Liste d'interventions - Étapes 1 et 2 du modèle de soins par étapes

Symptômes d'anxiété sociale chez les enfants et les adolescents

Ce document s'adresse aux intervenants qui auraient à intervenir auprès d'enfants, d'adolescents et de leurs familles dans les premières étapes exhaustive, d'outils cliniques et de stratégies pertinent(e)s pour soutenir les interventions recommandées dans le guide Trouble d'anxiété sociale (1-2) du modèle de soins du Programme Québécois pour les troubles mentaux: des autosoins à la psychothérapie. Il offre une liste, non-: repérage, orientation et traitement - Guide de pratique clinique $^{
m 1}$.

Inter	Intervention recommandée	Outile cliniques et stratégies nertinent(e)s	ס	Clientèle (ans)
			5-11	12-17
uo		Guide de repérage et appréciation du profil de risque pour les troubles mentaux fréquents chez les jeunes	×	×
itetne		Fiche clinique de repérage et appréciation du profil de risque_anxiété sociale	×	×
ino te	Effectuer la collecte d'informations	RCADS-47 - Version enfants/adolescents de 8 ans et plus / RCADS-47 - Version parents	×	×
tion e		WSAS-Y - Version enfants/adolescents de 6 ans et plus / WSAS-P - Version parents	×	×
siɔèɹɑ		La mesure clinique en continu dans le cadre de ton suivi : Informations pour l'usager		×
de 'əb		La mesure clinique en continu dans le cadre du suivi de mon enfant : Informations parents	×	×
Repérag	Effectuer l'analyse, synthèse et orientation de la situation du jeune et son entourage.	Dans le Guide de repérage et appréciation du profil de risque pour les troubles mentaux fréquents chez les jeunes • Tableau 1 : Aide à la décision et à l'orientation en lien avec symptômes ou trouble d'anxiété sociale	rté X	×

¹ MSSS. (2022, octobre). Trouble d'anxiété sociale : repérage, évaluation et traitement - Guide de pratique clinique (publication no 22-914-23W). https://publications.msss.gouv.gc.ca/msss/fichiers/2022/22-914-23W.pdf

1010	ntorvontion recommende	() the continue of the continu	Clier (ar	Clientèle (ans)
		Outils chiliques et strategies pertinent(e)s	5-11	12-17
		Formulaire FABO à compléter et faire suivre au bon service <u>Guide-utilisation-fabo.PDF</u> (gouv.qc.ca)CN00173-Analyse-besoin-prioritaires-orientation-FABO-editable.pdf (gouv.qc.ca)	X (parents)	X (parents)
	Si le parent présente des symptômes	Questionnaire d'appréciation des symptômes d'anxiété GAD-7 pour adulte (optionnel)	X (parents)	X (parents)
	dépressifs ou d'anxiété, le référer (s'il l'accepte).	Questionnaire d'appréciation des symptômes dépressifs PHQ-9 pour adulte (optionnel)	X (parents)	X (parents)
		Questionnaire d'appréciation de l'adaptation relative aux activités sociales et au travail - WSAS	X (parents)	X (parents)
		Fournir des renseignements précis concernant le premier rendez-vous pour diminuer le stress	X (parents)	×
		Organiser les rencontres à un lieu où le jeune se sent à l'aise (ex. : école, maison) et ajuster la durée des rencontres pour favoriser la participation	×	×
noitne	Ajuster les modalités de rencontres aux	Si jugé aidant pour la disponibilité et mobilisation du jeune au suivi, offrir des rencontres en virtuel ou en présentiel à un moment où le niveau d'achalandage est moins élevé (p.ex. : le soir)	×	×
/nətni	enjeux vecus par I′usager relatifs à	Éviter que les rencontres interfèrent avec les activités sociales du jeune.	×	×
,l əp	l'anxiété sociale.	Offrir des alternatives à la communication verbale si c'est plus difficile pour le jeune (ex: dessin, écriture, pictogrammes, soutien des parents).	×	×
noitea		Être clair quant au but et objectifs de chaque rencontre (prévisibilité)	×	×
einegaC		Si le jeune doit être référé à un autre intervenant/service, discuter ouvertement de ses préoccupations	×	×
)	Si le jeune vit de	L'intimidation, c'est quoi? Tel-jeunes (teljeunes.com)	×	×
	l'intimidation, travailler en collaboration avec l'école.	Le cyberharcèlement et la cyberintimidation - Fondation Jeunes en Tête (fondationieunesentete.org)	X	*

