

ACCOMPAGNER L'ADOLESCENT VERS LE PASSAGE À LA VIE ADULTE

Mélanie Couture erg. Ph.D.

École de réadaptation, Université de Sherbrooke

Certains contenus provenant de la présentation que nous devons faire conjointement en 2020 avec Sophie Asselin erg. et Sonia Laverdière éduc spéc. et d'une formation de Martin Caouette sur l'auto-détermination

CENTRE DE
RECHERCHE



INSTITUT
UNIVERSITAIRE
EN DÉFICIENCE
INTELLECTUELLE
ET EN TROUBLE
DU SPECTRE
DE L'AUTISME



UNIVERSITÉ DE
SHERBROOKE



Objectifs de la présentation

1. Offrir des pistes de réflexion pour mieux guider son adolescent dans sa transition à la vie adulte
2. Aborder les attitudes gagnantes pour soutenir son adolescent afin qu'il maximise son potentiel
3. Expliquer ce qu'est la TEVA et comment tirer profit de cette ressource

Questionnement des adolescents et des parents

Autonomie et indépendance:

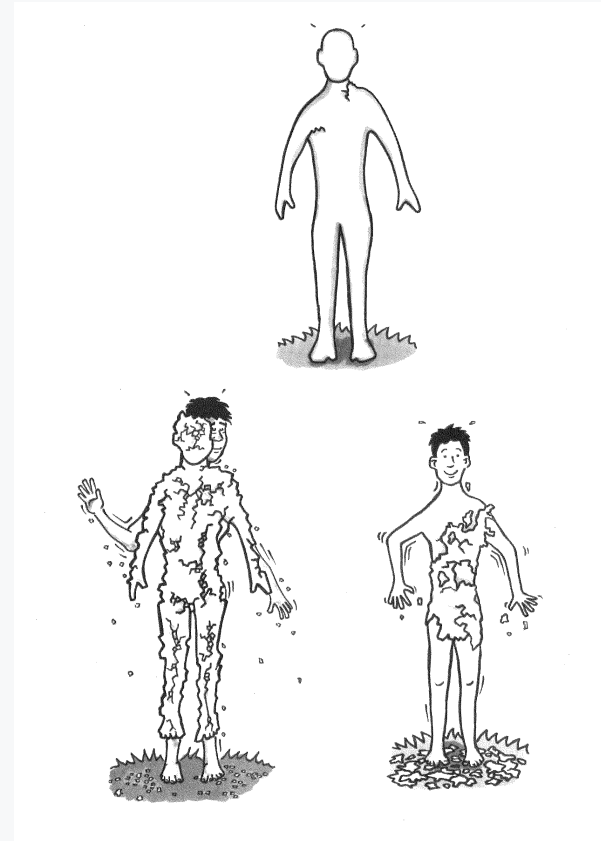
- études
- permis de conduire
- emploi
- \$\$\$
- logement
- soutien

Transition et passage à l'âge adulte

Processus prolongé pour les jeunes ayant un développement neurologique atypique, (DI, TSA, TDC etc.)



TRANSITION
= SORTIR DE
SA COQUILLE



Attitudes favorables

(Développé par l'OMS)

Être présent de façon chaleureuse, être à l'écoute.

Utiliser un langage positif et valorisant.

Souligner les succès, forces, compétences, talents.

Favoriser l'expression des sentiments et des émotions.

Donner des responsabilités adaptées.

