

# L'approche sensible aux traumatismes :

activité d'intégration pour favoriser  
une intervention empreinte de douceur  
et de compassion

Guide d'accompagnement  
pour l'organisation d'une rencontre sur l'adoption  
de pratiques sensibles aux traumatismes



# L'approche sensible aux traumatismes : activité d'intégration pour favoriser une intervention empreinte de douceur et de compassion

## Guide d'accompagnement d'organisation d'une rencontre visant à favoriser l'intégration de l'approche sensible aux traumatismes

Document préparé par **Geneviève Paquette**<sup>1, 2, 3</sup>  
Professeure, Université de Sherbrooke

### Membres de l'équipe

#### Cochercheuses

- **Manon Bergeron**<sup>3,4</sup>  
Professeure, Université  
du Québec à Montréal
- **Julie Lane**<sup>5</sup>  
Professeure, Université  
de Sherbrooke, titulaire  
de l'OSMÉE
- **Jacinthe Dion**<sup>1, 2, 3</sup>  
Professeure, Université  
du Québec à Chicoutimi

#### Collaboratrices

- **Ann-Sophie Guertin-Fleurent**<sup>1</sup>  
Professionnelle de recherche  
Université de Sherbrooke
- **Geneviève L'Écuyer**<sup>1, 2, 3</sup>  
Étudiante à la maîtrise  
en psychoéducation  
Université de Sherbrooke

- 1 Groupe de recherche et d'intervention  
sur les adaptations sociales de l'enfance  
(GRISE) de l'Université de Sherbrooke
- 2 Centre de recherche interdisciplinaire sur  
les problèmes conjugaux et l'agression  
sexuelle (CRIPCAS)
- 3 Coresponsables ou membres de  
l'axe thématique 3 : Favoriser un  
environnement exempt de violences  
à caractère sexuel de l'Observatoire  
sur le bien-être et la santé mentale  
étudiante en enseignement supérieur
- 4 Titulaire de la Chaire de recherche sur  
les violences sexistes et sexuelles en  
milieu d'enseignement supérieur
- 5 Codirectrice de l'Observatoire sur le  
bien-être et la santé mentale étudiante  
en enseignement supérieur (OSMÉES)
- 6 Membre étudiante de l'Observatoire  
sur le bien-être et la santé mentale  
étudiante en enseignement supérieur  
(OSMÉES)

#### Référence suggérée :

Paquette, G., Bergeron, M., Dion, J., Lane, J. et avec la collaboration  
de Guertin-Fleurent, A. et L'Écuyer, G. (2025). *L'approche sensible aux  
traumatismes : activité d'intégration pour une intervention faite de douceur  
et de compassion. Guide d'accompagnement d'organisation d'une rencontre  
visant à favoriser l'intégration de l'approche sensible aux traumatismes.*  
Université de Sherbrooke : Sherbrooke.

#### Geneviève Paquette, Ph. D., ps. éd., professeure titulaire

Département de psychoéducation – Université de Sherbrooke  
2500, boulevard de l'Université, Sherbrooke (Québec) J1K 2R1  
Téléphone: 819-821-8000 p. 62489  
Courriel: genevieve.paquette@usherbrooke.ca

Conception graphique et mise en page : Marika Vallée, Rafting Média  
Œuvres originales illustrées et identifiées : UltraNan  
Révision linguistique : Francine Boisvert



*Le développement de ce guide  
d'accompagnement a été  
possible avec la participation  
financière du ministère de  
l'Enseignement supérieur.*



# Table des matières

L'avant-propos et les remerciements .....	4
---	---

1. La description générale de l'activité d'intégration proposée .....	5
2. L'organisation de l'activité .....	6
3. L'animation de l'activité .....	14

<b>Annexe 1 :</b> le Coffre à outils .....	21
<b>Annexe 2 :</b> le formulaire d'inscription .....	22
<b>Annexe 3 :</b> le courriel 1 – Invitation .....	23
<b>Annexe 4 :</b> le courriel 2 – Confirmation de participation .....	24
<b>Annexe 5 :</b> le courriel 3 – Remerciements et synthèse .....	25
<b>Annexe 6 :</b> les histoires de cas .....	26
<b>Annexe 7 :</b> le formulaire d'appréciation .....	29



## L'avant-propos et les remerciements

L'activité d'intégration de la formation *L'approche sensible aux traumatismes : au cœur d'une intervention faite de douceur et de compassion* peut être organisée par des personnes œuvrant dans un établissement d'enseignement supérieur du Québec et qui ont suivi soit le volet violences à caractère sexuel (VACS) soit le volet santé mentale étudiante. Ces deux volets sont offerts respectivement aux membres du personnel prodiguant des services aux personnes étudiantes au sein des établissements d'enseignement supérieur.

Les deux volets de cette formation ont été développés grâce à un soutien financier offert dans le cadre du *Plan d'action contre les violences sexuelles en enseignement supérieur 2022-2027* et du *Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026* du gouvernement du Québec.

Le développement de l'activité d'intégration et la conception du guide d'animation ont été rendus possibles grâce au soutien financier du ministère de l'Enseignement supérieur et des infrastructures de soutien du groupe de recherche et d'intervention sur les adaptations sociales de l'enfance (GRISE) et de la chaire de recherche sur les violences sexistes et sexuelles en milieu d'enseignement supérieur.

L'équipe du projet a pu bénéficier des conseils avisés des membres du comité de pilotage composé de personnes intervenantes en milieu d'enseignement supérieur que nous tenons à remercier chaleureusement : Véronique Allard, conseillère pédagogique au Centre collégial de soutien à l'intégration de l'ouest, Marie-Pierre Bégin, conseillère en intervention psychosociale à l'Université de Sherbrooke, Marie-Ève Bernier et Geneviève Côté, conseillères en matière de respect des personnes à l'Université de Sherbrooke, Jennifer Clavelin, psychologue clinicienne à l'Université du Québec à Chicoutimi, Élixa Forbes Brisebois, travailleuse de milieu au collège Laflèche et responsable de la politique visant à prévenir et à combattre les VACS, Véronique Lareau, travailleuse sociale et responsable de la sensibilisation aux violences sexuelles au collège de Rosemont, Vanessa Lavoie, technicienne en intervention psychosociale à l'Université du Québec à Trois-Rivières et Annick Moisan, psychologue au collège Montmorency. En outre, quatre personnes étudiantes ont contribué à différentes étapes de ce projet : Louis-Thomas Bouchard Morin, Sara Anick Hervouet et Geneviève L'Ecuyer du 2<sup>e</sup> cycle en psychoéducation et Flavie Vézina du 1<sup>er</sup> cycle en psychoéducation.

Nous tenons à remercier l'artiste Ultra Nan qui a accepté que soient utilisées certaines de ses œuvres pour illustrer le contenu de la formation et de l'activité d'intégration, Marika Vallée, graphiste, qui a conçu le visuel du document et Francine Boisvert pour la révision linguistique.

