



Approche axée sur les traumatismes dans le contexte de la formation et de l'éducation

Page 1 de 3

Approches axées sur les traumatismes

Les approches axées sur les traumatismes reconnaissent et comprennent les répercussions physiques, sociales et émotionnelles des traumatismes sur les individus. Ce genre d'approche part du principe que chaque individu a été touché par un traumatisme à un moment ou à un autre de sa vie et vise à éviter de causer davantage de tort. Il est important de garder les points suivants à l'esprit :

- Le traumatisme est relatif et affecte chaque personne différemment.
- Le traumatisme est cumulatif et peut s'aggraver avec le temps, à mesure que d'autres expériences provoquent des traumatismes supplémentaires.

Application d'une approche axées sur les traumatismes dans un contexte d'apprentissage

Lors de l'animation de cours ou de programmes de formation portant sur des sujets sensibles, les membres du personnel enseignant devraient intégrer les éléments suivants dans leur plan de sécurité psychologique :

1 Information préalable
Informar les apprenant-e-s potentiels des sujets abordés, des noms des autres apprenant-e-s, et des types de médias ou de stratégies pédagogiques utilisés (p. ex. : jeux de rôle, études de cas, vidéos, etc.). Les apprenant-e-s pourront ainsi se préparer émotionnellement et mentalement à l'expérience d'apprentissage et prendre une décision éclairée quant à leur participation.

2 Options de retrait
Communiquer les procédures de retrait à l'avance et s'assurer qu'elles n'exigent pas que l'apprenant-e partage des détails personnels sur son vécu ou les raisons de son retrait. Les apprenant-e-s peuvent également se retirer à tout moment et devraient pouvoir recevoir du soutien.

3 Avertissements concernant le contenu sensible
Indiquer clairement les sujets précis abordés dans les leçons, les stratégies pédagogiques utilisées et les exigences de participation. **Exemple** : Cette séance de formation aborde les sujets du harcèlement et de la discrimination en milieu de travail, y compris les altercations violentes, les menaces et l'intimidation entre collègues. Les apprenant-e-s peuvent participer volontairement aux discussions sur les études de cas présentées.

4 Règles du groupe
Établir de manière collaborative avec les apprenant-e-s les règles du groupe concernant leur comportement pendant les discussions, et garder ces règles accessibles tout au long du cours. Fournir des rappels bienveillants ou appliquer directement les règles au besoin, tout en agissant comme modèle positif. S'assurer que la politique de confidentialité et ses limites sont incluses dans les règles afin que les apprenant-e-s sachent comment les informations partagées seront utilisées.

5 Ressources de soutien
Fournir des ressources de soutien accessibles pendant ou après la séance de formation.
[Programme d'aide aux membres des FC](#) - [Programme d'aide aux employés de la Défense](#)

6 Plan de sécurité
Établir un plan de sécurité qui détermine la façon dont les membres du personnel enseignant réagiront face à des apprenant-e-s en état de réaction émotionnelle. Un-e co-facilitateur-trice ou co-instructeur-trice peut poursuivre la leçon pendant que l'autre offre un soutien discret à l'apprenant-e. Il est aussi possible d'avoir recours à une ressource de soutien désignée.

7 Activités d'apprentissage axées sur les traumatismes
Éviter les activités où les élèves doivent partager leur vécu sur des sujets sensibles.
Lors des jeux de rôle, un membre du personnel enseignant ou un autre membre du personnel devrait jouer les rôles chargés émotionnellement, comme celui de victime ou de personne touchée.



Approche axée sur les traumatismes dans le contexte de la formation et de l'éducation

Page 2 de 3

Soutien aux apprenant-e-s en état de réaction émotionnelle

Si un-e apprenant-e fait des confidences ou semble en détresse ou en état de réaction émotionnelle pendant une séance, les membres du personnel enseignant doivent s'assurer de son bien-être et de sa volonté de poursuivre la séance. Les membres du personnel enseignant peuvent proposer une pause ou s'informer de l'état de l'apprenant-e en privé pendant qu'un-e ou une collègue poursuit la séance. Il convient de demander à l'apprenant-e s'il ou elle souhaite rester dans l'environnement d'apprentissage ou préfère se rendre dans un autre espace pour une conversation plus discrète.

