



*Fondation canadienne  
de la recherche en psychiatrie*

# Quand ça ne va pas à

*Aide aux familles*



## **Plus qu'un don, un investissement dans la santé de nos communautés.**

Voilà comment nous considérons notre partenariat avec la Fondation canadienne de la recherche en psychiatrie. Les sommes versées par The Frank Cowan Foundation sont investies dans la santé et le bien-être des familles de nos communautés.

The Frank Cowan Foundation existe grâce au succès du groupe d'assurances Cowan et de nos sociétés en activité : Frank Cowan Company, Cowan Insurance Brokers et Cowan Wright Beauchamp. Nous sommes fiers de contribuer à la réalisation de ce guide, qui propose aux parents des stratégies pour venir en aide aux êtres qui leur sont le plus chers – leurs enfants.

Notre philosophie est la suivante : non seulement nous participons à un projet qui fournit des ressources précieuses, mais nous cherchons à résoudre des problèmes qui vous tiennent à cœur, qui touchent nos clients, nos partenaires commerciaux et nos employés.

Ce qui compte pour vous, compte pour nous.



**Ce qui compte pour vous, compte pour nous.**

---

**The Frank Cowan Foundation**  
4, rue Cowan est, Princeton (Ontario) N0J 1V0  
Téléphone : (519) 458-4331  
Télécopieur : (519) 458-8313  
[www.cowanfoundation.ca](http://www.cowanfoundation.ca)

# Introduction

Ce livret a été conçu comme complément à l'ouvrage intitulé *Quand ça ne va pas : Aide aux enseignants aux prises avec des élèves en difficulté*. Il contient des stratégies utiles pour aider les parents, les aidants et les autres membres de la famille à vivre avec un enfant ou un adolescent qui affiche des perturbations de l'humeur, du comportement ou de la pensée (p. ex. retrait social, désorganisation de la pensée, hostilité, agressivité, agitation) et à l'accompagner dans ses efforts pour surmonter ses difficultés.

Vivre avec un enfant présentant un problème de comportement est très éprouvant pour la famille, mais en tant que parents, il faut reconnaître avec empathie que la situation est encore plus stressante pour l'enfant. Elle met également sous tension les enseignants, les entraîneurs, les amis et les proches. Par exemple, il n'est pas rare que l'enfant ou ses frères et sœurs soient la risée des autres. Plus le comportement est perturbateur ou inadapté, plus le stress se fait sentir dans l'entourage.

Anxiété et troubles  
anxieux

Autisme et troubles  
du spectre autistique

Trouble de  
personnalité limite  
(borderline)

Troubles des  
conduites  
alimentaires

Troubles du contrôle  
des impulsions

Troubles de  
l'humeur


Schizophrénie

Suicide

Syndrome de Gilles  
de la Tourette

Alliance avec votre  
professionnel  
de la santé

Ressources




Vous vous êtes sans doute demandé un jour si le comportement de votre enfant était normal ou s'il serait bon de demander de l'aide. Bien souvent, les problèmes de comportement sont temporaires et s'inscrivent dans le processus normal de croissance, mais dans certains cas, ils traduisent un trouble mental. Un trouble mental est un dérèglement du fonctionnement du cerveau qui perturbe l'humeur, le comportement ou la pensée. Les troubles spécifiques sont diagnostiqués à l'aide de critères reconnus à l'échelle mondiale.

Sachez que tous les comportements et pathologies abordés dans ce livret se situent le long d'un continuum allant de normal (quoique exaspérant ou préoccupant) à grave, avec divers degrés de fréquence, d'intensité et de durée. Plus le comportement est fréquent, intense et persistant, plus il est probable que vous devrez consulter un professionnel de la santé.

Le comportement, l'humeur et la cognition sont des fonctions mentales extrêmement complexes faisant intervenir une foule de facteurs internes

(génétique, réponses acquises) et externes (situations sociales, traumatismes). Les troubles mentaux, tels que nous les comprenons aujourd'hui, résultent du fonctionnement anormal des parties du cerveau qui gouvernent le comportement, l'humeur et la pensée. La nature du trouble mental est définie par le type d'anomalies dans chacune de ces régions. Les recherches effectuées ces dernières années ont permis de déterminer diverses anomalies de structure et de fonctionnement et des découvertes sont faites constamment grâce aux progrès de l'imagerie médicale. Diverses théories neurobiologiques ont été proposées et testées à l'aide de ces nouvelles méthodes expérimentales et les connaissances ne cessent d'avancer.