# La description générale de l'activité d'intégration proposée

## 1.1 La durée et le nombre de personnes

L'activité d'intégration, d'une durée de deux heures trente minutes, a été conçue pour un groupe d'un minimum de quatre à six personnes. Il est toutefois possible de planifier l'activité en groupe de douze à dix-huit personnes et de le diviser en sous-groupes de quatre à six personnes pour certaines étapes du déroulement de l'activité qui exigent une plus grande place pour les échanges. Dans un tel cas, il est suggéré de nommer des personnes responsables de l'animation des échanges dans chaque sous-groupe. S'adressant à des personnes intervenantes provenant de milieux d'enseignement supérieur partout au Québec, l'activité a été conçue pour qu'elle puisse se dérouler en ligne. Toutefois, rien n'empêche de la convertir en activité en présence.

## 1.2 L'objectif principal de l'activité

L'activité d'intégration a pour principal objectif de favoriser l'adoption de pratiques sensibles aux traumatismes en dépit des obstacles potentiels en milieu d'enseignement supérieur. En effet, diverses entraves institutionnelles peuvent nuire à l'adoption d'une telle approche, par exemple, les balises des mandats, le nombre de rencontres limitées, la surcharge de travail, les contraintes légales, etc. L'activité d'intégration vise à permettre aux personnes professionnelles d'échanger sur les succès et les défis vécus dans leur pratique selon une approche sensible aux traumatismes.

## 1.4 Le Coffre à outils

Tous les outils nécessaires à l'organisation de l'activité d'intégration sont disponibles dans un dossier compressé (ZIP) sous l'appellation Coffre à outils. Une liste détaillée des outils se trouve à l'**annexe 1**.

## 1.3 Une approche pédagogique inspirée de l'étude de cas

Le contenu et le format de la séance ont été inspirés de l'approche pédagogique par étude de cas. Pour susciter les réflexions et la mise en commun de pratiques sensibles aux traumatismes, l'analyse d'une situation fictive décrite dans une histoire de cas est proposée dans le cadre de la séance. L'histoire de cas analysée relate le vécu d'une personne étudiante d'un milieu d'enseignement supérieur éprouvant des difficultés liées à la santé mentale. Dans l'annexe 6 du présent guide d'animation, trois histoires de cas sont proposées dont l'une inclut des VACS subies. Les personnes qui organisent l'activité d'intégration peuvent choisir l'histoire de cas la mieux adaptée à leurs besoins et la modifier ou non. Si elles le préfèrent, les personnes organisatrices peuvent employer leur propre histoire de cas. Pour plus de détails concernant cet aspect de l'activité, **voir la section 3.4 L'histoire de cas de ce document (p. 8)**.

L'utilisation d'une histoire de cas présente l'avantage de faciliter la discussion sur les pratiques, les facilitateurs et les défis que pose l'approche sensible aux traumatismes en milieu d'enseignement supérieur. Elle peut comporter l'inconvénient d'attirer l'attention sur l'interprétation clinique à donner au vécu de la personne dont la situation est décrite dans l'histoire de cas. La personne qui anime l'activité devra ainsi orienter la discussion sur l'objectif principal qui consiste à favoriser les échanges sur les pratiques en lien avec l'approche sensible aux traumatismes en dépit des obstacles potentiels à son application en milieu d'enseignement supérieur (**voir la section 3.1 Les rôles, p. 14.**).



## 2.1 Le nombre de personnes à prévoir, les rôles et les tâches

Pour organiser une activité d'intégration, voici les différents rôles à assumer. Pour chaque rôle, une liste de tâches à réaliser est à prévoir.

### La personne organisatrice

Cette personne prend l'initiative d'organiser l'activité et d'en planifier les étapes. Il peut s'agir d'une personne intervenante, d'une personne gestionnaire de services, etc. Dans certains cas, la personne organisatrice peut décider d'animer la rencontre. Elle assume alors les tâches rattachées à deux rôles (personnes organisatrice et animatrice).

#### Les tâches qu'elle doit effectuer avant la rencontre sont :

- prévoir la période de tenue de l'activité et inviter les personnes qui sont susceptibles d'y participer;
- gérer les inscriptions et les communications avec les personnes participantes;
- sélectionner ou rédiger l'histoire de cas.

### La ou les personnes animatrices

Cette personne anime l'activité d'intégration, seule ou en équipe. Il est recommandé de prévoir une personne animatrice par sous-groupe de quatre à six personnes lorsque l'activité rassemble plus de six personnes participantes. La personne animatrice s'assure que les échanges sont stimulants et que les sujets importants sont couverts. Elle oriente les discussions pour que les personnes participantes soient centrées sur l'objectif de l'activité. Elle détient de l'expérience dans le domaine de l'intervention et a suivi la formation sur l'approche sensible aux traumatismes. Elle n'a pas à être spécialiste de l'approche, car ce sont les personnes participantes qui partagent leurs connaissances et leurs compétences au profit du groupe durant la rencontre. Idéalement, cette personne a aussi de l'expérience en animation.

#### Les tâches qu'elle doit assumer avant la rencontre sont :

- au besoin, appuyer la personne organisatrice dans ses tâches;
- s'approprier le contenu de l'activité d'intégration et le *support de présentation* ([voir la section 2.2 Le support de présentation, p. 7.](#)) fourni dans le *Coffre à outils*.



### La personne scribe

Cette personne est responsable de prendre les notes lors de l'activité. Si l'activité s'adresse à quatre à six personnes, une seule personne scribe est requise. Si le groupe est plus nombreux et que les échanges se font en sous-groupes, il faut prévoir une personne scribe par sous-groupe. Aucune tâche particulière n'est confiée à la personne scribe avant l'activité, sinon celle de prendre connaissance de l'histoire de cas choisie.

### Les personnes participantes

Ces personnes ont complété la formation sur l'approche sensible aux traumatismes dans le cadre de leur travail en milieu d'enseignement supérieur avant de participer à l'activité d'intégration. Avant la rencontre, elles lisent l'histoire de cas et répondent aux questions de préparation du *Cahier de participation* (dans le Coffre à outils).

### La personne collaboratrice

Cette personne joue un rôle de soutien pour l'organisation de l'activité. Elle peut être, par exemple, une personne professionnelle de soutien (secrétaire de direction, etc.). Ce rôle est facultatif et les tâches qui y sont reliées dépendent des besoins exprimés par la personne organisatrice.

---

## 2.2 Le support de présentation

Un support de présentation est mis à la disposition de la personne responsable d'animer l'activité d'intégration. Ce support est disponible sous l'appellation *Support\_de\_présentation* dans le Coffre à outils de l'activité d'intégration. La présentation contient notamment les étapes du déroulement de l'activité, les questions à poser aux personnes participantes ainsi que des pistes pour faciliter l'identification des obstacles et facilitateurs en lien avec les postulats fondamentaux de l'approche sensible aux traumatismes.

## 2.3 Les modèles de courriels

- **Le Courriel 1 – Invitation (annexe 3)**  
Il lance la période d'inscription à l'activité d'intégration. Il contient une brève description de l'activité, un lien vers le formulaire d'inscription en ligne ainsi que le public cible et les modalités générales.
- **Le Courriel 2 – Confirmation de participation (annexe 4)**  
Il vise à officialiser la tenue de l'activité et à remettre le *Cahier de participation*.
- **Le Courriel 3 – Remerciements et synthèse (annexe 5)**  
Il sert de conclusion à la participation à l'activité d'intégration. La personne organisatrice met le lien vers le formulaire d'appréciation et joint une copie du *Cahier de participation* enregistrée sous l'appellation de « Cahier\_de\_synthèse\_année\_mois\_jour » en chiffres qui contient les notes mises au propre prises par la personne scribe.