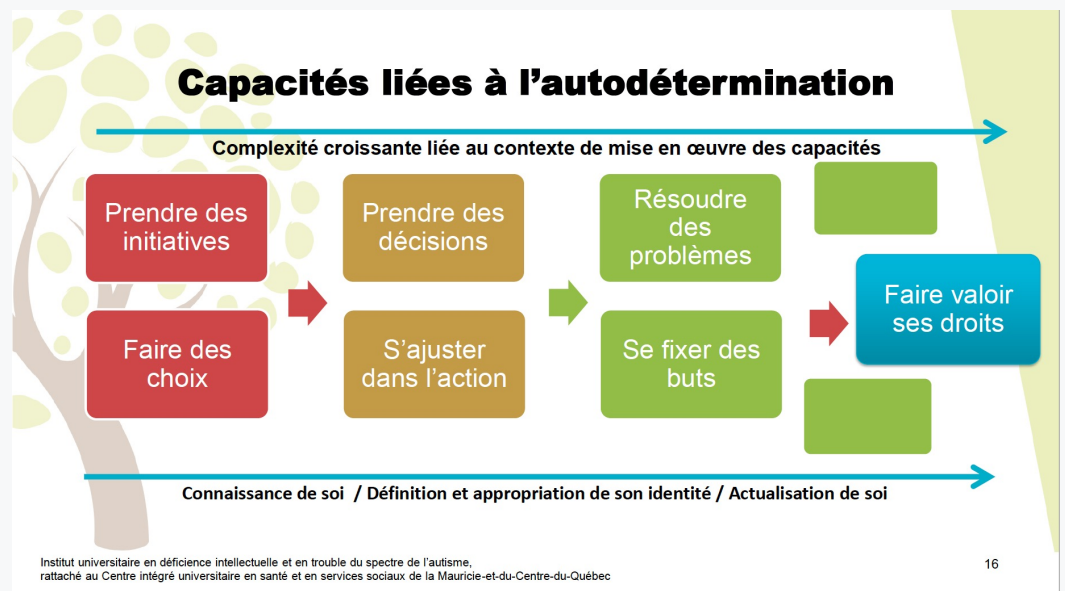
Faire participer, encourager les initiatives.

Encourager à faire des choix, à développer son autonomie.

Donner droit à l'erreur.

L'AUTO-DÉTERMINATION : UNE COMPÉTENCE FONDAMENTALE POUR LES PARENTS ET SON ADOLESCENT

SCHÉMA TIRÉ D'UNE FORMATION DE
MARTIN CAOUPETTE (UQTR-IUDITSA)



Marche à suivre pour soutenir la résolution de problèmes :

- 1- J'ai un problème.
- 2- Je m'arrête et je réfléchis.
- 3- Je fais la liste/j'explore les solutions possibles.
- 4- Je choisis la solution qui me convient le mieux.
- 5- Je me mets en action.

Un exemple

1. **Problème :** Le jeune est souvent dernière minute ou en retard pour prendre le transport en commun.
2. **C'est le temps d'agir en temps que « coach »** pour rappeler à votre jeune de prendre un temps d'arrêt pour penser à une solution.
3. **A-t-il un plan de match?** Au besoin s'asseoir avec lui afin d'élaborer un plan d'action pour trouver une solution: Exemple:
 - Je me lève 15 minutes plus tôt.
 - Je prépare mon sac à lunch le soir, ce qui me donne plus de temps le matin.
 - J'ai une montre qui sonne 10 minutes avant l'heure du départ.
4. **Le jeune choisi la solution qui lui convient le mieux, se met en action et l'applique.**

Impacts positifs de la démarche de résolution de problèmes

Le jeune a un sentiment de compétence puisqu'il a trouvé sa solution.

Le jeune sent qu'il a du pouvoir sur sa vie.

Après une expérience positive, le jeune aura tendance à se chercher des solutions la prochaine fois.

Il apprend à faire face à ses problèmes et gagne confiance en lui.

Cela lui permet d'avoir un meilleur contrôle sur ses émotions (diminution de l'anxiété).

Les parents deviennent alors des alliés dans la solution plutôt que de faire partie du problème.

À long terme, cela favorise la communication, la confiance en son parent et la complicité.

C'est un bon moment pour souligner les compétences de votre jeune.

