

# L'approche sensible aux traumatismes en milieu scolaire

## Pourquoi est-ce important pour le personnel enseignant d'adopter une approche sensible aux traumatismes dans l'exercice de leur fonction ?

La prévalence de trouble de stress post-traumatique est beaucoup plus élevée chez les enfants réfugiés que chez les enfants de la population générale (Sirin et Rogers-Sirin, 2015). La présence de symptômes de stress post-traumatique peut avoir des effets néfastes importants sur leur bien-être, leur rendement scolaire et leur comportement en classe (Papazian-Zohrabian et al., 2018). Les enseignants peuvent jouer un rôle déterminant dans l'adaptation des enfants réfugiés à leur nouvel environnement (Tumen et al., 2022). Afin de les accompagner dans ce processus et leur offrir un climat scolaire sécurisant, une approche sensible aux traumatismes est à préconiser chez les enseignants.



## Fondements théoriques

### Trauma et traumatisme : une distinction fondamentale

Pour bien comprendre le vécu des enfants réfugiés, il est nécessaire de distinguer le concept de trauma et celui de traumatisme. Le trauma est un événement vécu circonscrit dans le temps et déclenchant une perception de menace à l'intégrité physique et psychique (ex : être témoin d'un meurtre). Le traumatisme découle d'une évaluation subjective du trauma par l'individu qui affecte son fonctionnement psychologique et physiologique. Ainsi, tous les traumas ne mènent pas nécessairement à la formation d'un traumatisme.

### Qu'est-ce que l'approche sensible aux traumatismes ?

L'approche sensible aux traumatismes (*Trauma-informed approach*) se définit comme un ensemble de pratiques de soin et de soutien prenant en compte le vécu traumatique d'un individu et ses impacts subséquents sur son développement, ses apprentissages, et son bien-être (Morgan et al., 2015). L'objectif de cette approche est de créer un environnement

sécurisant et contrôlé pour les individus ayant vécu un ou des événements traumatiques et ainsi leur permettre une reprise de pouvoir et d'autonomie dans leur quotidien (Poole & Greaves, 2012). Cette approche inclut à la fois des attitudes favorisant le sentiment d'acceptation chez la personne ayant un vécu traumatique, comme le soutien et l'écoute, et des mesures ciblées

à un niveau institutionnel, comme des évaluations psychologiques ou des programmes d'intervention (Kimberg & Wheeler, 2019; Perry & Daniels, 2016). Plusieurs études montrent les effets bénéfiques d'une approche sensible aux traumatismes sur le bien-être des élèves et sur leur rendement scolaire (Record-Lemon & Buchanan, 2017).

## Les quatre principes de l'approche sensible aux traumatismes

L'approche sensible aux traumatismes s'organise et se déploie autour de quatre principes (Arthur et al., 2013). Le tableau suivant les décrit brièvement et fournit quelques exemples pour aider les enseignants à les appliquer dans un contexte scolaire (Blaustein & Kinniburgh, 2018; Tweedie et al., 2017).

### Les quatre principes de l'approche sensible aux traumatismes

### Initiatives pour mettre en pratique ces principes

Reconnaissance du traumatisme, de ses impacts et des réactions possibles

Considérer le contexte et les potentiels événements traumatiques vécus par l'enfant.

Se familiariser et reconnaître les réactions émotionnelles et comportementales associées au traumatisme (voir fiches précédentes).

Établissement d'un sentiment de sécurité et de confiance

Offrir un environnement accueillant et confortable à l'élève en instaurant par exemple une routine structurée et prévisible.

Importance d'une relation égalitaire et de collaboration

Interroger l'enfant sur les bienfaits perçus des interventions faites à son endroit.

Respecter le rythme d'apprentissage, d'intégration et de dévoilement de l'enfant.

Développement des forces et valorisation des habiletés d'adaptation et de résilience

Miser sur les forces scolaires et personnelles de l'élève.

Déployer des activités qui mettent en valeur les forces de l'élève tout en favorisant le développement de compétences possiblement négligées en raison du contexte de migration.