## 2.4 Le processus d'inscription

Les inscriptions à l'activité d'intégration se font à partir d'un lien vers un formulaire en ligne. La personne organisatrice peut copier-coller les questions proposées à l'**annexe 2** lors de la création du sondage. La plateforme *Microsoft Forms* est suggérée. Toutefois, la personne organisatrice peut utiliser le logiciel de son choix (par ex. : *Google Forms*, *SurveyMonkey*, etc.). La personne organisatrice doit ajouter des options de réponses à la question 8 « Parmi ces choix, veuillez inscrire quelles sont vos disponibilités pour participer à l'activité d'intégration incluant deux heures trente minutes de rencontre et une heure de préparation ».

## 2.5 L'histoire de cas

L'activité d'intégration est inspirée de l'approche pédagogique par étude de cas et consiste à analyser une histoire de cas en groupe. L'histoire de cas est une brève mise en situation qui illustre une demande d'aide par une personne étudiante présentant des difficultés de santé mentale. À l'**annexe 6**, trois histoires de cas sont proposées. La personne organisatrice peut choisir l'histoire de cas qui lui convient le mieux ou qui convient le mieux au besoin du milieu dans lequel l'activité d'intégration est organisée. Elle doit ensuite choisir la version du *Cahier de participation* contenant l'histoire de cas sélectionnée.

Si elle le préfère, la personne organisatrice peut rédiger l'histoire de cas à partir d'une situation d'intervention qu'elle a vécue. Il est alors primordial de conserver l'anonymat des personnes concernées par le récit en modifiant les éléments qui pourraient permettre l'identification d'une personne (prénom, statut particulier, domaine d'études, troubles spécifiques, etc.). Il est suggéré de s'inspirer de la structure des histoires de cas présentées à l'**annexe 6**. Plus précisément, le cas présenté doit comporter une section sociodémographique (prénom, âge, domaine d'études, niveau d'études), un premier paragraphe sur l'histoire de vie de la personne étudiante, un second paragraphe sur les difficultés actuelles vécues et un troisième paragraphe sur la demande d'aide formulée à une personne intervenant en milieu d'enseignement supérieur.

Par la suite, la personne organisatrice insère l'histoire de cas dans la section « Histoire de cas » du *Cahier de participation*. Le *Cahier de participation* est envoyé en fichier joint au *Courriel 2 – Confirmation de participation*.

## 2.6 Les tâches préparatoires pour les personnes participantes

Avant de participer à l'activité d'intégration, les personnes participantes doivent prendre connaissance du *Cahier de participation*, lire l'histoire de cas et répondre aux questions de préparation. Elles peuvent noter les questionnements suscités par l'histoire de cas au regard de l'adoption de pratiques sensibles aux traumatismes. Les tâches préparatoires durent approximativement une heure.

## 2.7 Les moments propices pour l'organisation d'une activité d'intégration

L'activité d'intégration peut être organisée à tout moment de l'année selon les besoins des personnes professionnelles. Cependant, certaines périodes sont généralement plus propices dans les milieux d'enseignement supérieur. En tenant compte du déroulement habituel des sessions d'automne, d'hiver et d'été dans les établissements d'enseignement supérieur de niveaux collégial et universitaire, les périodes suggérées sont du 1er au 15 juin et du 5 au 15 janvier.



## 2.8 L'échéancier

Le tableau suivant offre une description chronologique des étapes à suivre pour organiser une activité d'intégration. Il couvre les tâches à assumer avant et après l'activité et précise les personnes responsables et les documents de référence pour chaque étape.


Les tâches	Les personnes responsables	Les moments	Les précisions	Les documents de référence
<p><b>1</b></p> <p><b>La distribution des rôles</b></p>	La personne organisatrice	Avant de lancer les inscriptions	<p>Si la personne organisatrice ne veut pas animer l'activité d'intégration, elle approche une ou des personnes pour l'animation (selon le nombre de personnes participantes).</p> <p>Identification de la ou des personnes scribes (selon le nombre de personnes participantes).</p> <p>Au besoin, mise à contribution d'une personne collaboratrice.</p>	
<p><b>2</b></p> <p><b>L'identification des personnes à inviter à participer à l'activité d'intégration</b></p>	La personne organisatrice	Avant de lancer les inscriptions	Rassembler les adresses courriel des personnes participantes dans une liste d'envoi.	
<p><b>3</b></p> <p><b>La prévision de la période de tenue de l'évènement</b></p>	La personne organisatrice	Avant de lancer les inscriptions	Prévoir les dates auxquelles pourrait avoir lieu l'activité d'intégration et le délai donné aux personnes participantes pour s'inscrire.	
<p><b>4</b></p> <p><b>La création du sondage d'inscription</b></p>	La personne organisatrice	Avant de lancer les inscriptions	<p>À partir des questions suggérées à l'<b>annexe 2</b>, créer un sondage sur <i>Microsoft Forms</i> (ou tout autre logiciel similaire).</p> <p>Ajout de plages horaires dans le choix de réponses de la question 8.</p>	Le formulaire d'inscription ( <b>annexe 2</b> )



Les tâches	Les personnes responsables	Les moments	Les précisions	Les documents de référence
<b>5</b> La préparation du courriel d'invitation pour lancer les inscriptions	La personne organisatrice	Avant de lancer les inscriptions	<p>À partir des questions suggérées à l'<b>annexe 2</b>, créer un sondage sur <i>Microsoft Forms</i> (ou tout autre logiciel similaire).</p> <hr/> <p>Ajout de plages horaires dans le choix de réponses de la question 8.</p>	Le formulaire d'inscription ( <b>annexe 2</b> )
<b>6</b> L'envoi du courriel 1 - invitation à participer à l'activité d'intégration	La personne organisatrice	Au moins un mois avant la période prévue pour l'activité	<p>Copier-coller le lien du formulaire d'inscription dans l'espace prévu du courriel 1.</p> <hr/> <p>Inscrire la date limite d'inscription dans l'espace prévue du courriel 1.</p>	Le courriel 1 – Invitation ( <b>annexe 3</b> )
<b>7</b> Le recueil des inscriptions	La personne organisatrice	Prévoir du temps pour traiter les inscriptions, fixer la date de l'activité, choisir ou rédiger l'histoire de cas.	À partir du lien copier -coller dans le courriel d'invitation, les personnes intéressées remplissent le formulaire d'inscription en ligne.	