Le soutien à l'autodétermination

Pour soutenir le besoin d'autonomie d'autrui, l'intervenant en soutien à la personne :

reconnait et tient compte de la perspective de l'autre (même si elle est différente de la sienne)

soutient ses initiatives

fournit des défis optimaux en fonction du niveau de développement de la personne

minimise l'utilisation de stratégies de contrôle psychologique

(Ryar

L'AUTO-DÉTERMINATION : UNE
COMPÉTENCE FONDAMENTALE
POUR LES PARENTS ET SON
ADOLESCENT

SCHÉMA TIRÉ D'UNE FORMATION
DE MARTIN CAOQUETTE (UQTR-
IUDITSA)

L'auto-détermination : une compétence fondamentale pour les parents et son adolescent

Schéma tiré d'une formation de Martin Caouette (UQTR-IUDITSA)

Le soutien à l'autodétermination : 4 éléments à inclure dans les interactions



Offrir un rationnel aux demandes (expliquer la raison ou la valeur de la tâche à accomplir)

Offrir des choix dans la manière d'accomplir la tâche

Se montrer empathique envers la perspective de l'autre (reconnaître et accepter les pensées et les sentiments de l'autre, quels qu'ils soient)

Éviter les expressions et les stratégies de contrôle psychologique (ex. : langage contrôlant tel que « tu dois », menacer, récompenser, culpabiliser)

(Ryan et collab, 2006)

Agir pour favoriser son développement

Donnez-lui des opportunités pour expérimenter selon ses goûts et ses intérêts.

Proposer des expériences en fonction de la connaissance que vous avez de votre jeune.

Juger des facteurs de risque liés à cette nouvelle expérience.

Ajuster les attentes en fonction de l'expérience et des capacités du jeune, pour faire ressortir les points positifs.

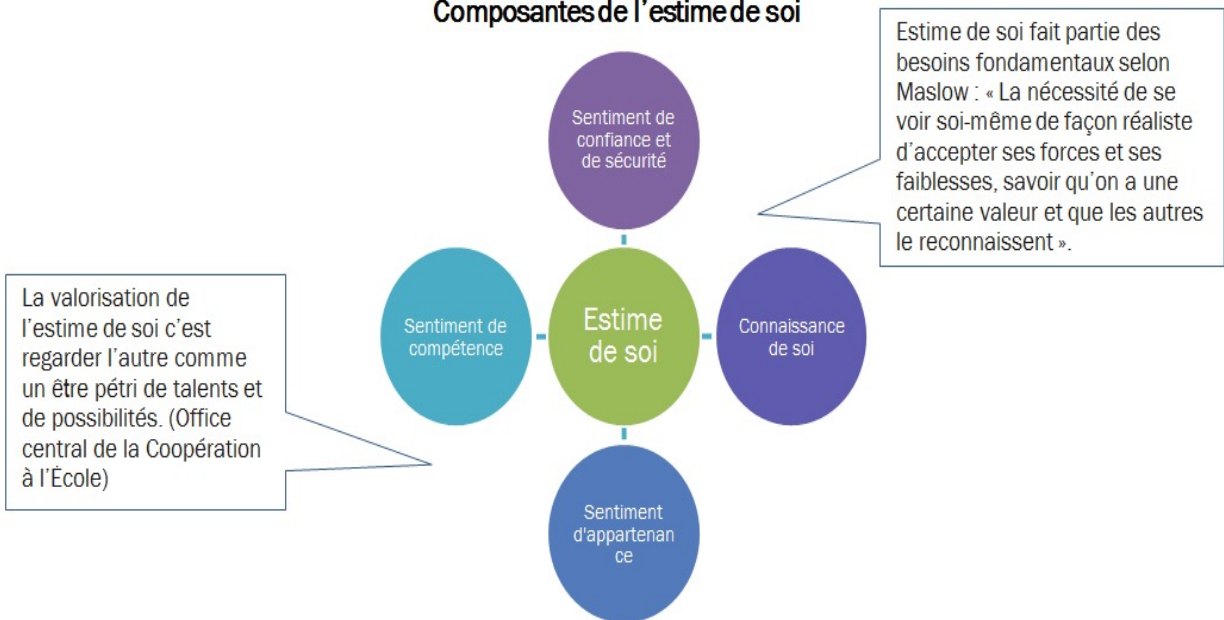
Toute nouvelle expérience ajoutera des outils à son coffre.

