



# BESOINS PARTICULIERS, QUAND S'INQUIÉTER?

## 4 ÉTAPES CRUCIALES EN RÉPONSE À VOS 1001 QUESTIONS

PAR NADIA BUJOLD DE CO-CLINIQUE



Si vous en êtes à lire cet article, c'est que le bien-être de vos enfants vous tient à cœur. Que vous soyez parent ou professionnel, de la vieille époque ou nouveau genre, vient parfois le moment où les questionnements émergent (ou perdurent!) quant à cet enfant que l'on aime tant.

Face à l'abondance d'informations dans notre environnement, sur les réseaux sociaux et dans nos soupers de famille, on en vient à douter et ne plus savoir s'il est normal ou non de s'inquiéter... Voici donc quelques étapes simples, mais fondamentales, afin de guider votre réflexion.

[LIRE LA SUITE](#)

## Étape #1 Écouter son instinct

Je sais, ça paraît simpliste (voire ésotérique), mais c'est une étape cruciale et beaucoup plus importante que vous ne l'imaginez. Bien sûr, il peut arriver que l'on soit à côté de la plaque (les étapes suivantes nous le diront), mais la plupart du temps, votre petite voix n'a pas totalement tort. Dois-je vous rappeler que vous êtes la personne qui connaissez le mieux votre enfant?

## Étape #2 Échange et communication

Parlez de vos questionnements et de vos inquiétudes autour de vous. Osez demander à votre conjoint/e, vos parents, vos amis ou l'éducatrice de l'école ou la garderie. Ils sauront vous écouter, vous conseiller, partager leur point de vue ou orienter vos observations pour l'étape à venir.

Parfois, votre réseau pourra vous rassurer en normalisant ces étapes développementales désagréables mais (heureusement!) transitoires que sont le fameux terrible 2 ou l'adolescence... Disons-le, par moments, on a seulement besoin de savoir que nous ne sommes pas seuls!

À d'autres moments, votre réseau pourra confirmer ou infirmer vos questionnements afin de vous aider à y voir plus clair et vous assurer d'avoir plusieurs points de vue...

## Étape #3 Observation objective

Si vos inquiétudes perdurent dans le temps et qu'elles sont généralement partagées par votre entourage, il serait judicieux de préciser vos observations.

L'enfant

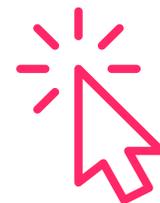
Le développement de l'enfant étant complexe et multidimensionnel, il est évidemment impossible de le réduire à quelques lignes. Il existe toutefois un outil des plus pratiques mis à notre disposition (gratuitement!) par le CHU Ste-Justine. Vous y trouverez toutes les sphères développementales de votre enfant, selon son groupe d'âge.

Groupes d'âge	Thématiques
De la naissance à 6 mois	Développement sensoriel et perceptif
6 mois à 1 an	Motricité globale
1 à 2 ans	Motricité fine
2 à 3 ans	Langage
3 à 4 ans	Cognitif
4 à 5 ans	Affectif
5 à 6 ans	Social
	Habiletés d'habillement, d'alimentation et d'hygiène



258\_TableausynthAse6-12ans.pdf (editions-chu-sainte-justine.org)

Groupes d'âge	Thématiques
6 ans	Motricité globale
7 ans	Motricité fine
8 ans	Langage
9 ans	Cognition
10 ans	Affectivité
11 ans	Socialisation
12 ans	Activités de la vie quotidiennes
	Tâches domestiques



Une fois dans le tableau, vous verrez si votre enfant atteint généralement les attentes liées à son âge ou s'il existe un écart significatif entre ce qui est attendu et ses compétences réelles. Bien sûr, chaque enfant est différent et évolue à son rythme, avec ses forces et ses limites selon différentes sphères de développement. Toutefois, lorsque l'écart est majeur ou qu'il se creuse dans le temps, malgré vos tentatives d'intervention, une consultation professionnelle s'avère pertinente. Il faut aussi garder en tête qu'une consultation rapide peut permettre d'agir en prévention et ainsi éviter qu'un léger retard ne se développe en trouble plus sérieux, lorsque c'est possible. Vos inquiétudes peuvent toucher plusieurs sphères de développement ou une seule, ce qui influencera également votre choix quant au professionnel à consulter. Référez-vous à l'étape #4 si vous songez à consulter pour votre enfant!