Les tâches	Les personnes responsables	Les moments	Les précisions	Les documents de référence
<p>8</p> <p><b>La préparation du cas à analyser et du <i>Cahier de participation</i></b></p>	La personne animatrice et la personne organisatrice	Avant la fin de la période d'inscription	<p>Lire les trois propositions de cas soumises à l'<b>annexe 6</b> du présent guide d'animation et en choisir une pour la tenue de l'activité.</p> <hr/> <p>Dans le cas où la personne organisatrice préfère rédiger elle-même l'histoire de cas, composer le texte en respectant la forme (nombre de mots, structure) proposée dans les histoires de cas de l'<b>annexe 6</b>.</p> <hr/> <p>Choisir la version appropriée du <i>Cahier de participation</i> selon l'histoire de cas choisie. Si la personne organisatrice a écrit l'histoire de cas, l'intégrer au <i>Cahier de participation</i> qui contient une section « Histoire de cas » à remplir.</p>	<p>Dans le <i>Coffre à outils</i>, 4 versions du <i>Cahier de participation</i> sont disponibles :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cahier_ participation_ personnalisable</li><li>• Cahier_ participation_ Nahid</li><li>• Cahier_ participation_ Félix</li><li>• Cahier_ participation_ Eliott</li></ul>
<p>9</p> <p><b>La préparation du courriel 2 - confirmation de participation</b></p>	La personne organisatrice	Lorsque la période d'inscription est terminée	<p>Indiquer la date et l'heure de l'activité dans la section prévue à cet effet dans le courriel 2.</p> <hr/> <p>Planifier une réunion <i>Teams</i> avec l'adresse courriel des personnes participantes.</p> <hr/> <p>Copier-coller le lien de la réunion <i>Teams</i> à l'endroit prévu à cet effet dans le courriel 2.</p>	Le courriel 2 – Confirmation de participation ( <b>annexe 4</b> )

Les tâches	Les personnes responsables	Les moments	Les précisions	Les documents de référence
<p><b>10</b> L'envoi du courriel de confirmation de participation à l'activité d'intégration</p>	La personne organisatrice	Au moins 10 jours ouvrables avant la tenue de l'activité	<p>Copier-coller le texte du modèle de courriel 2 dans un courriel adressé aux personnes participantes inscrites.</p> <hr/> <p>Joindre le <i>Cahier de participation</i>.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le courriel 2 – confirmation de participation (<b>annexe 4</b>)</li> <li>Le <i>Cahier de participation</i> (dans le <i>Coffre à outils</i>)</li> </ul>
<p><b>11</b> La préparation et prise de connaissance de l'histoire de cas</p>	Les personnes participantes	Avant l'activité	Lire le cas présenté dans le <i>Cahier de participation</i> et répondre aux questions de préparation.	Le <i>Cahier de participation</i> (dans le <i>Coffre à outils</i> )
				
<p><b>12</b> La réalisation de l'activité d'intégration</p>	La personne scribe	Après l'activité	<p>Inscrire au propre les notes prises lors de l'activité dans le <i>Cahier de participation</i>. Si deux personnes ou plus prenaient des notes, les mettre en commun.</p> <hr/> <p>Enregistrer cette version du <i>Cahier de participation</i> sous le nom suggéré : « Cahier_de synthèse_année_mois_jour » en chiffres.</p>	Le <i>Cahier de participation</i> (dans le <i>Coffre à outils</i> )



Les tâches	Les personnes responsables	Les moments	Les précisions	Les documents de référence
<b>14</b> La création du sondage de satisfaction	La personne organisatrice	Après l'activité	À partir des questions suggérées à l' <b>annexe 7</b> , créer un sondage sur <i>Microsoft Forms</i> (ou tout autre logiciel similaire).	Le formulaire d'appréciation ( <b>annexe 7</b> )
<b>15</b> La remise du cahier de synthèse, les remerciements et le recueil des commentaires sur l'appréciation de l'activité	La personne organisatrice	Au plus tard un mois suivant l'activité	<p>Copier-coller le texte du modèle de courriel 3 dans un courriel adressé aux personnes qui ont participé à l'activité.</p> <hr/> <p>Joindre le cahier de synthèse contenant les notes mises au propre.</p> <hr/> <p>Copier-coller le lien du formulaire d'appréciation dans l'espace du courriel 3 prévu à cet effet.</p> <hr/> <p>Recueillir les commentaires des personnes participantes.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Courriel 3 – remerciements et synthèse (<b>annexe 5</b>)</li><li>• <i>Cahier de participation</i> (version synthèse) (dans le <i>Coffre à outils</i>)</li><li>• Lien vers le formulaire d'appréciation (lien à copier-coller dans le modèle de courriel 3 – <b>annexe 5</b>)</li></ul>



# L'animation de l'activité

UltraNan

## 3.1 Les rôles

### La personne organisatrice

- anime l'ouverture de la rencontre;
- annonce le travail en sous-groupe pour les groupes de plus de six personnes au moment de l'introduction de l'histoire de cas;
- s'assure du bon déroulement de l'activité.

### La personne animatrice

- anime les étapes du déroulement de l'activité d'intégration : l'introduction de l'histoire de cas, l'identification des obstacles et facilitateurs selon les 4R, l'application des bonnes pratiques dans le contexte de l'histoire de cas, l'application de l'approche sensible aux traumatismes dans les milieux de travail et la conclusion;
- s'assure que les discussions concernent les attitudes et les pratiques sensibles aux traumatismes et redirige les échanges si nécessaire;
- propose une prise de parole sur une base volontaire afin que les personnes puissent s'exprimer si elles le souhaitent et au moment qui leur convient.

### La personne scribe

- prend des notes lors de l'activité d'intégration et les met au propre après l'activité;
- effectue une courte synthèse des points importants qui ont été abordés par les personnes participantes après chaque étape du déroulement de l'activité et la partage oralement au fur et à mesure du déroulement de l'activité.

### Les personnes participantes

- participent activement à l'activité d'intégration;
- sont invitées à donner leur avis en remplissant le formulaire d'appréciation envoyé par courriel à la suite de la tenue de l'activité.

### La personne collaboratrice

- appuie, au besoin, la personne organisatrice dans ses tâches.

## 3.2 Le déroulement de l'activité

### L'ouverture de la rencontre

#### Les objectifs de l'étape (15 minutes)

1. Que les différentes personnes impliquées dans l'activité d'intégration puissent faire connaissance.
2. Que les personnes participantes comprennent le déroulement de l'activité.
  - La personne organisatrice ouvre la séance et présente la personne animatrice et la personne scribe.
  - Les personnes participantes se présentent dans un tour de table (nom, titre professionnel, milieu de travail).
  - La personne animatrice présente les étapes du déroulement de l'activité.

### L'introduction de l'histoire de cas

#### L'objectif de l'étape (15 minutes)

1. Que les personnes participantes soient en mesure d'identifier les expériences de vie adverses vécues et leurs conséquences dans la situation présentée dans l'histoire de cas.

La personne animatrice est responsable de cette étape. Il est conseillé de lire l'histoire de cas en groupe avant de commencer.

- Quelles sont les expériences de **vie adverses** vécues par la personne ?
- En lien avec ces expériences, à quelles conséquences la personne est-elle confrontée ?

### L'identification des obstacles et des facilitateurs selon les 4R

#### Les objectifs de l'étape (30 minutes)

1. Que les personnes participantes soient en mesure d'identifier les obstacles à appliquer les postulats fondamentaux de l'approche sensible aux traumatismes selon les éléments présentés dans l'histoire de cas.
2. Que les personnes participantes soient en mesure d'identifier les éléments qui facilitent l'application des postulats fondamentaux de l'approche sensible aux traumatismes selon les éléments présentés dans l'histoire de cas.