Bien doser - ne pas surprotéger

- *Afin d'établir une bonne relation à long terme, il sera important d'être à son écoute, faire place à la communication, tenir compte de sa personne, motivations, intérêts et passions.*
- Votre jeune peut ressentir de la peur ou de l'inquiétude face à son avenir. Verbaliser ses inquiétudes et ses questionnements à un adulte qui est à l'écoute, peut être très aidant.
- La surprotection peut avoir un impact négatif sur :
 - l'estime de soi, la gestion du stress;
 - l'initiative et la mise en action;
 - sur la relation du jeune avec son parent;

DÉVELOPPER L'ESTIME DE SOI

Composantes de l'estime de soi





La clé du succès

Offrir à votre adolescent des opportunités d'expérimenter au quotidien l'ensemble des tâches des adultes:

- Prendre un rendez-vous chez la coiffeuse, son médecin, son dentiste.
- Utiliser le transport en commun.
- Faire des achats de vêtements, de produits d'hygiène.
- Se cuisiner un repas, commander au restaurant, connaître les services en lien avec l'alimentation.
- Être au fait de sa documentation personnelle (carte d'assurance maladie, carte bancaire, impôts, lettres à la poste).

Un jeune doit se sentir concerné par ces sujets pour avoir un sentiment de responsabilité à cet égard et développer tranquillement ses compétences.

LA DÉMARCHE TEVA (TRANSITION DE L'ÉCOLE VERS LA VIE ACTIVE)

un outil à votre disposition

http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/education/adaptation-scolaire-services-comp/TEVA-guide-2018.pdf

Qu'est-ce que la démarche TÉVA?

- Planification à long terme
- Coordonnée (cheminement du jeune) et collaborative (différents partenaires)
- Tient compte des besoins, des capacités et des champs d'intérêt du jeune
- Définit des actions à entreprendre par les partenaires favorables à la réalisation du projet de vie du jeune



Des bancs de l'école



vers les responsabilités de la vie adulte

À qui s'adresse la TEVA

Aux jeunes qui fréquentent une école secondaire et qui ont une déficience entraînant une incapacité significative et persistante ou qui ont d'importantes difficultés d'adaptation ou d'apprentissage.

http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/education/adaptation-scolaire-services-comp/TEVA-guide-2018.pdf

Qui est responsable d'amorcer la TEVA

Les gestionnaires du réseau scolaire et les membres de l'équipe-école (enseignants et professionnels) sont responsables d'amorcer la démarche TEVA.

Objectif général de la TEVA : Améliorer la préparation du jeune pour son passage à la vie adulte



1- Tenir compte des **différentes sphères de vie** en ayant une **approche personnalisée** pour définir le **projet de vie** du jeune

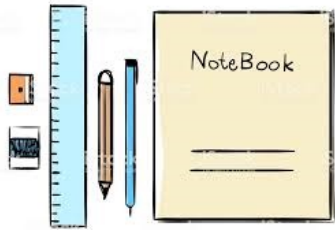


3- **Rassurer le jeune et la famille** face à l'avenir
(limiter anxiété, inactivité et isolement)



4- **Assurer un continuum de services** grâce à la collaboration des différents partenaires

Qui sont les partenaires de la démarche TÉVA ?



L'école secondaire

La direction de l'école secondaire en collaboration avec les membres de son équipe (enseignants, éducateurs, etc.)