Si votre enfant a un trouble mental, dites-vous que vous n'êtes pas la seule personne aux prises avec ce problème. Environ vingt pour cent de la population souffre de maladie mentale, soit une personne sur cinq au Canada. La cause précise de la plupart des troubles mentaux n'a pas encore été élucidée, mais de nombreux facteurs interviennent, notamment la génétique et



l'environnement, et les recherches vont bon train. La Fondation canadienne de la recherche en psychiatrie, auteur de ce guide, a justement fait de la santé mentale sa priorité.

On sait par contre que la maladie mentale **n'est pas la faute des parents ni un signe de faiblesse de caractère**, et la bonne nouvelle est que si le problème est détecté et traité à ses débuts, le pronostic est nettement plus favorable pour l'enfant. Comme pour toute maladie infantile, le diabète ou l'épilepsie par exemple, un diagnostic, un traitement et un soutien précoces facilitent énormément la prise en charge du trouble à longue échéance et aident les enfants à mener une vie normale.

Il y a beaucoup de « remèdes » contre les troubles mentaux sur le marché. Toutefois, très peu ont été soumis à une évaluation scientifique rigoureuse et se sont révélés efficaces. Donc, lorsque vous êtes en quête d'un traitement, recherchez toujours les preuves de son efficacité et ses effets secondaires possibles. Demandez conseil à des professionnels réputés et renseignez-vous auprès de sources fiables. Si vous avez des doutes concernant le

diagnostic ou le traitement, n'hésitez pas à consulter un deuxième médecin.

Ce n'est pas toujours facile d'obtenir le traitement et le soutien qui conviennent à votre enfant. Dans vos démarches pour obtenir le bon diagnostic ou trouver les services offerts dans votre communauté, vous vous heurterez sans doute à plusieurs obstacles; ce guide a été conçu pour vous faciliter la tâche. Il existe une foule de renseignements sur la santé mentale et les troubles mentaux, et il est parfois difficile de s'y retrouver. Voici quelques pistes de recherche.

# Ce livret a un triple usage

Ce livret a un triple usage :

- 1. Si vous avez des doutes sur l'état mental de votre enfant, il confirmera que son comportement est normal pour son âge et son stade de développement.** Les stratégies suggérées dans chaque section vous seront néanmoins utiles pour élaborer une méthode cohérente de gestion du comportement et réduire votre anxiété et celle de votre enfant.
- 2. Il répond à la question : quand demander de l'aide? N'oubliez pas que cet ouvrage ne constitue pas un outil diagnostique et qu'il n'aborde pas tous les troubles mentaux.** Le diagnostic et le traitement des troubles décrits sont complexes et doivent être entrepris par des médecins et des thérapeutes ayant les compétences requises. La section Alliance avec votre professionnel de la santé contient plus de renseignements sur ces spécialistes et des conseils pour vous y retrouver dans le dédale du système des soins de santé mentale.

Gestion des problèmes de comportement chez l'enfant

Anxiété et troubles anxieux

Autisme et troubles du spectre autistique

Trouble de personnalité limite (borderline)

Troubles des conduites alimentaires

Troubles du contrôle des impulsions

Troubles de l'humeur


Schizophrénie

Suicide

Syndrome de Gilles de la Tourette

Alliance avec votre professionnel de la santé

Ressources



**3. Si votre enfant a déjà été diagnostiqué, vous y trouverez des stratégies pratiques ainsi que des ressources et des groupes de soutien communautaires.** Ces stratégies s'harmonisent avec celles qui sont décrites dans le livret du même titre à l'intention du personnel enseignant. En utilisant les deux guides et avec la collaboration de l'enseignant de votre enfant, vous serez en mesure de mettre en œuvre une stratégie d'intervention intégrée.

Il faut souvent une équipe multidisciplinaire d'intervenants – parents, enseignants, personnel de soutien à l'enseignement (psychologues, travailleurs sociaux, orienteurs, comportementalistes, orthophonistes, intervenants jeunesse), infirmières du service de santé publique et autres professionnels de la santé – pour prodiguer un soutien optimal aux enfants et aux adolescents.

# Contenu

Ce livret comporte plusieurs sections que vous pouvez consulter séparément. Chaque section est consacrée à un trouble ou une famille de troubles mentaux et donne une brève description, les caractéristiques comportementales, des suggestions de stratégies et quelques ressources. Vous trouverez à la fin une liste plus complète d'organismes et de sources d'information ainsi qu'un bon de commande. Veuillez noter que toutes les données et statistiques contenues dans ce livret s'appuient sur la documentation scientifique disponible au moment de la publication.