Réactions à favoriser

- Assurer la sécurité immédiate de l'apprenant-e.
- Proposer de mettre l'apprenant-e en contact avec des ressources de soutien.
- Écouter l'apprenant-e activement et lui laisser le temps de s'exprimer avant de proposer des solutions.
- Reconnaître ses propres limites et chercher de l'aide supplémentaire si nécessaire.
- Faire preuve d'honnêteté et de transparence quant à l'aide que l'on peut offrir et aux limites de la confidentialité.
- Demander ce dont l'apprenant-e a besoin et comment l'aider.

Réactions à éviter

- Ne pas croire le témoignage de l'apprenant-e.
- Poser des questions pour obtenir des détails sur l'incident. Il faut plutôt laisser l'apprenant-e décider des renseignements qu'il ou elle souhaite partager.
- Dire à l'apprenant-e comment se sentir ou quoi penser, ce qui peut invalider son expérience.
- Tenter de rationaliser ce qui s'est passé ou de justifier le comportement de l'autre personne, car cela peut nuire à la confiance de l'apprenant-e et mener à la culpabilisation de la victime.
- Imposer ses propres émotions et réactions à la situation, car cela peut détourner l'attention de l'apprenant-e qui a besoin de soutien.

Lorsqu'on s'adresse à une personne touchée par un traumatisme, il convient d'utiliser des phrases axées sur les traumatismes pour répondre à son vécu. Il est important que les membres du personnel enseignant adaptent leur réponse à leur propre style de communication, à l'expérience décrite et aux besoins de la personne touchée.

« Merci de m'avoir fait confiance. » ou « Merci d'avoir partagé cela avec moi. »

« Je vois que c'est difficile pour toi. Prends ton temps, je suis là pour écouter. »

« Qu'est-ce qui pourrait aider à rendre l'apprentissage de ce sujet plus facile ou moins éprouvant? »

« Je ne peux pas imaginer à quel point il est difficile d'aborder ce sujet. »

Après des confidences ou un moment d'émotion, il peut être utile de rétablir la sécurité psychologique du groupe, par exemple au moyen d'une courte activité de prise de conscience du moment présent, d'un rappel des règles de fonctionnement du groupe, ou d'une réflexion anonyme pour permettre au groupe d'assimiler ce moment.



Approche axée sur les traumatismes dans le contexte de la formation et de l'éducation

Page 3 de 3

Adaptation de la formation et de l'enseignement selon les besoins des apprenant·e·s

Lorsqu'une formation obligatoire aborde des sujets sensibles, des ajustements peuvent être apportés pour soutenir les apprenant·e·s individuellement. On recommande aux membres du personnel enseignant de préciser les exigences du programme ainsi que de discuter avec les apprenant·e·s concernés de leurs besoins et de les encourager à faire des choix éclairés parmi les options disponibles.

En plus de ces ajustements, il est important de demander à ces apprenant·e·s le type de soutien qui leur serait bénéfique :

Auditoire

Proposer une formation individuelle plutôt qu'en groupe, ou permettre la présence d'une personne de soutien.



Autoformation

Fournir les documents de formation, les politiques ou les documents de référence à lire de manière autonome, et tenir une discussion de suivi avec l'apprenant·e.



Objets sensoriels

Des objets tactiles, comme une balle antistress, des outils à manipuler avec différentes textures ou des pages de coloriage, peuvent être utilisés pour réduire le stress ou canaliser l'énergie pendant la formation.



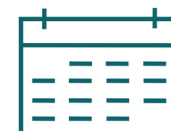
Retrait des activités non essentielles

Limiter le contenu de la formation à l'information nécessaire et retirer les éléments susceptibles de déclencher une réaction émotionnelle, comme les études de cas ou les exemples réels.



Horaire

Prévoir des pauses plus longues ou supplémentaires, permettre à l'apprenant·e de demander une pause à tout moment, et envisager de diviser les leçons en segments plus courts. Demander à l'apprenant·e ses préférences quant à la date et à l'heure de la formation.



Lieu

Offrir la formation dans un environnement plus confortable ou informel, comme le bureau du membre du personnel enseignant, une salle de classe ou de réunion vide, ou une salle virtuelle privée. Envisager de changer de salle ou de bâtiment, et porter attention à son emplacement dans la pièce, notamment près des sorties.



Ressources connexes

[Ressources de formation et d'éducation sur la conduite et la culture - Canada.ca](#)

[Scénarios de conduite professionnelle - Canada.ca](#)

[Soins tenant compte des traumatismes – Formation en 5 modules sur le Réseau d'apprentissage de la Défense \(RAD\)](#)

[Présentation Approche tenant compte des traumatismes](#)

[L'atelier Respect dans les Forces armées canadiennes](#)