Les études post-secondaires

Intervenants des services d'aide à l'intégration au CEGEP, à l'université, ou dans les centres d'éducation aux adultes, conseillers en orientation



Ses proches

Le(s) parent(s) ou un proche significatif



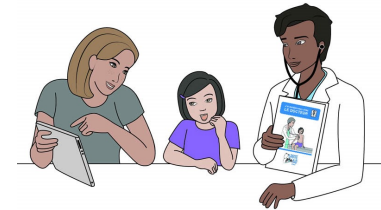
Le jeune

Réalise une démarche TÉVA à l'école



Les organismes communautaires

Intervenants des organismes communautaires, autres professionnels



Le réseau de la santé

Intervenants issus de centres de réadaptation, de centres locaux de santé et de services sociaux et d'organismes communautaires



Le réseau de l'emploi

Conseillers des services spécialisés de main-d'œuvre, conseillers des carrefours jeunesse emploi, directeurs d'entreprise

Quel est mon rôle en tant que parent dans la TÉVA ?

Les parents ont un rôle essentiel de soutien de leur jeune lors de la définition et l'identification de son projet de vie avec les partenaires.



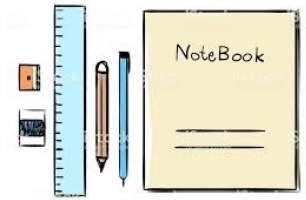
Rôles des parents et du jeune :

- **Réfléchir avec le jeune** à ses possibilités d'avenir, **discuter ensemble** de ses **intérêts, capacités et besoins**
- **Accompagner le jeune dans son exploration** : ex. assigner des tâches à la maison afin de le responsabiliser, visiter des lieux publics, proposer des activités sociales qui lui permettront de rencontrer d'autres jeunes
- **Analyser avec le jeune les expériences vécues** afin de pouvoir l'aider à **s'affirmer** dans ses choix, à résoudre des problèmes (auto-détermination)
- **Participer à la planification** de la transition avec les partenaires
- **S'impliquer en nourrissant les partenaires** avec les expériences vécues par le jeune
- Veiller à **proposer régulièrement des activités** permettant au jeune d'**être actif**

Quels sont les rôles des autres partenaires de la TÉVA ? Comment collaborer avec eux dans mon rôle de parent ?

Rôles du milieu scolaire :

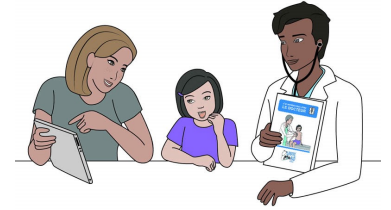
- Initier la démarche pour identifier un projet de vie correspondant aux intérêts et capacités du jeune
 - Désigner un responsable présent à l'école qui collaborera avec les autres acteurs (incluant les parents ainsi que leur jeune)
 - Donner l'opportunité au jeune de choisir et d'explorer leur choix
 - Analyser avec le jeune les conditions gagnantes de leurs expériences vécues
 - Faire un suivi auprès des familles et des autres partenaires
 - Sensibiliser les personnes aux défis d'intégration que rencontrent les jeunes
 - Informer les familles sur les ressources disponibles pour le jeune : ex. du site internet initié par les conseillers/ères en orientation du Québec visant à aider les parents afin de mieux accompagner le jeune dans leur cheminement scolaire
-
- www.orientation.qc.ca/espaceparents/besoins-particuliers/



Quels sont les rôles des autres partenaires de la TÉVA ? Comment collaborer avec eux dans mon rôle de parent ?

Rôles du réseau de la santé :

responsabilités similaires à celles du milieu scolaire



- Collaborer avec l'école, l'élève, les parents et les autres partenaires impliqués
- Participer à la démarche de planification de la transition démarrée par l'école
- Désigner un responsable dans le réseau de la santé qui coordonnera la transition et **qui communiquera avec le jeune, les parents** et les autres partenaires
- Définir les rôles et les responsabilités de chacun dans la transition en concertation avec les autres acteurs

Quels sont les rôles des autres partenaires de la TÉVA ? Comment collaborer avec eux dans mon rôle de parent ?