## Table des matières

### **Gestion des problèmes de comportement chez l'enfant**

#### **Anxiété et troubles anxieux**

- Anxiété généralisée
- Trouble obsessionnel-compulsif
- Trouble panique
- État de stress post-traumatique
- Anxiété de séparation
- Phobie sociale

#### **Autisme et troubles du spectre autistique**

#### **Trouble de personnalité limite (borderline)**

#### **Troubles des conduites alimentaires**

- Anorexie mentale et boulimie

#### **Troubles du contrôle des impulsions**

- Trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité
- Trouble des conduites
- Trouble oppositionnel avec provocation

#### **Troubles de l'humeur**

- Trouble affectif bipolaire
- Dépression

#### **Schizophrénie**

#### **Suicide**

#### **Syndrome de Gilles de la Tourette**

#### **Alliance avec votre professionnel de la santé**

#### **Ressources**

#### **Bon de commande :**

**Quand ça ne va pas –**

**Aide aux enseignants**

**Quand ça ne va pas –**

**Aide aux familles**

# Remerciements

Nous désirons exprimer notre gratitude à toutes les personnes qui ont contribué à ce projet.

*Andrea Drynan*

Présidente, Comité du projet jeunesse  
Enseignante itinérante, spécialiste du comportement  
Commission scolaire du district de Toronto

*Cheryl Drynan*

Présidente, Comité du projet famille

*Krista Saleh*

Directrice de projet  
Fondation canadienne de la recherche en psychiatrie

## COMITÉ DU PROJET FAMILLE – COLLABORATEURS ET RÉDACTEURS

*Cheryl Drynan*

Présidente, Comité du projet famille

*Valerie Argue*

Rédactrice en chef

*Lindsay Bisiker*

Assistante en recherche, département de psychologie, étudiante en propédeutique médicale  
Université du Vermont

*Lorna Blumen*

Résolution de conflits et consultante en prévention de l'intimidation  
Réseau d'éducation des parents

*Jane Carter*

Animatrice bénévole  
Association des troubles de l'humeur de l'Ontario

*Amy Coupal*

Directrice, Outils pédagogiques en ligne  
Association ontarienne des troubles d'apprentissage

*Evelyn Freedman*

Consultante en éducation, Children's Aid Society of Toronto  
Conférencière, Institut d'études pédagogiques de l'Ontario–Université de Toronto

*Krista Saleh*

Directrice de projet  
Fondation canadienne de la recherche en psychiatrie

*Sandra Sharwood*

Comité de sensibilisation psychiatrique

*Barbara Wilson*

Comité de sensibilisation psychiatrique

# Remerciements

## GROUPES DE DISCUSSION

Sincères remerciements à tous les membres des groupes de discussion qui ont fourni de l'information concernant les besoins des parents et des aidants qui s'occupent d'enfants affichant des problèmes d'humeur, de comportement ou de pensée.

Un merci tout spécial à la Children's Aid Society of Toronto et à la Catholic Children's Aid Society of Toronto qui ont aidé à organiser les groupes de discussion avec les parents et les aidants dans le cadre de leurs réseaux.

## ANIMATRICES DES GROUPES DE DISCUSSION

*Rosanne Biocchi, Catholic Children's Aid Society of Toronto*

*Cheryl Drynan, Présidente, Comité du projet famille*

*Krista Saleh, Fondation canadienne de la recherche en psychiatrie*

*Debbie Schatia, Children's Aid Society of Toronto*

## CONSEILLERS MÉDICAUX

*Stanley Kutcher, MD, FRCP(C)*

Professeur de psychiatrie, doyen associé, division internationale de recherche et développement médical

Directeur, division internationale de psychiatrie, Université Dalhousie

Membre du comité consultatif, Institut des neurosciences, de la santé mentale et des toxicomanies

*Ellen L. Lipman, MD, FRCP(C)*

Pédopsychiatre et professeure agrégée, Département de psychiatrie et de neurosciences du comportement, Faculté des sciences de la santé, McMaster University et Halmilton Health Sciences

*Robert B. Zipursky, MD, FRCP(C)*

Professeur et titulaire de la chaire Tapscott des études sur la schizophrénie

Vice-président de la recherche, Département de psychiatrie, Université de Toronto

Directeur clinique du programme de schizophrénie, Centre de toxicomanie et de santé mentale

## RÉVISEURS ET COLLABORATEURS SPÉCIALISÉS

*Glenn Carley, MSW, RSW*

Travailleur social en chef

Commission scolaire du district catholique Dufferin-Peel

*Ruth Jones, BSc, DSPA, Reg. CASLPO*

Orthophoniste en chef

Commission scolaire du district catholique Dufferin-Peel

*Jan Lancaster, RN, BAAN, MHS (cand.)*

Responsable du programme de santé mentale

Santé publique de Toronto

# Remerciements

*Fred Mathews, PhD, CPsych*

Directeur de la recherche et du développement des programmes  
Central Toronto Youth Services

