certains, il est important de prendre soin de son corps, pour d'autres de son esprit, de ses émotions, de ses relations ou encore de se focaliser sur la réduction du stress. Pour d'autres l'idée est de trouver un équilibre entre toutes ces sphères.

Quel que soit notre recherche, la notion de bien-être n'a jamais été autant présente dans les discours actuels.

Nous savons qu'un travailleur, qu'il soit du milieu social, médico-social, de l'éducation, du sanitaire ou judiciaire a besoin de prendre soin de cette notion de bien-être pour lui-même mais aussi pour pouvoir prendre soin du public dont il a la charge.

En effet, comment inviter nos jeunes à prendre soin d'eux si nous n'avons pas la capacité de le faire nous-même ?

## Quelques questions à se poser :

« Comment arriver à **amener nos jeunes** à prendre soin d'eux-mêmes ? »

« Comment leur **faire prendre conscience** de l'importance d'une bonne hygiène de vie ? »

« Comment les **aider à faire des liens** entre une bonne alimentation, un bon sommeil, des relations non toxiques, une bonne hygiène, la pratique d'une activité...et les difficultés qu'ils peuvent rencontrer au quotidien ? »

« Comment les aider à **prendre soin de leur psychisme** alors qu'ils ont vécu parfois l'innommable ? »

Le « prendre soin » est souvent l'occasion pour rentrer en relation avec nos jeunes, être attentif, attentionné, à l'écoute est déjà une manière de prendre soin d'eux.

C'est aussi utiliser l'**humour**, le « **faire avec** », **jouer**, même si ces jeux nous paraissent parfois futiles ou enfantins, c'est aussi **réparer** ensemble et **créer...**

Bien sûr, notre **défi** principal va être de leur donner envie de **prendre soin d'eux-mêmes** et d'être autonomes avec cette question.

# Grille Prendre soin de soi



|   |  |                          |
|---|--|--------------------------|
|  | <input type="checkbox"/> oui non <input type="checkbox"/><br><input type="checkbox"/> Occasionnellement<br><input type="checkbox"/> Je ne sais pas | <b>Si non pourquoi ?</b> |
| <b>Pensez-vous qu'il (elle) est content(e) de lui (d'elle) même</b>               | <input type="checkbox"/> oui non <input type="checkbox"/><br><input type="checkbox"/> Occasionnellement<br><input type="checkbox"/> Je ne sais pas |                          |
| <b>Pratique t'il (t-elle) un loisir ? (sport, musique, dessin...)</b>             | <input type="checkbox"/> oui non <input type="checkbox"/><br><input type="checkbox"/> Occasionnellement<br><input type="checkbox"/> Je ne sais pas |                          |
| <b>Pensez-vous qu'il (elle) mange correctement</b>                                | <input type="checkbox"/> oui non <input type="checkbox"/><br><input type="checkbox"/> Occasionnellement<br><input type="checkbox"/> Je ne sais pas |                          |
| <b>Pensez-vous qu'il (elle) dort correctement</b>                                 | <input type="checkbox"/> oui non <input type="checkbox"/><br><input type="checkbox"/> Occasionnellement<br><input type="checkbox"/> Je ne sais pas |                          |
| <b>A-t-il des rendez-vous médicaux ? (Médecin, Psychologue, Psychiatre...)</b>    | <input type="checkbox"/> oui non <input type="checkbox"/><br><input type="checkbox"/> Occasionnellement<br><input type="checkbox"/> Je ne sais pas |                          |

# Introduction à l'alimentation chez les ados de manière générale :

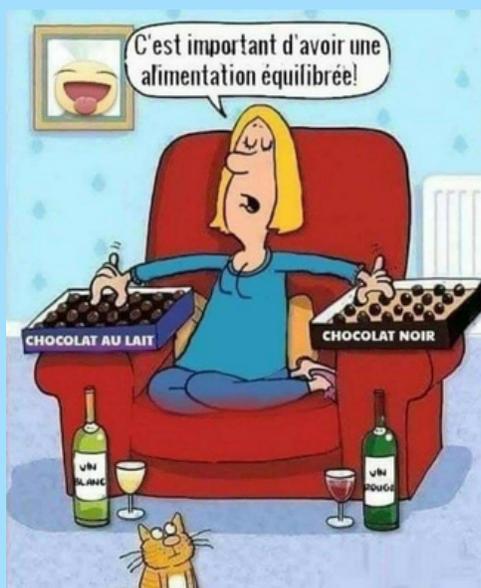


L'adolescence est une période clé où les habitudes alimentaires se construisent, influencées par des besoins nutritionnels accrus, des changements physiques et des pressions sociales.

L'alimentation joue un rôle crucial dans le développement physique et psychologique, mais peut être marquée par des déséquilibres : sauts de repas, alimentation excessive ou insuffisante, et attrait pour les produits ultra transformés.

Les comportements alimentaires des ados reflètent souvent leurs émotions, leur environnement familial ou social, et leur rapport à leur corps.

Il est essentiel de sensibiliser les jeunes à une alimentation équilibrée, sans jugement, et de détecter d'éventuelles difficultés pour les accompagner vers des choix plus sains.



# Questionnaire alimentation (adulte)



## **Perception sur son alimentation**

A votre avis, le (la) jeune mange-t-il-elle d'une manière satisfaisante ?

- Tout à fait
- Plutôt
- Peu
- Pas du tout

## **Pourquoi êtes-vous satisfait ou non satisfait de la manière dont il (elle) se nourrit ?**

- Il (elle) aime ce qu'il (elle) mange
- Il (elle) n'aime pas ce qu'il (elle) mange
- Il (elle) prend le temps de manger
- Il (elle) ne prend pas le temps de manger
- Il (elle) a envie de manger
- Il (elle) suit un régime alimentaire
- Autre.....

