

Fiche descriptive

Gestion des émotions

Clientèle cible : Les ateliers s'adressent à des enfants ayant une hypothèse ou un diagnostic de TSA ou de TCSP, sans déficience intellectuelle, âgés entre 7 et 12 ans ainsi qu'à leurs parents.

Objectif pour les enfants :

- Utiliser des stratégies de gestion des émotions dans une situation concrète de la vie quotidienne.

Modalités pour les enfants :

- Une soirée d'accueil.
- 5 ateliers d'une durée d'environ 1h00.
- Les rencontres ont lieu généralement la fin de semaine, une fois par deux semaines.
- Les groupes comportent entre 6 et 10 enfants.

Objectifs pour les parents :

- S'assurer de l'utilisation de stratégies dans différents contextes de la vie quotidienne pour soutenir leur enfant dans la gestion des émotions.
- S'assurer que des stratégies efficaces pour son enfant soient généralisées dans ses différents milieux de vie (exemple : maison, milieu scolaire, camp de jour, répit).

Modalités pour les parents :

- 2 ateliers de 1h30 par Zoom juste pour eux.
- Le parent assiste aussi aux 5 ateliers des enfants.
- Le même parent doit assister à tous les ateliers.
- 4 appels de suivi entre les ateliers.
- Le parent s'engage à pratiquer les stratégies apprises en groupe et à faire les missions secrètes avec l'enfant.
- Une rencontre bilan est planifiée à la fin des ateliers

* Une séance d'information préalable obligatoire sera offerte pour les parents avant la session. Le choix des candidats retenus aura lieu suite à cette séance et les intervenants communiqueront avec les parents pour confirmer leur participation.

Fiche descriptive

Gestion des émotions

Thématiques des ateliers :

Pour les enfants :

- 5 émotions de base : la joie, le calme, la tristesse, l'anxiété et la colère.
- Le vocabulaire associé aux émotions de base.
- La reconnaissance des signes des émotions de base, des déclencheurs et de l'intensité chez l'enfant et chez les autres.
- Une connaissance de sa courbe de disponibilité maximale et de ce qui la fait fluctuer.
- Une meilleure compréhension des comportements des autres.
- Une démarche d'exploration et d'expérimentation de moyens pour maintenir et retrouver son calme.
- L'habileté à freiner la montée de certaines émotions.

Pour les parents :

- Comprendre et exprimer ses émotions (Tony Attwood).
- Le renforcement.
- L'anxiété.
- Comment soutenir la gestion des émotions à la maison.

Critères de participation à la modalité de groupe :

Critères d'inclusion :

- Avoir des besoins au niveau de la gestion des émotions de base.
- Avoir un diagnostic ou une hypothèse de TSA ou de TCSP.
- Avoir un fonctionnement intellectuel dans la moyenne (sans D.I.).
- Pouvoir fonctionner dans un groupe en se sentant concerné par les consignes/explications de groupe.
- Raconter des événements qui le concernent, même si cela nécessite qu'on le questionne.
- Avoir une amorce dans sa capacité de parler de ses pensées et de ses émotions.

Critères d'exclusion :

- Avoir des difficultés comportementales nuisant à la participation en groupe.
- Ne pas savoir lire.
- Ne pas communiquer avec des phrases de façon spontanée.
- Ne pas avoir la disponibilité pour rester assis et recevoir du contenu pour une durée de 20 minutes.