Pour faciliter les échanges, des exemples d'obstacles et de facilitateurs pour chaque postulat fondamental sont fournis dans le *Support de présentation*.



● **L'identification des obstacles (15 min)**

La discussion commence par un rappel des éléments qui peuvent représenter un obstacle à l'application de l'approche (conséquences vécues par la personne, attitudes des personnes professionnelles, limites institutionnelles) et un rappel des quatre postulats fondamentaux de l'approche (les 4R). Les définitions des 4R se trouvent dans le *Cahier de participation*.

- Quels sont les obstacles à l'application du postulat **réaliser l'ampleur des traumatismes et leur impact** ?
- Quels sont les obstacles à l'application du postulat **reconnaitre les conséquences des traumatismes psychologiques** ?
- Quels sont les obstacles à l'application du postulat **répondre aux besoins des personnes en intégrant les connaissances des traumatismes** ?
- Quels sont les obstacles à l'application du postulat **résister activement à raviver les traumatismes** ?

● **L'identification des facilitateurs (15 min)**

À ce moment, il n'est pas nécessaire de faire un rappel des éléments qui peuvent représenter un obstacle à l'application de l'approche (conséquences vécues par la personne, attitudes des personnes professionnelles, limites institutionnelles) et un rappel des quatre postulats fondamentaux de l'approche (les 4R). Il suffit d'expliquer que ces éléments seront abordés, mais du point de vue de ce qui facilite l'application des postulats fondamentaux de l'approche (les 4R).

- Quels sont les éléments qui facilitent l'application du postulat **réaliser l'ampleur des traumatismes et leur impact** ?
- Quels sont les éléments qui facilitent l'application du postulat **reconnaitre les conséquences des traumatismes psychologiques** ?
- Quels sont les éléments qui facilitent l'application du postulat **répondre aux besoins des personnes en intégrant les connaissances des traumatismes** ?
- Quels sont les éléments qui facilitent l'application du postulat **résister activement à raviver les traumatismes** ?

La personne scribe présente une courte synthèse des obstacles et des facilitateurs de l'application des postulats fondamentaux (les 4R) de l'approche sensible aux traumatismes qui ont été identifiés pendant la première partie de l'activité.

Pause suggérée d'environ 15 minutes



## L'application des bonnes pratiques dans le contexte de l'histoire de cas

### Les objectifs de l'étape (30 minutes)

1. Que les personnes participantes soient en mesure d'appliquer les six principes clés de l'approche sensible aux traumatismes à la situation présentée dans l'histoire de cas.
2. Que les personnes participantes soient en mesure de proposer des moyens et attitudes concrets pour appliquer les six principes clés.

La personne animatrice est responsable de cette étape du déroulement.

La discussion commence par un rappel des six principes clés. Les définitions des principes se trouvent dans le *Cahier de participation*. Afin de s'assurer que les six principes soient couverts au cours de la discussion, il est recommandé de procéder un principe à la fois en s'inspirant des questions suivantes :

- 1 ● **Comment le principe de sécurité** pourrait-il être mis davantage de l'avant dans les interventions auprès de la personne étudiante présentée dans l'histoire de cas ?  
**Réponses possibles :** l'aménagement des locaux, la manière dont sont abordées les informations sur les services, le matériel visuel visant la promotion des services, les structures d'accueil centrées sur la personne, la présence d'obstacles à l'accès aux services, l'importance du premier contact, etc.
- 2 ● **Comment le principe de confiance et de transparence** pourrait-il être mis davantage de l'avant dans les interventions auprès de la personne présentée dans l'histoire de cas ?  
**Réponses possibles :** la qualité des explications concernant les politiques, les procédures, les services, les modalités (incluant les possibilités et limites des services) et le rôle de la personne professionnelle, la place accordée aux questions de la personne aidée et la clarté et la transparence des réponses offertes, l'ajustement de la fréquence et des moments de rencontres selon les préférences de la personne aidée, etc.
- 3 ● **Comment le principe de soutien par les pairs** pourrait-il être mis plus de l'avant dans les interventions auprès de la personne dont la situation est présentée dans l'histoire de cas ?  
**Réponses possibles :** l'offre d'accompagnement d'une personne de confiance aux rencontres et d'informations sur les communautés d'entraide, la variété des espaces de soutien entre pairs au sein de l'établissement, etc.
- 4 ● **Comment le principe de collaboration et de mutualité** pourrait-il être mis plus de l'avant dans les interventions auprès de la personne présentée dans l'histoire de cas ?  
**Réponses possibles :** la collaboration avec la personne aidée pour élaborer les objectifs de services, la libre expression de son avis et de ses sentiments envers les services offerts, les conditions favorables à la collaboration (par ex. : la durée des rencontres, les mécanismes de consultation, etc.).

- 5 ● **Comment le principe de prise de pouvoir (d'empowerment)** pourrait-il être mis davantage de l'avant dans les interventions auprès de la personne présentée dans l'histoire de cas ?

**Réponses possibles :** la qualité des informations données sur les droits et responsabilités de la personne desservie, la discussion sur l'ensemble des options de services et de ressources, les encouragements à ce que la personne aidée choisisse ce qui lui convient le mieux, les interventions et interactions axées sur la reconnaissance des forces et de la capacité de résilience de la personne.

- 6 ● **Comment le principe de sensibilité aux différences culturelles, historiques et de genre** pourrait-il être mis davantage de l'avant dans les interventions auprès de la personne dont la situation est décrite dans l'histoire de cas ?

**Réponses possibles :** les procédures d'inscription qui permettent de tenir compte des différences identitaires, les procédures inclusives, les caractéristiques identitaires connues plutôt que présumées, le protocole d'entrevue, l'utilisation des pronoms d'usage choisis par la personne desservie, l'accès, au besoin, à des services d'un interprète, la réflexion sur les stéréotypes ou préjugés culturels ou identitaires auxquels les personnes intervenantes adhèrent, etc.

La personne scribe présente une courte synthèse de la discussion concernant l'application des bonnes pratiques dans le contexte de l'histoire de cas.

## L'application de l'approche sensible aux traumatismes dans les milieux de travail

### Les objectifs de l'étape (30 minutes)

1. Que les personnes participantes soient en mesure d'identifier les bons coups et les défis de l'application de l'approche dans leur pratique d'intervention en milieu de travail;
2. Que les personnes participantes soient en mesure de réfléchir aux enjeux se rapportant à la fatigue de la compassion et au trauma vicariant dans leur vie professionnelle.

Au début de la discussion, la personne animatrice précise que cette étape du déroulement de l'activité d'intégration vise à créer un espace d'échanges et de réflexions concernant les pratiques sensibles aux traumatismes dans la pratique d'intervention, le milieu de travail et la qualité de vie professionnelle des personnes participantes.

- Quels sont les éléments que vous avez mis en place dans votre pratique d'intervention ou dans votre milieu de travail qui favorisent l'approche sensible aux traumatismes ?
- Quels sont les défis concrets à l'application de l'approche sensible aux traumatismes dans votre pratique d'intervention ou dans votre milieu de travail ?
- Quels moyens mettez-vous en œuvre pour vous protéger de la fatigue de compassion ou d'un trauma vicariant ?