## **Ses repas**

### **Petit déjeuner**

#### **1.Fréquence**

- Tous les jours ou presque
- 3 à 5 fois par semaine
- 1 à 2 fois par semaine
- Uniquement pendant les vacances
- Jamais

#### **2.Où ?**

- Chez ses parents
- Sur le collectif
- Dans sa chambre

#### **3.Le plus souvent à table**

- oui
- non

#### **4.Avec qui généralement ?**

- Seul(e)
- Avec ses parents
- Avec des adultes
- Avec ses pairs
- Autre.....

## **5.De quoi est composé son petit déjeuner ?**

Boisson.....

- Pain
- Biscottes
- Céréales
- Viennoiseries/Gâteaux
- Confiture
- Beurre
- Pâte à tartiner
- Autre.....

## **Repas de midi**

### **6.Fréquence**

- Tous les jours ou presque
- 3 à 5 fois par semaine
- 1 à 2 fois par semaine
- Jamais





|                         | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche |
|-------------------------|-------|-------|----------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Chez ses parents</b> |       |       |          |       |          |        |          |
| <b>A la cantine</b>     |       |       |          |       |          |        |          |
| <b>Au foyer</b>         |       |       |          |       |          |        |          |
| <b>Autre</b>            |       |       |          |       |          |        |          |

### 8. Avec qui généralement ?

- Tout (e) seul (e)
- Avec ses parents
- Avec des adultes
- Autre.....

### 9. Quels sont les aliments qui le composent généralement ?

- Une entrée, un plat, un produit laitier, un dessert
- Un sandwich ou une pizza
- Un plat, une entrée, un dessert
- Autre.....



### Goûter de l'après-midi

#### 10. Fréquence

- Tous les jours ou presque
- Seulement les mercredis et les week-ends
- Jamais

### 11. Quels sont les aliments qui le composent généralement ? (Plusieurs réponses possible)

- Aliments sucrés (gâteaux, bonbons, barres chocolatées)
- Aliments salés (saucisson, chips, cacahuètes)
- Fruits
- Produits laitiers
- Autre.....

## Repas de soir

### 12. Fréquence :

- Tous les jours ou presque
- 3 à 5 fois par semaine
- 1 à 2 fois par semaine
- Jamais

### 13 Où ?

- Chez ses parents
- Au foyer
- Autre.....

### 14. Le plus souvent à table ?

- oui  non

### 15. Avec qui généralement ?

- Tout (e) seul (e)
- Avec ses parents
- Au foyer

### 16. Quels sont les aliments qui le composent généralement

- Ceux d'un petit déjeuner
- Une entrée, un plat, un produit laitier et un dessert
- Un plat, une entrée ou un dessert
- Un sandwich ou une pizza
- Un plat, une entrée ou un dessert
- Autre

### En dehors de ces 4 repas

### 17. Pensez-vous qu'il (elle) grignote ?

- oui  non

### 18. Pourquoi selon vous ?

- Parce qu'il (elle) a faim
- Par gourmandise

### 19. Quand il (elle) grignote que mange t'il (elle) selon vous (plusieurs réponses possibles).

- Aliments sucrés (gâteaux bonbons, barre chocolatées)
- Aliments salés (saucisson, chips, cacahuètes)
- Fruits
- Produits laitiers
- Autres.....

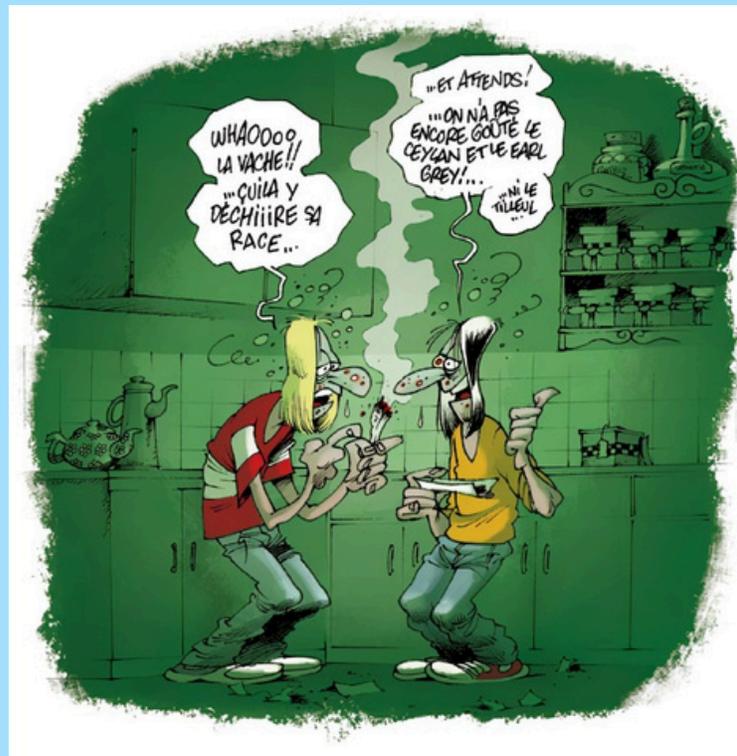




## Introduction usage de substances psychoactives chez les ados :

L'usage de substances toxiques (alcool, tabac, drogues) chez les ados est souvent lié à une quête d'expérimentation, d'appartenance sociale ou à la gestion de difficultés émotionnelles.

Ces comportements, parfois perçus comme anodins, peuvent cacher un mal-être ou un besoin d'évasion face à des situations stressantes ou douloureuses.



Cet usage comporte des risques importants pour la santé physique et psychologique, ainsi que pour la vie sociale du jeune et peut évoluer vers une dépendance.

Il est essentiel d'aborder le sujet sans jugement, d'identifier les facteurs de vulnérabilité et d'accompagner vers une prise en charge adaptée, en valorisant un dialogue ouvert et préventif.