Rôles des autres partenaires (communautaire, études supérieures, emploi) :

responsabilités similaires ou complémentaires

- Compléter le soutien offert par l'école, le réseau de la santé et la famille = Participer à l'amélioration du continuum de services (ex. offrir des activités dans la communauté)
- Participer à la démarche de transition si un soutien est jugé nécessaire
- Collaborer avec les responsables désignés (par l'école ou par le réseau de la santé)



À quel moment faut-il planifier la démarche avec les partenaires ?

Première année de la
TÉVA

Phase d'exploration



École
Jeune
Parents

Années
intermédiaires

*Phase de
personnalisation*



École
Santé
Jeune
Parents

Dernière année de la
TÉVA

Phase de concrétisation



École
Santé
Communautaire
Emploi
Jeune
Parents

Quelles sont les options potentielles pour mon jeune ?

Première année de la
TÉVA

Phase d'exploration



École
Jeune
Parents

Années
intermédiaires

*Phase de
personnalisation*



École
Santé
Jeune
Parents

Dernière année de la
TÉVA

Phase de concrétisation

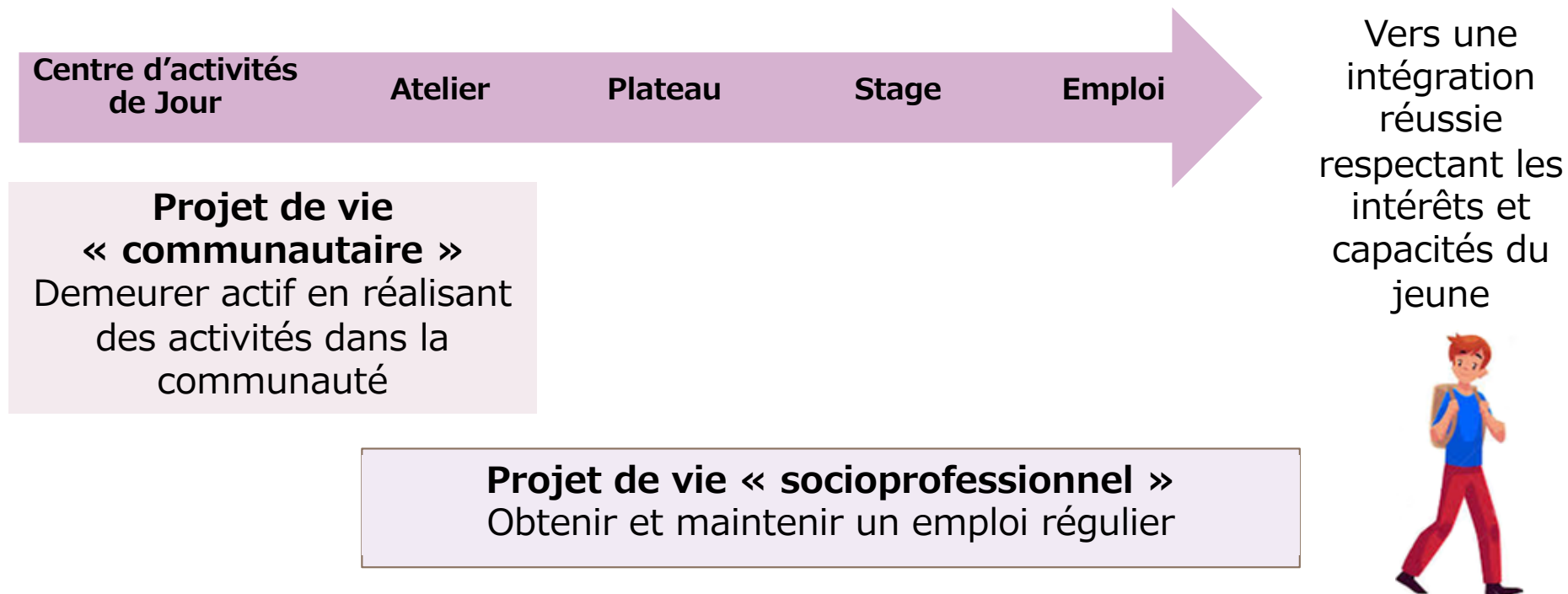


École
Santé
Communautaire
Emploi
Jeune
Parents



Quelles sont les options potentielles pour mon jeune ?