**Réponses possibles :** l'autosoin (prendre le temps de relaxer, demander et obtenir du soutien de ses collègues, etc.), l'adoption de stratégies de *coping* efficaces, l'expression de soi et la résolution de conflits (journal intime, méditation, etc.).

La personne scribe présente une courte synthèse de la discussion concernant l'approche sensible aux traumatismes dans les milieux de travail.

## La conclusion

### L'objectif de l'étape (15 minutes)

1. Que les personnes participantes soient en mesure de s'exprimer librement quant à leur appréciation de l'activité.

La personne animatrice est responsable de cette étape du déroulement.

Cette dernière discussion se veut constructive; la personne animatrice doit recueillir les commentaires dans une optique d'amélioration continue de l'activité d'intégration.

- **Retour sur les prises de conscience ou les acquis connexes lors de l'activité :**  
Est-ce que les discussions et réflexions vous ont permis de prendre conscience de certains éléments par rapport à votre vécu comme personne intervenante ?
- **Transférabilité à d'autres situations :**  
Comment les acquis réalisés aujourd'hui ou les réflexions que vous avez eues au cours de l'activité vous seront utiles dans d'autres contextes de votre rôle professionnel ?
- **Retour sur le processus et l'appréciation de l'activité :** Comment avez-vous trouvé le déroulement proposé lors de l'activité ?

Demander aux personnes participantes de remplir le formulaire d'évaluation de l'activité qui sera envoyé par courriel.

### 3.3 L'après-rencontre

- La personne organisatrice et la personne animatrice dressent le bilan de l'animation de l'activité : événements inattendus, points forts, points à travailler;
- La personne scribe fait parvenir ses notes à la personne animatrice et à la personne organisatrice. Les notes sont mises au propre le *Cahier de participation*.

### 3.4 La synthèse de l'activité

La personne scribe a la responsabilité de mettre au propre les notes prises lors de l'activité dans une copie du *Cahier de participation*. Cette copie du *Cahier de participation* peut être sauvegardée sous le nom « Cahier\_de synthèse\_année\_mois\_jour » en chiffres pour être envoyée aux personnes participantes en fichier joint dans le *Courriel 3 – Remerciements et synthèse*.

### 3.5 Le recueil des commentaires sur l'activité d'intégration

Le formulaire d'appréciation de l'activité d'intégration sert à recueillir les commentaires des personnes participantes. La personne organisatrice crée un sondage en ligne, insère le lien de partage dans le *Courriel 3 – Remerciements et synthèse* et collecte les réponses. Les questions suggérées pour la création du sondage d'appréciation sont indiquées à l'**annexe 7**.





# Les annexes



## Annexe 1: le Coffre à outils

### Le Coffre à outils comprend :

**Une affiche promotionnelle** destinée aux personnes invitées à une séance prévue de l'activité d'intégration.

---

**Le présent Guide d'animation** contenant toutes les informations nécessaires pour organiser l'activité d'intégration.

---

**Le Cahier de participation** contenant le déroulement de l'activité d'intégration, l'histoire de cas, les questions de préparation, les définitions des 4R et des six principes, des espaces pour la prise de notes ainsi qu'une bibliographie suggérée. Le *Cahier de participation* est disponible en quatre versions (uniquement l'histoire de cas diffère entre les versions) :

- **La version personnalisable** permettant l'ajout d'une histoire de cas par la personne organisatrice.
  - **La version Nahid** présentant une histoire de cas sur un parcours migratoire en contexte de violence conjugale.
  - **La version Félix** présentant une histoire de cas sur un parcours marqué par les conséquences d'un diagnostic de TDAH et de violence subie.
  - **La version Elliott** présentant une histoire de cas sur une VACS subie en contexte de transition de genre.
- 

**Le Support de présentation** permettant d'animer l'activité d'intégration.



## Annexe 2 : le formulaire d'inscription

### Formulaire d'inscription

Formulaire d'informations à remplir pour l'inscription à l'activité d'intégration de la formation *L'approche sensible aux traumatismes : au cœur d'une intervention faite de douceur et de compassion*.

1. Prénom

2. Nom

3. Courriel institutionnel

4. Confirmation du courriel institutionnel

5. Courriel alternatif

6. Dans quel établissement travaillez-vous ?

7. Actuellement, quel est le titre de votre emploi principal ?

8. Parmi ces choix, veuillez inscrire quelles sont vos disponibilités pour participer à l'activité d'intégration incluant deux heures trente minutes de rencontre et une heure de préparation...

**Le choix de réponses est à compléter par la personne organisatrice.**

Merci de votre intérêt envers l'activité d'intégration de la formation *L'approche sensible aux traumatismes : au cœur d'une intervention faite de douceur et de compassion*. Dans les semaines à venir, nous communiquerons avec vous par courriel afin de vous donner la date, l'heure et les étapes de préparation nécessaires de l'activité.



## Annexe 3 : le courriel 1 Invitation

### Objet : Invitation à participer à l'activité d'intégration de la formation sur l'approche sensible aux traumatismes

Bonjour,

Merci d'avoir complété la formation *L'approche sensible aux traumatismes : une intervention faite de douceur et de compassion*.

À présent, nous vous invitons cordialement à participer à l'activité d'intégration de la formation. L'objectif principal est de créer un milieu d'échange sur les obstacles et les solutions à envisager pour l'adoption de pratiques sensibles aux traumatismes. La date de l'activité d'intégration sera déterminée selon vos disponibilités et préférences. Une question est prévue à cet effet dans le formulaire d'inscription.

#### Comptez-vous participer ?

Les inscriptions seront recueillies à l'aide de ce formulaire jusqu'au **(à compléter, date limite d'inscription) : copier-coller le lien vers votre formulaire d'inscription**

#### À qui s'adresse l'activité d'intégration ?

À toutes les personnes intervenantes des milieux d'enseignement supérieur qui ont suivi la formation sur l'approche sensible aux traumatismes.

#### En quoi consiste l'activité d'intégration :

L'activité d'intégration est animée par une personne intervenante qualifiée et est inspirée de l'approche pédagogique de l'étude de cas. En petit groupe, les personnes participantes discutent à partir d'une histoire de cas afin d'identifier les défis et les bons coups dans la pratique de l'approche sensible aux traumatismes en milieu d'enseignement supérieur.

#### Durée et modalité :

D'une durée de deux heures trente minutes, l'activité sera offerte **(à distance ou en présentiel)**. La date sera déterminée selon les disponibilités des personnes participantes. Merci d'inscrire vos préférences dans le formulaire d'inscription.

#### Pour information

**Nom de la personne organisatrice**  
**Fonction**  
**Établissement**  
**Adresse professionnelle**  
**Numéro de téléphone professionnel**  
**Courriel**



## Annexe 4 : le courriel 2 Confirmation de participation

### Objet : Confirmation de participation à l'activité d'intégration de la formation sur l'approche sensible aux traumatismes

Bonjour,

La présente est pour vous informer que l'activité d'intégration de l'approche sensible aux traumatismes aura lieu le **(date)** de **(heure)** à **(heure)**, **(indiquer en ligne ou en présentiel)**.