# Grille consommation de toxiques



| Jours de la semaine  |   | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche |
|--|---|-------|-------|----------|-------|----------|--------|----------|
|  |   |       |       |          |       |          |        |          |
| Pouvez-vous donner 3 indices physiques de consommation de drogues ?                    | -<br>-<br>-   |       |       |          |       |          |        |          |
| Pouvez-vous donner 3 indices de modifications de comportements ?                       | -<br>-<br>-   |       |       |          |       |          |        |          |
|  |   |       |       |          |       |          |        |          |
| Pouvez-vous donner 3 indices de changements d'habitudes ?                              | -<br>-<br>-   |       |       |          |       |          |        |          |
| Quel type de consommateur est-il(elle) ?<br><br><b>Merci d'entourer votre réponse.</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abstinente</li> <li>• Explorateur</li> <li>• Consommateur régulier</li> <li>• Consommateur abusif</li> </ul> |       |       |          |       |          |        |          |

# Introduction à la fugue chez l'adolescent



La fugue peut vite devenir un sujet d'inquiétude pour les parents et les travailleurs sociaux en charge d'un adolescent.

Les questions comme : « où est-il (elle) ? » « Avec qui est-il ? (Elle) » « est-il (elle) en danger ? » « Pourquoi est-il (elle) parti ? » ...Autant de questions, que de réponses, que d'adolescents !

La fugue peut avoir une fonction différente selon le profil, la situation et l'âge du jeune.

La fugue est parfois une façon de « survivre » à un contexte de vie compliqué.

Quel que soit la raison pour laquelle le (la) jeune décide de fuguer, cela reste un acte exprimant un malaise, un mal-être qui peut le (la) mettre véritablement en danger.

L'idée de la fugue peut aussi permettre de mettre à distance les difficultés de l'adolescent : « si je me sauve ça ira mieux ailleurs ! » Cela ne doit pas être ressenti comme un échec tant au niveau des adultes que des jeunes mais plutôt comme une étape dans le parcours et la compréhension des difficultés.

Dans tous les cas, la fugue ne doit jamais être banalisée quelle que soit les circonstances dans lesquels elle se produit.

Il est également important de réfléchir et de travailler sur l'accueil au retour de ses jeunes, qui bien souvent hésitent à rentrer par peur de se faire « défoncer » comme ils disent !

Accueillir avec bienveillance et sans jugement semble être une base saine pour permettre à l'adolescent(e) de s'exprimer en toute confiance sur les raisons de sa fugue.

# Grille d'observation fugue



| <b>Fréquence de la fugue ?</b><br> | Lundi  | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi           | Samedi | Dimanche |
|---|--|-------|----------|-------|--------------------|--------|----------|
| <b>Où ?</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Secteur possible :</li> <li>• Famille, amis</li> <li>• Je ne sais pas</li> <li>• Autre...</li> </ul>  |       |          |       | <b>Remarques :</b> |        |          |
| <b>Avec qui ?</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autres jeunes du Foyer</li> <li>• Amis</li> <li>• Petit(e) ami(e)</li> <li>• Je ne sais pas</li> <li>• Autre...</li> </ul>  |       |          |       | <b>Remarques :</b> |        |          |
| <b>Comment ?</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• À pied</li> <li>• À trottinette</li> <li>• En voiture</li> <li>• Je ne sais pas</li> <li>• Autre...</li> </ul>  |       |          |       | <b>Remarques :</b> |        |          |
| <b>Pour quelles raisons ?</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retrouver quelqu'un</li> <li>• Prendre l'air du collectif</li> <li>• N'adhère pas au placement</li> <li>• Chez ses parents</li> <li>• Je ne sais pas</li> <li>• Autre...</li> </ul> |       |          |       | <b>Remarques :</b> |        |          |
| <b>Pourquoi ?</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mal être,</li> <li>• Foyer</li> <li>• Mimétisme...</li> <li>• Je ne sais pas</li> <li>• Autre...</li> </ul>   |       |          |       | <b>Remarques :</b> |        |          |
| <b>Quelle conduite à risque ?</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consommation toxique</li> <li>• Mise en danger successive</li> <li>• Errance</li> </ul>   |       |          |       | <b>Remarques :</b> |        |          |

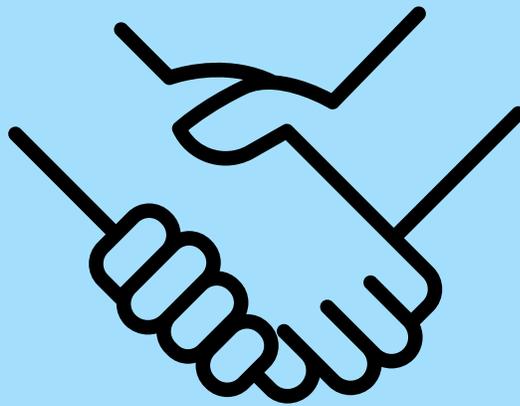


## Introduction à l'observation comportementale



On se rend souvent compte que nous n'avons pas la même façon de voir et de décrire les adolescents (es) avec qui nous sommes en lien.

Pourtant, bien les connaître permet de mieux entrer en communication avec eux et de construire un lien de confiance.



