

Notes de la rencontre du 22 août 2024 (COMPOS-TC)

Groupe A et B

Approche sensible au trauma en troubles concomitants

- Qu'est-ce que l'approche sensible au trauma.
 - Il s'agit de travailler selon le rythme de la personne, ne pas la brusquer.
 - C'est prendre les décisions en collaboration avec l'utilisateur sur ce qui sera fait et ne pas imposer des choses.
 - Il faut travailler dans le respect et développer la confiance de l'utilisateur envers l'équipe d'intervenants.
 - C'est avoir en tête qu'on ne sait pas ce que la personne a vécu, il faut donc l'écouter pour comprendre. Par la suite, on pourra trouver comment la personne peut avancer malgré ce qui a été vécu dans le passé.
 - Il faut faire attention aux déclencheurs (« trigger ») qui pourraient rappeler le trauma.
 - Cette approche peut aussi s'appliquer aux intervenants puisqu'on peut vivre des situations difficiles avec la clientèle troubles concomitants. De plus, tous les changements dans le réseau de la santé et des services sociaux dans le temps apportent de l'impuissance et peuvent créer des traumas chez certains travailleurs.
- Qu'est-ce qu'on peut faire pour appliquer l'approche sensible au trauma.
 - Certains intervenants peuvent avoir une crainte d'être délégués envers le trauma et/ou le diagnostic et ne pas se sentir habilités pour travailler avec l'utilisateur, mais on peut suivre l'approche sans devoir traiter le trauma de la personne.
 - La stigmatisation doit être évitée puisque cela représente une certaine retraumatisation.
 - Il faut travailler son savoir-être.
 - On peut se retrouver dans une situation où on ne sait pas comment réagir face à l'histoire d'un utilisateur et notre réaction peut rappeler un trauma chez l'utilisateur sans qu'on le veuille ou sans qu'on s'en rende compte. Il faut tendre vers agir et non réagir. Il faut aussi identifier comment nos propres traumas sont rappelés par ceux de l'utilisateur.
 - C'est une force de reconnaître nos propres traumas, nos vulnérabilités et nos faux pas faits dans le passé pour apprendre et ne pas les recréer dans le futur.
 - L'approche orientée vers les solutions peut être quelque chose à explorer dans le cadre des traumas.

Notes de la rencontre du 22 août 2024 (COMPOS-TC)

- Quelle est la base à réaliser pour suivre l'approche sensible au trauma.
 - Des actions de base qui peuvent être faites par tout le monde en tout temps sans devoir traiter le trauma sont : Écouter, Valider, Sécuriser, Aider à réguler et Donner de l'espoir. Il faut organiser sa façon d'accueillir les usagers et de faire les évaluations initiales sans les retraumatiser, sans les surprendre, en annonçant les conséquences et risques possibles de l'évaluation, et en leur expliquant comment on peut moduler l'évaluation selon leur situation pour les respecter.
 - Pour traiter un trouble de stress post-traumatique, cela nécessite un traitement par une personne avec certaines compétences, formations et expérience (la psychothérapie devrait être la 1^{re} instance), mais tout le monde peut réaliser la base. De plus, au-delà d'être sensible aux traumatismes et d'appliquer la base, lorsqu'on détecte la présence d'un trouble de stress post-traumatique (TSPT), on devrait accompagner ces personnes avec le module TSPT du PQPTM au sein même de nos directions santé mentale et dépendance (le déploiement du PQPTM implique le traitement du TSPT même s'il y a présence d'un TUS).
 - Il est bon de réaliser une évaluation intégrée santé mentale et dépendance avec tous les usagers pour apprendre à connaître la personne dans sa globalité. Cela envoie aussi un message qu'on accueille la personne dans son ensemble et qu'on la considère de manière complète, ce qui peut augmenter sa confiance et diminuer la stigmatisation.
 - Pour savoir jusqu'où aller comme intervenant, on peut voir le trauma comme un écrasement d'avion. On peut constater les dégâts, en discuter et voir comment cela va impacter la consommation par exemple, mais la boîte noire qui contient la cause de l'écrasement/trauma n'a pas à être abordée pour le moment dans ce contexte.
 - Il faut se demander si le moment et le contexte est le bon pour aborder le trauma, comment le faire, par qui et dans quel cadre. Si cela se déroule en groupe, les usagers devraient avoir donné leur consentement avant pour participer à une activité où ils partageront leurs traumatismes avec d'autres et entendront les traumatismes des autres.
 - Il faut savoir que les usagers doivent parfois moins bien aller avant d'aller mieux et il se peut qu'ils aient besoin de pleurer, crier, vivre de fortes émotions et de ventiler avant d'être prêts/disposés à travailler. Le rétablissement n'est pas quelque chose de linéaire, il faut donc respecter le rythme de la personne et attendre le bon timing avant d'aborder certains sujets.
- Comment aborder l'approche sensible au trauma dans les équipes.
 - Lorsqu'on aborde le sujet dans les équipes, on sait qu'il faut suivre l'approche, mais cela n'est pas toujours actualisé. De plus, il peut y avoir des collègues qui vont à l'encontre

Notes de la rencontre du 22 août 2024 (COMPOS-TC)

de l'approche consciemment ou non ; à ce moment, il est bon d'en discuter avec eux pour éviter des situations inconfortables.

- Il faut discuter en équipe de l'application de l'approche dans l'offre de service, se sensibiliser, faire preuve d'ouverture et développer un climat d'équipe propice. Il peut y avoir une période d'adaptation où on marche sur des œufs pendant un moment, il faut donc avoir une bonne communication et se donner du temps.
- Il peut être bon d'appliquer l'approche de manière plus structurée au début dans les équipes pour que cela devienne naturel par la suite. Cela permet de donner des repères de qu'est-ce qu'on peut/doit faire, comment et jusqu'où on peut aller.
- Parfois, le contexte de travail ne permet pas d'aborder les traumatismes de par sa mission ou la ligne de conduite à suivre. Cela peut faire en sorte de retarder l'aide reçue pour le trauma ou de complexifier ou empêcher d'améliorer une situation travaillée par l'intervenant. Ne pas parler/reconnaître un trauma peut contribuer à retraumatiser la personne en la laissant à elle-même.
- Au niveau macro, les demandes faites par le MSSS à travers les redditions de compte et les cadres imposés aux équipes ne sont pas toujours adaptées à l'approche sensible au trauma. Elles peuvent même faire en sorte de retraumatiser les usagers puisqu'elles empêchent de bien les soutenir et d'avoir une offre de services adaptée.
- Malgré le cadre et les demandes du MSSS, on peut réaliser des actions de notre côté dont créer des initiatives sur le terrain pour montrer leur efficacité, les multiplier et influencer le MSSS avec cela.
- Indication qu'un groupe de thérapie de neuro-régulation sensorielle avec des ergothérapeutes qui abordera les traumatismes au CISSS de l'Outaouais est en cours de réalisation. Des nouvelles pourraient être données dans le futur sur comment le groupe s'est déroulé.

Sujet de la prochaine rencontre :

- Comment éviter le stigma avec les personnes ayant des troubles concomitants