Pour participer, merci de cliquer sur ce lien :  
**(copier-coller le lien de la réunion Teams)**

**OU**

Lieu de l'événement :  
**(inscrire l'adresse)**

Vous trouverez ci-joint le cahier de participation. Il est important de lire attentivement l'histoire de cas **avant** la tenue de l'activité d'intégration et de répondre aux questions de préparation. Vous trouverez également un espace pour prendre des notes lors de l'activité.

Au total, il faut prévoir environ **une heure** pour la préparation à l'activité.

Une synthèse de l'activité d'intégration vous sera envoyée dans les semaines qui suivront l'activité.

Merci et au plaisir de faire votre connaissance,

#### Pour information

**Nom de la personne organisatrice**  
**Fonction**  
**Établissement**  
**Adresse professionnelle**  
**Numéro de téléphone professionnel**  
**Courriel**



## Annexe 5 : le courriel 3 Remerciements et synthèse

### Objet : Remerciements et synthèse de votre participation à l'activité d'intégration de l'approche sensible aux traumatismes

Bonjour,

Nous tenons à vous remercier sincèrement d'avoir participé à l'activité d'intégration de l'approche sensible aux traumatismes. Votre participation a permis d'enrichir les discussions sur les manières de favoriser les pratiques sensibles aux traumatismes dans l'intervention en milieu d'enseignement supérieur.

En pièce jointe de ce courriel, vous trouverez un document synthèse de l'activité.

Dans une visée d'amélioration continue de l'activité, nous vous invitons à remplir, de façon anonyme, ce formulaire servant à évaluer votre appréciation de l'activité :

**(copier-coller le lien vers le formulaire d'appréciation).**

#### Pour information

Nom de la personne organisatrice  
Fonction  
Établissement  
Adresse professionnelle  
Numéro de téléphone professionnel  
Courriel

Document à mettre en  
pièce jointe au courriel :  
**Cahier de synthèse**



## Annexe 6 : Les histoires de cas

### Immigration et violence: le parcours de Nahid

Prénom ..... **Nahid**  
 Âge ..... **28 ans**  
 Domaine d'études ..... **Génie chimique**  
 Niveau d'études ..... **doctorat**

Depuis son enfance, le père de Nahid a statué qu'elle poursuivrait une carrière comme ingénieure. C'est d'ailleurs cet objectif qui a fortement influencé son choix d'époux pour sa fille. L'homme qu'il a choisi aspirait à poursuivre des études au Canada dans une université reconnue pour sa faculté de génie. Même si Nahid n'avait pas envie de se marier ni d'aller étudier à l'étranger, il n'était pas imaginable pour elle d'aller à l'encontre des volontés de son père qui avait toujours pris les décisions pour elle. Elle l'affectionnait et ne voulait pas lui manquer de respect. Sa mère était une femme discrète qui ne démontrait pas beaucoup d'affection à ses enfants. Dans la famille, le droit de parole des femmes n'était pas du tout encouragé. Peu de temps après son mariage, Nahid avait déposé une demande pour un permis d'études au Canada. Elle appréhendait son départ et craignait particulièrement d'être séparée de ses deux sœurs dont elle est très proche.

Depuis son arrivée au Canada il y a six mois, Nahid vit dans un petit appartement avec son mari. Sa relation de couple est loin de celle qu'elle avait espérée, mais le divorce n'est pas concevable puisqu'il infligerait une profonde honte à sa famille. Elle n'ose pas parler de ses problèmes conjugaux et se sent très seule. Elle peut difficilement faire des activités qu'elle apprécie, par exemple, la randonnée en forêt, puisque son mari l'oblige à rester à la maison dans ses temps libres. Il insiste également pour être présent lorsqu'elle appelle ses sœurs pour leur donner des nouvelles. Il fouille souvent dans son cellulaire et se met en colère si elle reçoit des messages provenant de collègues de classe. En ce qui concerne ses études, Nahid ne se sent pas à la hauteur, tant sur le plan scolaire que sur le plan social. Elle vit énormément d'anxiété, ce qui lui cause notamment une perte d'appétit et de l'insomnie. Elle ressent un manque de motivation ainsi que des difficultés à se mettre à la tâche et à se concentrer.

Dans les derniers mois, Nahid a eu plusieurs rencontres avec son directeur de recherche avec qui elle était incapable de discuter d'une première version des objectifs de son projet de recherche doctoral et encore moins des raisons de son retard dans la remise de certains travaux. Ce dernier lui propose donc de rencontrer une personne du Service de psychologie et d'orientation de l'université. Il lui mentionne que ce soutien professionnel pourrait l'aider quant à la gestion de son temps et de ses tâches à accomplir. Nahid fait ainsi une demande de consultation en spécifiant qu'elle souhaite obtenir des moyens pour être plus productive. Lors de son évaluation initiale avec Stéphanie, conseillère en intervention psychosociale, Nahid a plusieurs épisodes de pleurs incontrôlables. Elle s'excuse constamment et blâme la fatigue de fin de session. Lorsque Stéphanie lui pose des questions sur son vécu personnel, Nahid semble inconfortable et donne des réponses très vagues. Elle recentre systématiquement la conversation sur son désir de productivité et sur son parcours doctoral. Elle accepte toutefois de poursuivre son suivi avec Stéphanie la semaine suivante.



## Annexe 6 : Les histoires de cas TDAH et conséquences de la violence : le défi de Félix

Prénom ..... **Félix**  
 Âge ..... **18 ans**  
 Domaine d'études ..... **Techniques d'éducation spécialisée**  
 Niveau d'études ..... **cégep**

Lors de ses premières années de vie, Félix habitait seul avec sa mère. Il n'avait aucun contact avec son père qui avait quitté cette dernière dès l'annonce de sa grossesse. La mère de Félix était aimante à son égard, mais elle éprouvait certaines difficultés à s'en occuper seule. Elle aspirait à trouver un partenaire de vie et enchaînait les fréquentations. Lorsque Félix a eu 10 ans, elle s'était mise en couple avec un homme qui semblait sympathique et bienveillant. Cependant, il profitait régulièrement de l'absence de la mère pour avoir recours à la violence physique envers Félix. Chaque fois, Félix pensait qu'il était responsable et à blâmer pour ces punitions corporelles. Il n'a par conséquent jamais dévoilé à sa mère la violence qu'il a subie, même après la séparation du couple au bout de deux ans. À ce jour, il tente de vivre sa vie comme si les agressions ne s'étaient jamais produites. Durant son parcours au primaire et au secondaire, Félix a vécu plusieurs difficultés liées à son comportement parfois turbulent et a connu des fluctuations dans ses résultats scolaires. Ses problèmes l'ont mené à plusieurs consultations auprès de professionnels de la santé qui ont établi un diagnostic de trouble de l'attention avec hyperactivité (TDAH) alors qu'il venait d'avoir 14 ans.