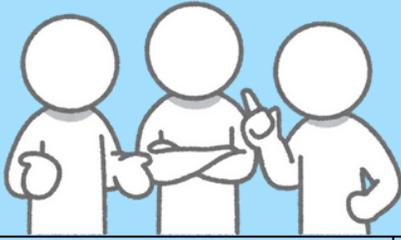


# Questionnaire observation comportementale



| EXPRESSION EMOTIONNELLE | SOUVENT | QUELQUE FOIS | RAREMENT | JAMAIS |
|-------------------------|---------|--------------|----------|--------|
| Souriant (e)            |         |              |          |        |
| Expansif (ve)           |         |              |          |        |
| Sensible                |         |              |          |        |
| Triste                  |         |              |          |        |
| Inhibé                  |         |              |          |        |
| Impulsif (ve)           |         |              |          |        |
| Agressif (ve)           |         |              |          |        |
| En colère               |         |              |          |        |
| Irritable               |         |              |          |        |

| IMAGE DE SOI                  | SOUVENT | QUELQUE FOIS | RAREMENT | JAMAIS |
|-------------------------------|---------|--------------|----------|--------|
| Très bonne                    |         |              |          |        |
| A trop confiance en lui(elle) |         |              |          |        |
| A confiance en lui(elle)      |         |              |          |        |
| Bonne                         |         |              |          |        |
| Altéré                        |         |              |          |        |
| Mauvaise                      |         |              |          |        |



| <b>EXPRESSION<br/>RELATIONNELLE</b> | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE<br/>FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|-------------------------------------|----------------|-------------------------|-----------------|---------------|
| Isolement                           |                |                         |                 |               |
| Parle peu                           |                |                         |                 |               |
| Ne répond pas                       |                |                         |                 |               |
| Évitement du regard                 |                |                         |                 |               |
| Familier                            |                |                         |                 |               |
| Trop familier                       |                |                         |                 |               |



| <b><u>COMPORTEMENT SOCIAL</u></b>          | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|--|----------------|---------------------|-----------------|---------------|
| <b>RELATION AUX PAIRS AU SEIN DU FOYER</b> |                |                     |                 |               |
| A beaucoup d'amis                          |                |                     |                 |               |
| N'a pas beaucoup d'amis                    |                |                     |                 |               |
| Bonnes relations                           |                |                     |                 |               |
| Relations compliqués                       |                |                     |                 |               |
| Malintentionné                             |                |                     |                 |               |
| Bienveillant                               |                |                     |                 |               |
| Est empathique                             |                |                     |                 |               |
| Insensible                                 |                |                     |                 |               |
| Respecte leurs émotions                    |                |                     |                 |               |
| Leader positif                             |                |                     |                 |               |
| Leader négatif                             |                |                     |                 |               |
| Relation exclusive avec un pair            |                |                     |                 |               |
| Sociable                                   |                |                     |                 |               |
| Aucune relation avec ses pairs s'isole     |                |                     |                 |               |
| Ne joue pas se plaint des autres           |                |                     |                 |               |
| Agressif avec ses pairs                    |                |                     |                 |               |
| Se met en danger                           |                |                     |                 |               |

| <b>RELATION A L'ADULTE</b><br> | SOUVENT | QUELQUE FOIS | RAREMENT | JAMAIS |
|---|---------|--------------|----------|--------|
| Bonne   |         |              |          |        |
| Cherche l'accord de l'adulte  |         |              |          |        |
| Cherche sa proximité  |         |              |          |        |
| Accepte sa proximité  |         |              |          |        |
| Accepte les remarques de l'adulte   |         |              |          |        |
| Accepte de collaborer   |         |              |          |        |
| Est respectueux   |         |              |          |        |
| Est poli  |         |              |          |        |
| Soumission  |         |              |          |        |
| Se positionne comme pair  |         |              |          |        |
| Se contrôle face à lui  |         |              |          |        |
| Provoque  |         |              |          |        |
| Anxieux   |         |              |          |        |
| Manque de respect   |         |              |          |        |
| Menace  |         |              |          |        |
| Agressif  |         |              |          |        |
| Refuse de collaborer  |         |              |          |        |
| Demande de l'aide   |         |              |          |        |

| <b>RELATION AUX REGLES</b><br> | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|--|----------------|---------------------|-----------------|---------------|
| Respecte les règles du foyer   |                |                     |                 |               |
| Respecte les règles de sorties   |                |                     |                 |               |
| Les comprends  |                |                     |                 |               |
| Respecte les règles qui l'arrange  |                |                     |                 |               |
| Les conteste   |                |                     |                 |               |
| Ne les respecte pas  |                |                     |                 |               |
| Les détourne   |                |                     |                 |               |
| Violence   |                |                     |                 |               |
| Vol  |                |                     |                 |               |
| Destruction d'objets   |                |                     |                 |               |
| Perturbe   |                |                     |                 |               |
| Insulte  |                |                     |                 |               |
| Retard   |                |                     |                 |               |
| Accepte les conséquences de ses actes  |                |                     |                 |               |
| Accepte les conséquences de ses paroles  |                |                     |                 |               |
| Cherche à éviter les conséquences de ses actes ou paroles  |                |                     |                 |               |
| Reconnait ses actes  |                |                     |                 |               |

| <b>COMMUNICATION VERBALE</b>  | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|--|----------------|---------------------|-----------------|---------------|
| S'exprime de manière claire  |                |                     |                 |               |
| Bavard   |                |                     |                 |               |
| Très bavard  |                |                     |                 |               |
| Parle peu  |                |                     |                 |               |
| A du mal à se faire comprendre   |                |                     |                 |               |
| Ne parle pas   |                |                     |                 |               |

| <b>COMMUNICATION NON VERBALE</b>  | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|--|----------------|---------------------|-----------------|---------------|
| S'exprime par des gestes   |                |                     |                 |               |
| S'exprime par le regard  |                |                     |                 |               |
| S'exprime par le toucher   |                |                     |                 |               |
| Ne s'exprime pas (visage figé)   |                |                     |                 |               |



| <b>ATTENTION</b>                | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|---------------------------------|----------------|---------------------|-----------------|---------------|
| Bonne                           |                |                     |                 |               |
| Bonne en début de journée       |                |                     |                 |               |
| Bonne le matin                  |                |                     |                 |               |
| Attention limitée dans le temps |                |                     |                 |               |