Après l'école secondaire : Un **continuum de services** est offert par les partenaires (réseau de la santé, organismes communautaires, organismes en employabilité)



Quelles sont les options potentielles pour mon jeune ?

Les partenaires importants du volet socioprofessionnel :



- **Orientation Travail** en Estrie pour les personnes présentant des incapacités (services spécialisés de main-d'œuvre) :
 - Soutien pour **rechercher un emploi** (réalisation de CV, d'entrevues, exploration de milieux)
 - Soutien pour **maintenir un emploi** (adaptation du milieu et des conditions de travail selon les besoins individuels du jeune)
 - Organisme qui entretient des **liens privilégiés avec les employeurs**



[819 822-3226](tel:819-822-3226)

info@orientationtravail.org



124, rue Wellington Nord, bureau 50
et bureau 200 (administration)

Sherbrooke (Québec) J1H 5X8

Quelles sont les options potentielles pour mon jeune ?

Les partenaires importants du volet socioprofessionnel :



- **Carrefour Jeunesse-Emploi :**

- **Aide à la recherche d'emploi** (évaluation des besoins et du profil, rédaction d'un CV, préparation à l'entrevue, information sur le marché du travail, stages d'observation, etc.)
- **Départ@9** : destiné aux **jeunes de 18 à 29 ans** qui sont confrontés à des **obstacles importants** et qui ont besoin de **créer leur propre parcours selon leur objectif** (connaissance de soi, activités individuelles et de groupe permettant l'exploration de soi, stages, conseil en employabilité, soutien psychosocial, etc.)



Tél : 819 565-2722
Télec. : 819 565-3739



20, rue Wellington Nord
Sherbrooke
(Québec) J1H 5B7

Quelles sont les options potentielles pour mon jeune ?

Les partenaires importants du volet communautaire :



- **Les organismes communautaires :**
 - **Défendre, promouvoir et surveiller** les droits et les intérêts des familles
 - Mettre en place des moyens offrant du **répit aux familles**
 - Soutenir le développement d'**activités significantes**
 - **Sensibiliser la population** aux conditions de vie et aux besoins des personnes présentant des incapacités
- **Autisme Estrie :**
 - Contribuer au **mieux-être des estriens présentant un TSA**, de leur **famille** et de leurs **proches**
 - **Répit, soutien** aux familles, **sensibilisation**



2350, rue de Rouville

Sherbrooke QC

J1J 1X8

 [Facebook.com/AutismeEstrie](https://www.facebook.com/AutismeEstrie)

 819 822-3918

 [819 822-3127](tel:8198223127)

Quelles sont les options potentielles pour mon jeune ?

Les partenaires importants du volet communautaire :



- **La Maison Caméléon :**

- Offrir un **service de répit** stimulant, sécurisant et adapté aux familles vivant avec une personne ayant une déficience physique, intellectuelle ou multiple
- Assurer le **bien-être** physique et psychologique et veiller au **plein épanouissement** de ses participants



📞 Call us : [\(819\) 562-6881](tel:(819)562-6881)