			,0110	مارنسوال
Interior	Intervention recommendée	2(0)************************************	(a j	(ans)
			5-11	12-17
	Établir une relation thérapeutique de confiance avec le jeune et sa famille.	Exemples de questions qui peuvent être posées par l'intervenant lors du premier rendez-vous (p. 21 du Document Trouble d'anxiété sociale, document d'information à l'intention du public) <u>1 (gouv.qc.ca)</u>	×	×
		Guide de soutien pour intervenir auprès d'un enfant de 5 à 13 ans à risque suicidaire publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-825-03W.pdf	×	
	Établir une relation thérapeutique avec le jeune et sa famille	! P. 17 à 20 : Section « Utiliser des stratégies de communication adaptées à l'enfant et à son entourage ». Il s'agit de pistes de discussions intéressantes bien que ce soit dans un contexte de risque suicidaire.		
		Prise de décision partagée : Il est important de considérer le point de vue, les choix et les valeurs de l'adolescent et de l'enfant dans toutes les décisions prises dans le cadre du suivi.	×	×
	Établir des relations de collaborations avec le réseau social du jeune.	Pour le réseau professionnel, utiliser les plans d'intervention : PSI ou PSII	×	×
	Effectuer de la surveillance active des	Offrir un rendez-vous de suivi dans les 2 prochaines semaines	×	×
	symptômes.	Questionner l'évolution des symptômes d'anxiété sociale du jeune lors du rendez-vous de suivi.		×
		Fiche éducation psychologique - Anxiété sociale – version jeune		×
ənb		Fiche éducation psychologique - Anxiété sociale – version parent	×	×
igolo	Discuter du stress et de	Fiche d'éducation psychologique- Anxiété sociale - intervenant	×	×
bελcμ	sociale) et des	Calmer les pensées : visualiser pour s'apaiser <u>pb</u> boite a outils.pdf (derochebelle.qc.ca)	×	×
noite	strategies pour apprendre à la gérer.	Comment te sens-tu aujourd'hui echelle-des-emotions (aidersonenfant.com)	×	
sonb		Apprendre à l'enfant à gérer ses émotions (naitreetgrandir.com)	X (parents)	×
1		Identifie les manifestations de l'anxiété dans ton corps bullesantistress-repere signes fr.pdf (storage.googleapis.com)		×

Clientèle	(ans)	5-11 12-17	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	× ×	X (parents)	X (parents)	X (parents)	X (parents)	×	Ž	
	Outils cliniques et stratégies pertinent(e)s		On parle de santé mentale : Anxiété <u>Télé-Québec (telequebec.tv)</u> et Prendre soin de soi <u>Télé-Québec</u> (telequebec.tv)	<u>L'anxiété de performance scolaire Témoignages de jeunes (youtube.com)</u>	FJET-FICHE-JEUNESSE PARAPLUIE v07.pdf (fondationjeunesentete.org)	Des trucs qui font du bien Des trucs qui font du bien (youtube.com) et Imagine ton univers apaisant (youtube.com)	Playlists relaxantes. Playlists Fillactive Fillactive	<u>Méditation Fillactive</u>	<u>Entretenir ma santé mentale et prendre soin de moi - Fondation Jeunes en Tête</u> (fondationieunesentete.org)	Fiches exercices sur la pleine conscience : Thématique Pleine conscience - Fondation Jeunes en Tête (fondationjeunesentete.org)	Balados : Thématique Pleine conscience - Fondation Jeunes en Tête (fondationjeunesentete.org)	4 techniques de respiration profonde Midi-trucs ÉditionsMiditrente	RespiRelax+ pour aider à retrouver le calme par la respiration dirigée	Fiche synthèse sur les saines habitudes de vie pour les enfants de 5-11 ans	Le guide alimentaire canadien Guide alimentaire canadien (canada.ca)	Améliorer les habitudes alimentaires familiales (naitreetgrandir.com)	DSMD Fiche alimentation.pdf (rtss.qc.ca)	Recettes et nutrition Fillactive	<u>Les bienfaits des saines habitudes de vie sur la réussite scolaire Alloprof</u>	
	Intervention recommandée															Sensibiliser à l' alimentation et aux	bienfaits d'un régime alimentaire équilibré.			