| <b>CONCENTRATION</b>               | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|------------------------------------|----------------|---------------------|-----------------|---------------|
| Concentré                          |                |                     |                 |               |
| Très concentré                     |                |                     |                 |               |
| Difficulté à se mettre au travail  |                |                     |                 |               |
| Difficulté à rester concentré      |                |                     |                 |               |
| Difficulté à terminer la tâche     |                |                     |                 |               |
| Difficulté à suivre une discussion |                |                     |                 |               |
| Se laisse facilement distraire     |                |                     |                 |               |



| <b>CONDITION<br/>D'APPARITION DES<br/>COMPORTEMENTS</b>               | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|---|----------------|---------------------|-----------------|---------------|
| A l'entrée du foyer   |                |                     |                 |               |
| Au retour d'autre activité  |                |                     |                 |               |
| Au retour d'un retour de<br>famille (famille<br>d'accueil ?)          |                |                     |                 |               |
| Au retour d'un rdv avec<br>la famille (médical,<br>scolaire ou autre) |                |                     |                 |               |
| Après une séance de<br>thérapie                                       |                |                     |                 |               |
| En fin de journée   |                |                     |                 |               |
| En début de semaine   |                |                     |                 |               |
| En milieu de semaine  |                |                     |                 |               |
| En fin de semaine   |                |                     |                 |               |
| Lors des déplacements   |                |                     |                 |               |

| <b>LES LIEUX OU L'ENFANT EST EN DIFFICULTE</b><br> | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|---|----------------|---------------------|-----------------|---------------|
| Dans un lieu de vie autre<br>Que le foyer ou la maison (stage, internat, externat, classe verte...                                  |                |                     |                 |               |
| Lors d'une activité sportive  |                |                     |                 |               |
| Dans son activité extra-scolaire  |                |                     |                 |               |
| A l'école   |                |                     |                 |               |
| Dans un endroit confiné   |                |                     |                 |               |
| Dans un espace trop grand   |                |                     |                 |               |
| Dans un lieu où il y a du monde   |                |                     |                 |               |
| A l'extérieur du foyer  |                |                     |                 |               |

| <b>DECLENCHEUR D'UN<br/>COMPORTEMENT<br/>INADAPTE</b>  | <b>SOUVENT</b> | <b>QUELQUE<br/>FOIS</b> | <b>RAREMENT</b> | <b>JAMAIS</b> |
|---|----------------|-------------------------|-----------------|---------------|
| Une activité nouvelle   |                |                         |                 |               |
| Une activité particulière   |                |                         |                 |               |
| Un changement de programme  |                |                         |                 |               |
| Un changement d'adulte  |                |                         |                 |               |
| Un changement de lieu   |                |                         |                 |               |
| Une remarque sur le lieu de travail   |                |                         |                 |               |
| Un changement d'habitude  |                |                         |                 |               |
| Un évènement familial   |                |                         |                 |               |
| Une frustration   |                |                         |                 |               |
| Une demande d'attente   |                |                         |                 |               |
| Une impression d'agression par autrui   |                |                         |                 |               |
| Une sollicitation de l'adulte à un moment où l'enfant n'était pas prêt  |                |                         |                 |               |

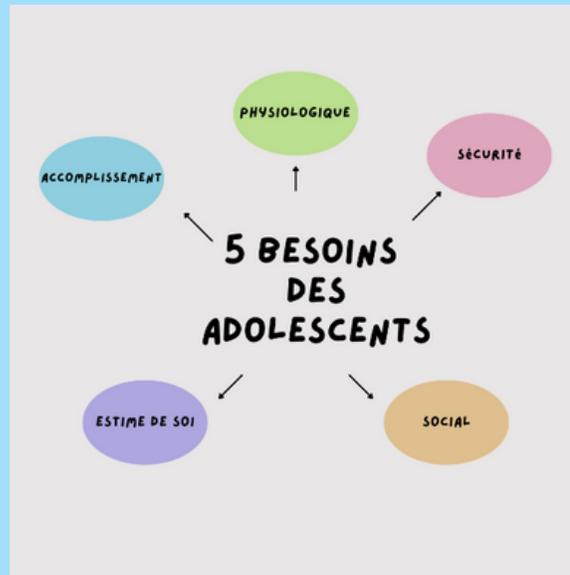


L'être humain a souvent tendance à ne voir que le négatif lorsqu'il est en difficulté relationnelle. Voir les défauts chez l'autre est plus facile que de s'appuyer sur ses forces et ces capacités.

Les questionnaires sur les qualités des jeunes, leurs capacités ainsi que leurs loisirs ou leurs rêves permettent de mettre en lumière les compétences pas toujours repérées au quotidien.

Ce repérage peut permettre de travailler sur le projet du (de la) jeune avec des objectifs précis tout en encourageant l'adolescent à développer ces forces et ces qualités.





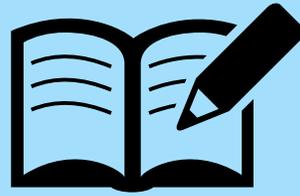
Les adolescents(es) ont souvent bien du mal à exprimer d'une manière précise leurs besoins, pourtant on peut définir au moins 5 besoins principaux :

- **le besoin d'accomplissement,**
- **besoin psychologique,**
- **social,**
- **d'estime de soi et de sécurité.**

Le travail des parents et des accompagnateurs est d'aider ces adolescents (es) à prendre conscience et prendre soin de ces différents domaines.

Aussi de les faire réfléchir aux moyens à mettre en place pour accéder au développement de leurs besoins.

# Quels sont ses besoins aujourd'hui ?



Il a besoin de : (entourer les réponses).