✉ Mail us : maisoncameleon@videotron.ca

Pour conclure : les vrais / faux sur l'avenir des jeunes

- Je dois **décider moi-même** comment planifier l'avenir de mon jeune car il ne sera pas capable de le faire lui-même.
- Je dois **inciter mon jeune à explorer son environnement et parler** de ce qu'il aime ou n'aime pas afin qu'il puisse lui-même reconnaître quels sont ses intérêts.
- Je dois **laisser travailler** les professeurs, les éducateurs, et les autres intervenants car **ils savent** ce qui est le mieux pour mon jeune.
- Je dois **m'impliquer dans la démarche d'orientation** de mon jeune car je suis la personne qui le connaît le mieux et qui sera le plus présente auprès de lui pour le soutenir régulièrement.
- Une fois que mon jeune aura identifié ce qu'il veut faire plus tard, **je n'aurai plus à me préoccuper de son avenir.**
- Je dois soutenir mon jeune, s'il le souhaite, à **maintenir et développer ses capacités** (avec l'aide des intervenants) afin qu'il puisse se rapprocher de son projet de vie **pas à pas.**
- Lorsque mon jeune aura atteint son objectif de vie, il **n'aura plus besoin** d'aide.
- Je devrai **continuer à le soutenir après son intégration**, s'il le souhaite, afin qu'il bénéficie d'un encadrement rassurant et qu'il puisse continuer à évoluer dans son milieu d'accueil.
- Mon jeune restera dans le milieu qu'il aura intégré **toute sa vie.**



Pour conclure : les vrais / faux sur l'avenir des jeunes

- Je dois **décider moi-même** comment planifier l'avenir de mon jeune car il ne sera pas capable de le faire lui-même.
- Je dois **inciter mon jeune à explorer son environnement et parler** de ce qu'il aime ou n'aime pas afin qu'il puisse lui-même reconnaître quels sont ses intérêts.
- Je dois **laisser travailler** les professeurs, les éducateurs, et les autres intervenants car **ils savent** ce qui est le mieux pour mon jeune.
- Je dois **m'impliquer dans la démarche d'orientation** de mon jeune car je suis la personne qui le connaît le mieux et qui sera le plus présente auprès de lui pour le soutenir régulièrement.
- Une fois que mon jeune aura identifié ce qu'il veut faire plus tard, **je n'aurai plus à me préoccuper de son avenir.**
- Je dois soutenir mon jeune, s'il le souhaite, à **maintenir et développer ses capacités** (avec l'aide des intervenants) afin qu'il puisse se rapprocher de son projet de vie **pas à pas.**
- Lorsque mon jeune aura atteint son objectif de vie, il **n'aura plus besoin** d'aide.
- Je devrai **continuer à le soutenir après son intégration**, s'il le souhaite, afin qu'il bénéficie d'un encadrement rassurant et qu'il puisse continuer à évoluer dans son milieu d'accueil.
- Mon jeune restera dans le milieu qu'il aura intégré **toute sa vie.**

Merci beaucoup pour votre intérêt !

- Des questions ?

- Pour me contacter :

Mélanie Couture (erg., Ph.D.)

Professeure à l'École de Réadaptation de l'Université de Sherbrooke

Chercheure régulière au Centre de Recherche du CHUS (CRCHUS) et à l'Institut universitaire en Di-TSA

Courriel: melanie.m.couture@usherbrooke.ca

RÉFÉRENCES

Lectures suggérées

BEAULIEU, Danie, PH.D. *Ça roule! , Guide pratique pour que tout roule plus facilement à l'adolescence, (lecture pour les ados et les parents)*

BEAULIEU, Danie, PH.D, *100 trucs pour améliorer la relation avec les ados*, Éditions académie impact

DELAGRAVE, M. *Ados: mode d'emploi*, Éditions Hôpital Ste-Justine, Montréal, 2005.

FABER, Adele et Elaine MAZLISH. *Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent*, traduction en français par Roseline Roy

JULIEN, G. *Aide-moi à te parler. La communication parent-enfant*. Éditions Hôpital Ste- Justine, Montréal.

LÉGER, France. *Mon cerveau ne m'écoute pas. Comprendre et aider l'enfant dyspraxique*. Éditions du CHU Sainte-Justine, Montréal, 2007.

LÉGER, France et Pierre DALCOURT. *La dyspraxie de l'Enfant: vos Grandes Questions, nos Meilleures Réponses*. Sherbrooke, Février 2012.

NEUFELD, Gordon et Dr Gabor MATÉ. *Retrouver son rôle de parent*, Les éditions de l'homme.