## **L'adolescent**

Pour vos plus vieux, chez qui l'on peut parfois soupçonner des difficultés sur le plan de la santé mentale, il est important d'ouvrir le dialogue et de porter attention aux indices suivants :

- Chute inexplicquée des résultats scolaires
- Isolement/évitement des interactions sociales avec les amis et la famille
- Changements d'humeur fréquents/brusques et marqués par une grande colère et/ou déprime
- Changements des habitudes alimentaires et de sommeil
- Consommation excessive (alcool et drogue)
- Fuite dans les écrans (jeux vidéo, réseaux sociaux)
- Désinvestissement/démotivation des activités autrefois appréciées
- Inquiétudes excessives (préoccupations intenses et récurrentes, scénarios catastrophes, craintes et anticipations, etc.)

Évidemment, tous ces signaux peuvent également s'inscrire dans le cadre du développement normal de votre adolescent qui construit sa propre personnalité et explore son identité. Toutefois, si ces changements sont intenses, qu'ils perdurent dans le temps, vous semblent inappropriés pour l'âge ou perturbent considérablement son fonctionnement, ils pourraient indiquer une problématique de santé mentale.

Peu importe l'âge de votre enfant, si vos observations traduisent une souffrance importante ou l'empêchent de fonctionner au quotidien, il est justifié de consulter. Lorsque vous entreprenez d'observer un comportement ou une sphère développementale en particulier, tentez de recueillir le plus d'informations objectives afin de préciser l'étendue des difficultés. Cela vous permettra peut-être de mettre en perspective le fait que la problématique est moins fréquente ou intense que vous ne le ressentiez.

Essayez de préciser le contexte des difficultés à partir des questions suivantes :

- Où vit-il ces difficultés?
- Avec qui?
- Quand (le moment de la journée ou de la semaine s'il y a lieu)?
- Quelles activités sont affectées?
- Qu'est-ce que j'ai déjà tenté comme intervention?
- Quel en était le résultat?

Inscrivez vos observations sur papier, cela vous aidera à clarifier votre pensée et pourrait vous être utile lors d'une éventuelle consultation professionnelle.

## Étape #4 Faire une demande de consultation

Lorsque vous en arrivez à la décision de consulter, armé de vos précieuses observations, vous pouvez;

- Vous orienter vers le médecin de votre enfant qui saura répondre à vos questions et vous référer au professionnel approprié;
- Effectuer une demande de consultation directement auprès du professionnel concerné par la situation;

*Pssst! Voici un article qui saura vous aider à cibler vers quel professionnel vous tourner :*  
**Article 2\_Grappe\_Coclinique\_F** ([cjemontcalm.qc.ca](http://cjemontcalm.qc.ca))



## Petit conseil dans l'attente de services professionnels

Il peut valoir la peine de faire un examen de routine en audiologie et en optométrie afin de vérifier la vision et l'audition de votre enfant. Certains professionnels apprécieront ces vérifications préalables qui leur permettent de cibler plus rapidement la cause des difficultés rencontrées.



La Grappe Éducative Montcalm a pour mission d'accompagner, d'encadrer et de soutenir les jeunes de 0 à 35 ans et leur famille dans un parcours d'éducation continu et intégré, en initiant un changement positif et inspirant dans le milieu. Le projet est piloté par le Carrefour jeunesse-emploi de Montcalm et rendu possible grâce à la collaboration de la MRC de Montcalm et du gouvernement du Québec.