*Carolina McBride, PhD, CPsych*

Directrice de la recherche, Clinique de psychothérapie  
interpersonnelle, Centre de toxicomanie et de santé mentale  
Professeure adjointe, Université de Toronto  
Directrice du centre de thérapie cognitive et interpersonnelle

*Johanne Roberge, MD, FRCP(C)*

Responsable de l'équipe d'urgence psychiatrique  
Hospital for Sick Children

*Wendy E. Saleh, PhD, CPsych*

Psychologue

*Judith Schapira, CPsych*

Psychologue

*Richard A. Steffy, PhD, CPsych*

Professeur émérite, Clinique de psychologie  
Département de psychologie, Université de Waterloo

## AUTRES COLLABORATEURS

*Paul Arnold, MD, FRCP(C)*

Fellow, Service des troubles de l'humeur et des troubles anxieux  
chez l'enfant, Neurogénétique, Centre de toxicomanie et de santé  
mentale, Université de Toronto

*Paul Sandor, MD, FRCP(C)*

Professeur agrégé, Département de psychiatrie, Université de  
Toronto  
Directeur, Clinique de neurodéveloppement – syndrome de Gilles  
de la Tourette, Toronto Western Hospital  
Membre associé du département de développement humain et de  
psychologie appliquée, Institut des études pédagogiques de  
l'Ontario-Université de Toronto  
Directeur des études neuropsychiatriques, Youthdale Treatment  
Centres et Youthdale Research Institute

*Barbara Steep*

Consultante du projet  
Services d'éducation et d'information publiques  
Centre de toxicomanie et de santé mentale

*Patricia A. Prelock, PhD, CCC-SLP*

Professeure et présidente, Département des sciences de la  
communication  
Université du Vermont

## RÉDACTRICES / LECTRICES D'ÉPREUVES

*Valerie Argue, Lynn McAuliffe, Krista Saleh*

# Remerciements

## PARTENAIRES – LIVRET À L'INTENTION DES FAMILLES

*Children's Aid Foundation*

*Children's Aid Society of Toronto*

*Catholic Children's Aid Society of Toronto*



## PRINCIPAUX COMMANDITAIRES

*The Frank Cowan Foundation*

*La Fondation Trillium de l'Ontario*



## AUTRES COMMANDITAIRES

### Co-commanditaires :

*The Charles and Marilyn Gold Family Foundation*

*The EJLB Foundation*

*Hydro One*

*Janssen-Ortho Inc.*

*Corporation financière Mackenzie*

*TD Waterhouse Canada Inc.*

THE CHARLES AND MARILYN GOLD  
FAMILY FOUNDATION

THE EJLB  
FOUNDATION



### Donateurs :

*The Hospital for Sick Children Foundation*

*Lundbeck Canada Inc.*

*Pfizer Canada Inc.*

*Sanofi-Synthelabo Canada Inc.*

*The Toronto Star*



sanofi-synthelabo

THE TORONTO STAR

*Judy Hills*

Directrice générale et conseillère au projet

Fondation canadienne de la recherche en psychiatrie

# Investir dans nos communautés

La Fondation Trillium de l'Ontario, qui est l'une des plus importantes fondations subventionnaires de bienfaisance au Canada, collabore avec d'autres organismes pour faire des investissements stratégiques qui favorisent l'épanouissement de communautés saines et dynamiques en Ontario.

**THE ONTARIO  
TRILLIUM  
FOUNDATION**



**LA FONDATION  
TRILLIUM  
DE L'ONTARIO**

[www.trilliumfoundation.org](http://www.trilliumfoundation.org)

La Fondation Trillium de l'Ontario est fière de contribuer au guide à l'intention des familles de la Fondation canadienne de la recherche en psychiatrie par l'entremise des fonds versés à la *Children's Aid Foundation*.

---

La Fondation Trillium de l'Ontario, organisme relevant du ministère de la Culture, reçoit chaque année du gouvernement 100 millions de dollars provenant de l'initiative des casinos de bienfaisance de la province.



*Fondation canadienne  
de la recherche en psychiatrie*

Pour obtenir plus d'information  
ou faire un don, prière de contacter :

Fondation canadienne de la recherche en psychiatrie  
2, rue Carlton, bureau 1007  
Toronto (Ontario) M5B 1J3

Téléphone : 416-351-7757  
Télécopieur : 416-351-7765  
Courriel : [admin@cprf.ca](mailto:admin@cprf.ca)  
Web : [www.cprf.ca](http://www.cprf.ca)

ISBN 0-9734947-2-7