# L'approche sensible aux traumatismes en milieu scolaire

## Un exemple d'initiative s'appuyant sur l'approche sensible aux traumatismes : les ateliers d'expression créatrice par les arts

À plus grande échelle, l'approche sensible aux traumatismes peut également être appliquée à différents services. C'est le cas notamment des ateliers d'expression créatrice par les arts, une forme d'intervention de plus en plus utilisée auprès des enfants réfugiés (Annous et al., 2022). Des études récentes évaluant les bienfaits de la pratique de diverses formes d'art auprès d'enfants réfugiés ont rapporté une diminution de symptômes de trauma, de dépression et d'autres difficultés comme les conflits avec les pairs (Quinlan et al., 2016;

Ugurlu et al., 2016). Employé dans le but d'offrir aux enfants réfugiés un mode de communication transcendant les barrières linguistiques et culturelles, et leur permettant de prendre confiance en leurs forces et moyens en se réappropriant leur vécu dans un environnement sécuritaire, les ateliers d'expression créatrice peuvent aisément s'inscrire dans une approche sensible aux traumatismes (Akthar & Lovell, 2019).

Au Québec, c'est également dans cette perspective que se

déploie Re-Création. Ce projet consiste notamment en des ateliers d'expression libre et créatrice visant à soutenir les enfants réfugiés et favoriser leur bien-être et leur résilience. Par le biais d'activités structurées et destinées à des groupes d'âges précis (*Jeu dans le sable* : 3-18 ans; Art et contes : 8-12 ans; Théâtre pluralité : 12-18 ans) et de groupes de parole, les enfants réfugiés ont l'occasion de communiquer et d'échanger au sujet de leur vécu dans un espace sécuritaire et valorisant la diversité.

### Bienfaits pour les enfants

Se sentir considérés par leur milieu scolaire et développer des relations sécurisantes et compréhensives (*supportive*) avec leur enseignant est associé pour les élèves à plus d'engagement de leur part et moins de détresse psychologique (Dods, 2015).

### Bienfaits pour les enseignants

Être plus expérimentés avec cette population et avoir plus de connaissances relatives aux traumatismes peut diminuer leur difficulté à accompagner les enfants réfugiés (Alisic et al., 2012).

## Le cas de Josué

En temps normal, l'enseignante de Josué ferait appel aux ressources psychosociales de l'école afin qu'un diagnostic soit posé sur l'enfant. Cette fois, l'enseignante décide d'abord de porter un regard différent sur la situation en se basant sur les quatre principes de l'approche sensible aux traumatismes.

## Le cas de Khadija

Plutôt que de tirer des conclusions hâtives au sujet des difficultés de Khadija, comme un manque de motivation ou un problème de comportement, l'enseignante décide d'aborder la situation autrement en se basant sur les quatre principes de l'approche sensible aux traumatismes.

**1** Sans le questionner sur sa situation ou son état, l'enseignante de Josué lui explique qu'il est normal que certaines notions puissent prendre plus de temps à être maîtrisées à nouveau et qu'elle respecte son rythme.

**Reconnaissance du traumatisme, de ses impacts et des réactions possibles**

L'enseignante de Khadija constate qu'elle a vécu beaucoup d'instabilité et de la déscolarisation avant son arrivée. En consultant de la documentation sur le sujet, elle comprend que les comportements de Khadija font partie des réactions possibles aux traumatismes vécus.

**2** L'enseignante l'informe qu'il a sa place au sein de la classe, peu importe ses performances scolaires, que les dictées et les exercices de lecture visent à entraîner les élèves.

**Établissement d'un sentiment de sécurité et de confiance**

L'enseignante prend un temps avec Khadija pour lui expliquer que son nouvel environnement est sécuritaire. Elle prend l'habitude d'informer Khadija à l'avance de l'horaire de la journée afin de minimiser les imprévus.

**3** L'enseignante propose à Josué de ne pas l'interpeller pour lire devant le reste de la classe lors des premières semaines afin de lui donner l'occasion de s'acclimater à son nouvel environnement.

**Importance d'une relation égalitaire et de collaboration**

L'enseignante comprend que Khadija aura besoin de temps pour s'adapter à sa nouvelle réalité et ajuste ses attentes à son endroit.

**4** L'enseignante constate que Josué est un garçon curieux et motivé. Afin de renouer avec cette curiosité, il a été convenu que Josué allait participer à un atelier d'expression créatrice impliquant la lecture d'un conte.

**Développement des forces et valorisation des habiletés d'adaptation et de résilience**

L'enseignante a remarqué qu'il arrive à Khadija de dessiner dans ses cahiers d'école lorsqu'elle éprouve des difficultés. L'enseignante s'entend avec Khadija pour que celle-ci puisse partager avec elle ses difficultés sous forme de dessins lorsque nécessaire.