**Dans la liste de mots proposés, pouvez-vous entourer les qualités qui vous semblent lui correspondre ?**





# Grille qui est-il(elle) ?

| SES QUALITÉS | SES TALENTS | SES LOISIRS | SES PASSIONS | SES RÊVES |
|--------------|-------------|-------------|--------------|-----------|
|              |             |             |              |           |



## Introduction aux scarifications :

Les scarifications, sont des blessures volontaires pratiquées par certains adolescents pour gérer une souffrance émotionnelle intense, par une sensation de soulagement aussi parfois.

Ces actes, souvent liés à des difficultés comme l'anxiété, la dépression ou des traumatismes, servent à exprimer des émotions difficiles ou à restaurer un sentiment de contrôle.

Bien qu'elles ne traduisent pas toujours une intention suicidaire, elles nécessitent une attention particulière.

Les professionnels doivent adopter une approche empathique et non-jugeant pour offrir un espace d'écoute sécurisant et encourager une prise en charge adaptée.



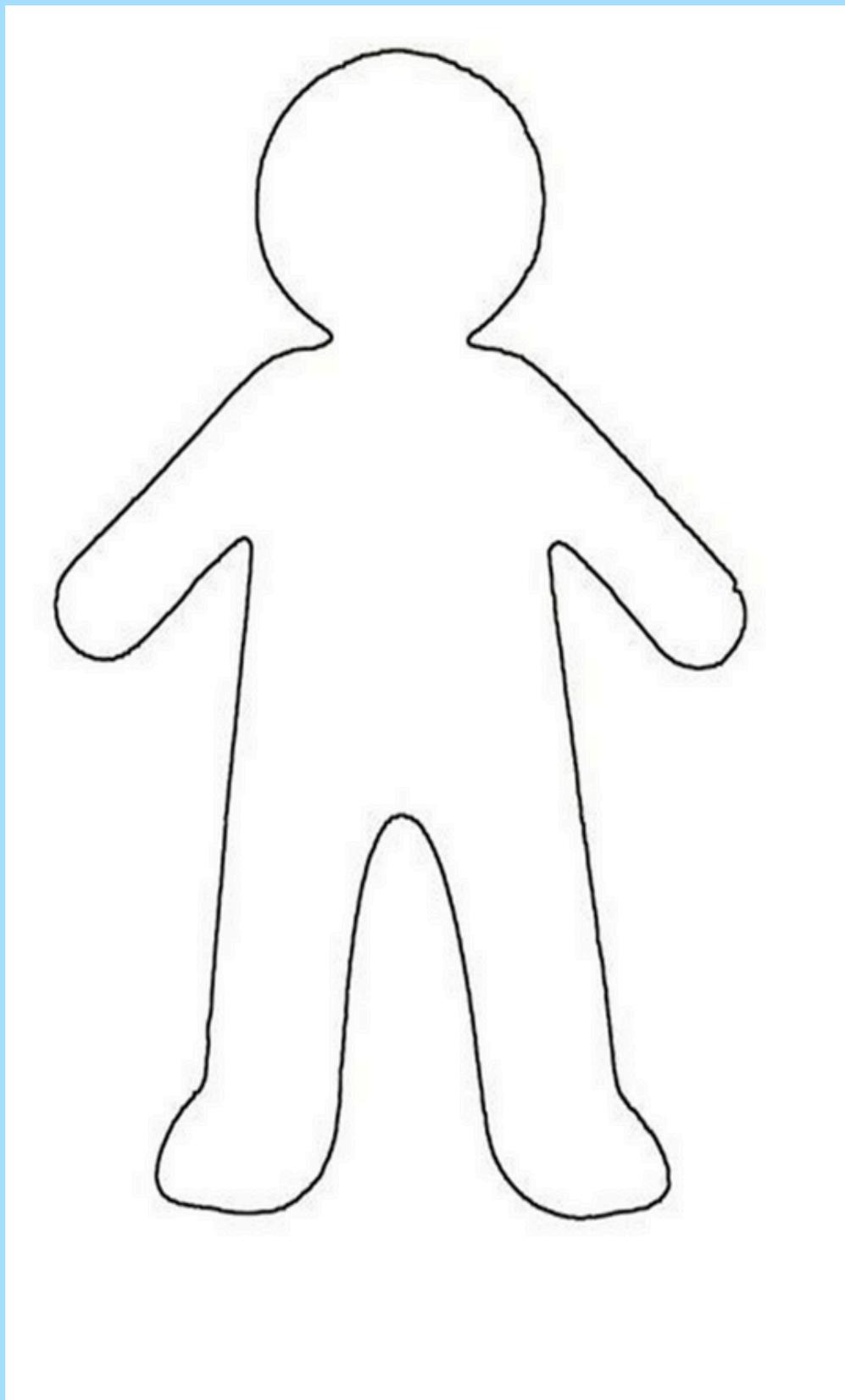
# Grille d'observation Scarifications



|   |          | Combien de fois par mois ?      |            |  |          |          |          |            |            |  |                   |          |          |          |          |         |         |      |
|---|----------|---------------------------------|------------|--|----------|----------|----------|------------|------------|--|-------------------|----------|----------|----------|----------|---------|---------|------|
|  <p>Les scarifications sont-elles régulières ?</p> |          | <b>Oui</b>                      | <b>Non</b> | <b>J</b>   | <b>F</b> | <b>M</b> | <b>A</b> | <b>M</b>   | <b>J</b>   | <b>J</b>                                 | <b>A</b>          | <b>S</b> | <b>O</b> | <b>N</b> | <b>D</b> |         |         |      |
|   |          | <b>Si oui combien de fois ?</b> |            |  |          |          |          |            |            |  |                   |          |          |          |          |         |         |      |
| Quel(s) est/sont l'évènement(s) qui précède(nt) ou entraîne(nt) les scarifications ?  |          |                                 |            |  |          |          |          |            |            |  |                   |          |          |          |          |         |         |      |
| Vous parle-t-il-t-elle de ce qu'il(elle) ressent, ses émotions, ses sensations physiques... ?                                     |          | <b>Oui</b>                      | <b>Non</b> | <b>Emotions :</b><br>.....<br>.....<br>.....<br><b>Sensations :</b><br>.....<br>.....<br>..... |          |          |          |            |            |  |                   |          |          |          |          |         |         |      |
| Savez-vous ce qu'il(elle) se dit lors du passage à l'acte ? (Exemple : je suis nul(le), personne ne m'aime...).                   |          | <b>Oui</b>                      | <b>Non</b> |  |          |          |          |            |            |  |                   |          |          |          |          |         |         |      |
| Quelle est sa façon de se faire du mal ? (Lame de rasoir, paire de ciseaux...).   |          |                                 |            |  |          |          |          |            |            |  |                   |          |          |          |          |         |         |      |
| Avez-vous repéré un jour ou une heure particulière au moment du passage à l'acte ?  | <b>L</b> | <b>M</b>                        | <b>M</b>   | <b>J</b>   | <b>V</b> | <b>S</b> | <b>D</b> | <b>Oui</b> | <b>Non</b> | <b>Entre :<br/>Mettre<br/>une croix.</b> | 8h-10h<br>10h-12h | 12h-14h  | 14h-16h  | 16h-18h  | 18h-20h  | 20h-22h | 22h-00h | Nuit |



**Pouvez-vous signifier d'une flèche les endroits de scarification ?**



# Introduction à la scolarité chez les adolescents :



La scolarité des ados est une période déterminante de leur développement, marquée par des transformations cognitives, sociales et émotionnelles.