En apparence, Félix semble plutôt bien se porter et s'adapter à son entrée au cégep. Il a une vie sociale bien remplie et participe activement en classe. Les gens qui le côtoient apprécient son humour et son empathie. Toutefois, depuis qu'il a suivi une séance du cours Psychologie de l'enfance dédiée aux conséquences de la violence subie, Félix se sent de plus en plus submergé par son ressenti. Il lui arrive fréquemment d'avoir des palpitations cardiaques et d'avoir le souffle court. Il souffre de plus en plus de maux de tête et de ventre, au point d'avoir parfois de la difficulté à effectuer ses travaux. Il en conclut que ces problèmes doivent émerger en raison de son TDAH et qu'il s'adapte peut-être moins bien qu'il pensait à sa nouvelle réalité scolaire. Il décide donc d'écrire aux services adaptés de son cégep et obtient un rendez-vous le mois suivant avec Mathias qui travaille comme conseiller en services adaptés. Félix espère que Mathias pourra lui offrir des mesures d'adaptation pour l'aider à mieux gérer les symptômes désagréables et envahissants qu'il éprouve.

Lors de sa première rencontre avec Mathias, Félix lui explique ses soudaines difficultés à s'adapter à sa nouvelle réalité scolaire. Il spécifie que le début de la session s'est bien déroulé, mais que depuis quelques semaines, il se sent de moins en moins bien. Mathias et Félix discutent des mesures d'adaptation applicables dans son cas, dont la possibilité de sortir de la classe pour gérer ses symptômes d'anxiété. Lorsqu'il aborde son incapacité à effectuer un travail qu'il doit remettre dans le cadre du cours Psychologie de l'enfance, Félix se met à paniquer. Il réplique vivement qu'il préférerait reprendre ce cours lors d'une prochaine session. Mathias mentionne que cette décision peut attendre un peu et aide Félix à retrouver un état plus calme. Lorsque Félix recommence à respirer normalement, Mathias lui propose une seconde rencontre afin d'établir un plan d'action concret. Il lui parle aussi de la possibilité de consulter une personne professionnelle de l'équipe psychosociale. Félix précise qu'il n'a pas besoin d'aide psychologique, seulement de mesures d'adaptation et quitte le bureau hâtivement.



## Annexe 6 : Les histoires de cas

### Eliott : le fardeau d'une agression sexuelle en contexte de transition de genre

Prénom ..... Eliott  
 Âge ..... 17 ans  
 Domaine d'études ..... Sciences de la nature  
 Niveau d'études ..... cégep

Eliott a eu une enfance privilégiée tant aux niveaux socioéconomique que familial. La période de l'adolescence a toutefois été difficile. À 15 ans, Eliott a fait son *coming out* (transition sociale) en tant que personne transgenre et il n'a pas bien été accueilli par ses proches et par ses pairs à l'école. Il subissait les moqueries de ses pairs et a même perdu sa meilleure amie. L'annonce a également été difficile pour sa mère qui se trompait souvent de prénom et de pronom, mais elle fournissait des efforts d'adaptation afin que son fils se sente validé dans sa transidentité. Les mois suivants l'annonce de sa transition, Eliott a été harcelé en ligne par des jeunes de son quartier. Eliott s'entraînait en salle de musculation pour développer sa masse musculaire et ainsi être plus facilement perçu, par son entourage, comme un garçon. Au mois de janvier de sa dernière année de secondaire, il a suivi un traitement à la testostérone et commence à voir les effets tels que la mue de sa voix et la pousse d'une moustache. L'hormonothérapie a vraiment un impact positif sur sa santé mentale puisque les gens ne se trompent presque plus sur son genre. Eliott est en attente d'une mastectomie et des documents légaux attestant son changement de prénom et de genre. Il commence bientôt un programme en sciences de la nature au cégep qui le motive grandement.

Lors de son premier cours, Eliott arrive tôt dans sa classe de littérature pour informer son enseignant qu'il a changé de prénom et pour vérifier si sa liste de présence est à jour. Un étudiant nommé Adam est assis au fond de la classe, mais Eliott pense qu'il n'a rien entendu de sa demande. Quelques jours plus tard, Eliott reste tard au cégep pour étudier. Quand il croise Adam à la salle de bain, ce dernier lui dit : « Hey ! Tu as eu tes opérations ? » et passe sa main sur l'entrejambe d'Eliott qui fige. Il éprouve de la difficulté à saisir ce qui vient de se passer. Les cours de littérature suivants, Eliott arrive à la dernière minute et ne participe pas. Il ne parle plus à personne au cégep, mis à part son amie Julia. Il semble toujours préoccupé et a perdu son sens de l'humour habituel. Julia partage avec lui ses inquiétudes puisqu'elle trouve qu'il a changé récemment. Eliott se met alors à pleurer, mais n'arrive pas à lui dévoiler quoique ce soit. Julia lui propose de faire une demande d'aide aux services psychosociaux du cégep, ce qu'il accepte.

Quelques jours plus tard, Julia accompagne Eliott lors de son premier rendez-vous avec Éliane, agente de service social. Lorsque Éliane l'interroge sur les raisons pour lesquelles Eliott désire consulter, il demeure silencieux et évite son regard. Julia affirme qu'elle est préoccupée par le comportement de son ami qui fuit les interactions sociales, qui n'est plus autant impliqué dans ses études et qui est très sensible et irritable. Quand Éliane demande à Eliott ce qu'il pense des observations de son amie, des larmes lui montent aux yeux et il se cache le visage avec ses mains. Julia le prend dans ses bras et Éliane l'encourage à vivre ses émotions. À la fin de la rencontre, Eliott mentionne qu'il ne sait pas s'il veut reprendre un rendez-vous et indique à Éliane qu'il va la recontacter à ce sujet.

#### Coming out

« Processus par lequel une personne trans révèle, exprime et confirme son identité de genre et l'intègre dans sa vie personnelle et sociale. »

Ministère de l'Éducation, 2021, p.5\*

#### Transgenre

« Personne dont le sexe assigné à la naissance ne correspond pas, en totalité ou en partie, à l'identité de genre ressentie. »

Ministère de l'Éducation, 2021, p.6\*

\* Référence complète :  
 Ministère de l'Éducation. (2021).  
 Pour une meilleure prise en compte de la diversité sexuelle et de genre. <https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/4338199>

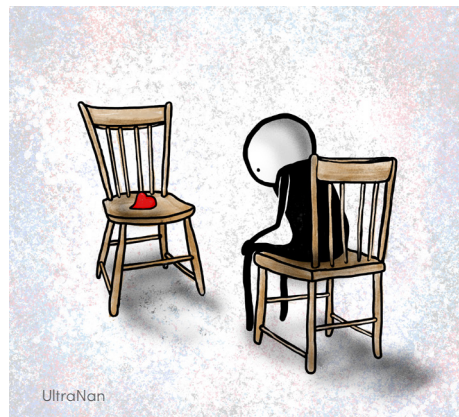
## Annexe 7 : le formulaire d'appréciation

### Formulaire d'appréciation

1. Quels sont les éléments de l'activité d'intégration que vous avez le plus appréciés ?  
Et pour quelle(s) raison(s) ?

2. Quels sont les éléments de l'activité d'intégration que vous avez le moins appréciés ?  
Et pour quelle(s) raison(s) ?

3. Y a-t-il des thématiques qui n'ont pas été abordées et que vous auriez souhaité retrouver dans l'activité d'intégration ? Si oui, laquelle ou lesquelles ?



# L'approche sensible aux traumatismes :

activité d'intégration pour favoriser  
une intervention empreinte de douceur  
et de compassion

Guide d'accompagnement  
pour l'organisation d'une rencontre sur l'adoption  
de pratiques sensibles aux traumatismes