			Clientèle	ıtèle
Inter	Intervention recommandée	Outils cliniques et stratégies pertinent(e)s	(ans)	ls)
			5-11	12-17
		Fiche synthèse sur les saines habitudes de vie pour les enfants de 5-11 ans	X (parents)	
	Sancihilicar à l' hvaièna	<u>Les bienfaits d'un sommeil réparateur sur la réussite scolaire Alloprof</u>	×	×
	de sommeil et ses bienfeite	Bien dormir pour mieux réussir à lécole (alloprof.gc.ca)	×	×
		Capsule vidéo <i>Le sommeil et les émotions</i> <u>Le sommeil et les émotions - YouTube</u>		×
		Fiche synthèse sur les saines habitudes de vie pour les enfants de 5-11 ans	X (parents)	
		<u>L'activité physique chez les enfants d'âge scolaire (naitreetgrandir.com)</u>	×	
		5 activités physiques pour bouger à l'intérieur Alloprof	X (parents)	
	Sensibiliser à l'activité physique et ses	Directives canadiennes en matière de mouvement sur 24 heures pour les enfants et les jeunes 24Hour Guidelines 5-17 FRE.pdf	X (parents)	×
	bienfaits.	5-habitudes-vie-saines-developper-enfant 0.jpg (1200×675) (alloprof.qc.ca)	X (parents)	
		<u>Les bienfaits de l'activité physique : magique ou scientifique? (youtube.com)</u>	×	×
		Pages Programmes d'entraînement <u>Programme d'entraînement Fillactive</u> et <i>Vidéos d'entraînement</i> <u>Vidéo d'entraînements Fillactive</u>	×	×
		<u>DSMDI</u> Fiche-activite-physique.pdf (rtss.qc.ca)		×
	Questionner la consommation du	Si consommation, effectuer le dépistage via le <i>DEP-ADO</i> <u>Microsoft Word - DEP-ADO Nicrosoft Word - DEP-ADO V3.3 Modif Juin2016 pp1-25 (uquebec.ca)</u>		×
	jeune.	Discuter avec des impacts/liens de la consommation sur son anxiété sociale		×
Intervention s spécifiques	Travailler les habiletés sociales.	Jeux de rôles - Selon le profil du jeune, élaborer quelques mises en situation, déterminer les rôle s de chacun et jouer le jeu! L'objectif est que le jeune se pratique à agir correctement dans une situation sociale fictive. Il prendra ainsi confiance en ses habiletés lors des situations semblables de son quotidien.	×	×

			Clientèle	tèle
Interv	Intervention recommandée	Outils cliniques et stratégies pertinent(e)s	(ans)	s)
			5-11	12-17
		(Pour 6 à 10 ans environ) Jeu <i>Code social</i> <u>Le code social - Jeu éducatif 6 ans à 10 ans - Placote</u>	×	
		(Pour 8 à 14 ans environ) Jeu <i>ImProsocia</i> l ImProsocial - Jeu éducatif 8 ans à 14 ans - Placote	×	×
	Exposer graduellement	Échelle de la peur Formulaire-Echelle-de-la-peur-1.pdf (anxietycanada.com)	×	×
	le jeune à ses peurs en situation sociale (avec	Le piège de l'évitement Sortir de sa zone de confort et s'exposer! <u>pb boite a outils.pdf</u> (derochebelle.qc.ca)	×	×
	soutien).	L'exposition progressive pb boite a outils.pdf (derochebelle.gc.ca)	×	×
		Capsule information <i>L'anxiété des ados : Témoignages de parents</i> <u>L'anxiété des ados Témoignages de parents (youtube.com)</u>	X (parents)	X (parents)
	Discuter avec les	(Partie 2 : Agir pour aider son(sa) jeune à vivre sereinement son adolescence) Guide L'anxiété des ados : Spécial famille Guidefamille AnxieteAdos.pdf (fondationjeunesentete.org)	X (parents)	X (parents)
	parents de leur implication dans la problématique.	*Si anxiété de performance Balado <i>L'anxiété de performance scolaire et sociale</i> <u>Mieux comprendre la santé mentale des ados -</u> <u>L'anxiété de performance scolaire et sociale (google.com)</u>	X (parents)	X (parents)
		Discuter avec le parent de l'importance de la communication et relation positive entre lui et son adolescent		X
		Page Préserver la relation parent-ado <u>Préserver la relation parent-ado Tel-jeunes Parents</u> (teljeunes.com)		

Commentaires ou ajouts d'outils pertinents