Elle joue un rôle central dans la construction de leur identité et leur préparation à la vie adulte.

Il faudra conjuguer la gestion de la motivation, du stress de l'école et des relations sociales.

Pour les professionnels il est essentiel de comprendre ces enjeux et d'adopter des approches bienveillantes et adaptées.

L'échec scolaire chez les ados est une problématique complexe, souvent liée à des difficultés académiques, sociales ou/et personnelles. Cette situation peut affecter leur estime de soi, leur motivation et leur projection dans l'avenir.

Comprendre les causes profondes de cet échec, qu'elles soient liées à des difficultés d'apprentissage, des fragilités personnelles, des pathologies ou des contextes familiaux défavorables est essentiel pour adapter les interventions.

Les professionnels jouent un rôle clé dans la remobilisation de ces jeunes : en instaurant un climat de confiance, en valorisant leurs compétences et en collaborant avec les familles et les autres acteurs qui gravitent autour du jeune.

Ils peuvent aider les adolescents à reprendre goût aux apprentissages, et à envisager un avenir plus positif.



# Sa relation avec l'école



| Fréquence ?  | Lundi   | Mardi | Mercredi  | Jeudi | Vendredi  | Samedi | Dimanche |
|--|---|-------|---|-------|---|--------|----------|
| <b>Sa relation avec l'école ?</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Très mauvaise</li> <li>• Ça dépend des profs</li> <li>• Ça dépend de la matière</li> </ul>                                     |       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cela dépend des jours</li> <li>• Ça dépend de son humeur</li> <li>• Autres :<br/>.....<br/>.....</li> </ul>            |       | <p><b>Autres remarques sur sa relation avec l'école ? :</b></p> |        |          |
| <b>A-t-il(elle) changer d'école souvent ?</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oui</li> <li>• Non</li> </ul> <p><b>Si oui combien de fois :</b><br/>.....<br/>.....</p>                                       |       | <p><b>Pour quelle raison ?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Déménagement</li> <li>• Exclusion</li> <li>• Autre :<br/>.....<br/>.....</li> </ul> |       |   |        |          |
| <b>A partir de quel moment, l'école est devenue problématique ?</b>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Primaire</li> <li>• Collège</li> <li>• Lycée</li> <li>• Autre :<br/>.....<br/>.....</li> </ul>                                 |       |   |       |   |        |          |
| <b>Pensez-vous qu'il(elle) s'est senti encouragé pour son travail fourni à l'école ?</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oui</li> <li>• Non</li> </ul> <p><b>Si oui, par qui ? :</b><br/>.....</p>  |       |   |       |   |        |          |
| <b>Pour lui(elle), qu'est-ce qui est le plus difficile ?</b>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les profs</li> <li>• Les élèves</li> <li>• Le lieu</li> <li>• Tout à la fois</li> <li>• Autre :<br/>.....<br/>.....</li> </ul> |       |   |       |   |        |          |
| <b>Pensez-vous qu'il(elle) ait de bons souvenirs de l'école ?</b>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oui</li> <li>• Non</li> <li>• Je ne sais pas</li> <li>• Autres :<br/>.....<br/>.....</li> </ul>                                |       |   |       |   |        |          |

# Introduction sur le sommeil chez les adolescents :



Le sommeil joue un rôle crucial dans le développement physique, cognitif et émotionnel des adolescents. Pourtant, l'adolescence est souvent marquée par des changements du rythme de sommeil, en raison des changements biologiques liés à la puberté, des exigences scolaires, et des distractions numériques (portable, écrans, ect).

Chez les adolescents en difficulté le sommeil est souvent particulièrement perturbé : stress, troubles émotionnels, environnement instable ou comportement à risque peuvent gravement altérer leur rythme de sommeil, aggravant ainsi leur vulnérabilité.

Ces perturbations peuvent entraîner une dette de sommeil significative avec des répercussions sur la concentration, l'humeur et la santé globale et ainsi intensifier les problématiques existantes.

Comprendre l'importance du sommeil chez les ados et leur fournir des outils pour adopter de bonnes habitudes est essentiel pour soutenir leur bien-être et leur réinsertion.



# QUESTIONNAIRE SOMMEIL (à remplir avec le/la jeune)



**Nom**.....

**Prénom**.....

**Date de naissance**.....

**Structure**.....

**Scolarité/Formation (entoure)**

**Collège / Lycée / Formation professionnelle / Décrochage scolaire**

**Sommeil :**

**Heure du coucher habituelle :** .....

**Heure d'endormissement habituelle :** .....

**Heure de lever habituelle :** .....

Tu estimes dormir combien d'heures par nuit ?.....

A ton avis, tu as besoin de combien d'heures de sommeil par nuit ?.....

6 h au moins  7h à 8h au moins

As-tu des difficultés à t'endormir ? OUI  NON

Te réveilles tu souvent pendant la nuit ? OUI  NON

Es-tu en forme le matin au lever ? OUI  NON

Te plains tu d'insomnie (tu ne dors pas) OUI  NON  Ou de mauvais sommeil

Fais-tu une sieste régulièrement ? OUI  NON

Te sens-tu somnolant la journée ? OUI  NON

Ton sommeil est-il agité ? OUI  NON

Cris tu la nuit ? OUI  NON

Fais-tu des cauchemars ? OUI  NON

Sors-tu de ton lit pendant ton sommeil ? OUI  NON

**Questions sur les écrans :**



**TELEVISION :**

As-tu une télévision dans ton lieu d'habitation ? OUI NON

Regardes-tu la télévision ? SEUL AVEC QUELQU'UN ?

.....  
Quand regardes-tu la télévision ?

QUAND JE VEUX TOUS LES JOURS LE WEEK-END JAMAIS

La télévision est-elle allumée en permanence ? OUI NON

**TABLETTE :**

Possèdes-tu une tablette ? OUI NON

Est-elle à toi ? OUI NON

Quand utilises-tu la tablette ? TOUS LES JOURS PARFOIS JAMAIS

Peux-tu l'utiliser quand tu le souhaites ? OUI NON

Que fais-tu avec la tablette ? \_\_\_\_\_ (Jouer, regarder un film, photographier, écouter de la musique, autre...)

Utilises-tu les réseaux sociaux ? oui  non  si oui lesquels ?.....

Si tu joues à des jeux peux-tu donner le nom de ce(s) jeu(x) ?.....

**ORDINATEUR :**

Y a-t-il un ordinateur à la maison ? OUI NON

L'utilises-tu ? OUI NON

Pour faire quoi ? Regarder un film jeu(x) Autre

Utilises-tu les réseaux sociaux ? oui  non  si oui lesquels ?.....

Si tu joues à des jeux peux tu donner le nom de ce(s) jeu(x) ?.....

**TELEPHONE PORTABLE :**

Utilises-tu un téléphone portable? OUI NON

Peux-tu l'utiliser quand tu le souhaites ? OUI NON

Dors-tu avec ?  OUI  NON

Mets tu ton téléphone sur silencieux pendant la nuit ?  OUI  NON

Réponds-tu à ton téléphone pendant la nuit ?  OUI  NON

Combien d'heures par jour passe tu sur ton téléphone ?.....

As-tu accès à internet ?  OUI  NON

Utilises-tu les réseaux sociaux ? oui  non  si oui lesquels ?.....



Si tu joues à des jeux peux-tu donner le nom de ce(s) jeu(x) ?.....

Pratiques tu une (des) activité(s) sportive(s) ? OUI  NON

Si oui laquelle et quelles sont les horaires ?.....

Prends-tu un stimulant ? (Entoures) :

**Café / thé / chocolat / Alcool / Tabac / Cannabis / Autres**

Prends-tu des médicaments ?

Si oui, connais-tu leurs noms ?.....

**Remarques éventuelles :**

.....  
.....  
.....  
.....



## Le coin des infos

### Quelques infos sur l'introduction "Prendre soin de soi" :

#### Références internet :

YouTube : « Prendre soin de soi améliore l'estime de soi ».

« J'ai tendance à m'oublier ».

« Pourquoi le sport est bon pour la santé ? ».

#### Sur Internet :

Plateforme pour travailleurs sociaux : « **intervenant social bienveillant** ».

Site : « **dubasque.org** ».

7 moyens d'inspirer la créativité sur le lieu de travail et pourquoi c'est important :

**www.memoiretraumatique.org / cairn.info**

#### Rencontres :

Les formidables ressources des travailleurs sociaux guide social

**CRIPS île de France** (animations et actions de préventions, accompagnement des professionnels, 16 rue de l'évangile 75018 Paris) **01 84 03 96 96**.

**IREPS sur rendez-vous**, venez découvrir des jeux de sociétés comme support éducatif auprès des adolescents.

#### Pour sourire :

« Le travail social est l'art de l'écoute et la science de l'espoir » Inconnue

« Un travailleur social inquiet fait de meilleure recherche que le FBI » Inconnue

« Être travailleur social, c'est facile. C'est comme faire du vélo sauf que le vélo est en feu. Vous êtes en feu. Tout est en feu. » -Inconnue

« Si vous voulez savoir à quoi ressemble l'esprit d'un travailleur social, imaginez un navigateur avec 2587 onglets ouverts tout le temps »  
Inconnue



#### En cas de besoin

SOS suicide 3114

Suicide écoute : **01 45 39 40 00**

N°d'urgence : **112**

Enfance en danger **119, 116, 111**.

Planning Familial : n° vert **0 800 115 115**

Phare enfants parents (pour les parents confrontés au mal être et au suicide des jeunes) :

**01 42 66 55 55**

#### Livre :

**ASH** « parier sur la créativité pour renouveler le travail social ».

