



Stratégies de prévention et de postures de sécurité en cas de comportement - défi



Guide pratique de gestion des comportements-défis

Dans le cadre de votre activité professionnelle au sein du Gapas, vous pouvez être amenés à accompagner au quotidien des personnes présentant des comportements-défis. Ce livret vous est destiné pour vous accompagner dans la gestion de ces conduites à risque. Il a été conçu en se référant aux Recommandations des Bonnes Pratiques Professionnelles (RBPP) de la HAS et du modèle PCM (Professional Crisis Management).

Nous entendons par comportement-défis **un ensemble de manifestations dont l'intensité, la fréquence ou la durée compromet la sécurité physique ou le bien-être de la personne ou d'autrui**. Ces agissements peuvent également limiter significativement l'accès aux soins, services et activités ordinaires. Ils nécessitent une réponse adaptée et personnalisée de la part des professionnels accompagnants afin d'assurer la désescalade et la mise en sécurité de la personne, celle de ses pairs ainsi que la vôtre.

Pour répondre à ces situations complexes, vous trouverez dans ce guide **un ensemble d'outils et de préconisations pratiques selon les différents stades de crise** :

- *des techniques de prévention pour maintenir un fonctionnement stable,*
- *des stratégies de désescalade en cas de signes précurseurs,*
- *des postures de sécurité à adopter lorsqu'une crise survient,*
- *des recommandations pour gérer la phase d'après crise.*

Ce guide vient en complément et n'a pas vocation à remplacer **l'analyse fonctionnelle** du comportement de la personne accompagnée. L'analyse fonctionnelle doit rester votre outil de travail principal afin d'assurer une qualité d'accompagnement. Elle permet d'identifier les antécédents qui génèrent les troubles du comportements et mettre en place les stratégies de prévention limitant leur apparition (via notamment une grille ABC).

Vigilance : il est important de noter que chaque personne est unique, et les stratégies peuvent varier en fonction des besoins individuels.



Sensibilisation au continuum de crise selon le modèle PCM



Le fonctionnement stable : votre objectif est de **faciliter le maintien** de ce niveau de comportement très adapté.



La pré-crise : la personne commence à manifester **des signes inadaptés**. Votre objectif est d'aider la personne à diminuer les comportements inadaptés pour revenir au fonctionnement stable.



La crise : les troubles du comportement hétéro agressifs ou auto agressifs sont continus et d'**intensité élevée**. Votre objectif est d'interrompre rapidement le comportement.



La post-crise : c'est le **retour au calme** après une crise. Votre objectif est de reprendre l'activité interrompue au moment de la crise en utilisant l'ensemble des outils nécessaires à la compréhension de la personne et faciliter sa compliance.



Moyens d'anticipation et de prévention (pour limiter efficacement l'apparition de comportements problématiques) : **maintenir le fonctionnement stable**

La stratégie la plus efficace pour limiter l'apparition de troubles du comportement n'est pas la gestion de crise (c'est déjà trop tard) mais la prévention par l'anticipation.

Voici différentes stratégies proactives à mettre en place impérativement :



1. Faire des évaluations de renforçateurs régulièrement



2. Faire des sessions quotidiennes de pairing (optimisation des relations)



3. Toujours avoir le matériel adapté et individualisé pour chaque personne accompagnée (dans un sac à dos par exemple) à portée :



- *Prévisibilité du temps qui passe* (timer, système de jetons, sablier, time tracker : feu tricolore...),
- *Prévisibilité des étapes qui composent la journée* avec l'ensemble des informations dont chaque personne accompagnée a besoin en anticipant toute modification de routine telle que changement de professionnels, absence d'une autre personne accompagnée, changement d'activité, de lieux.... (planning visuel avec "maintenant-après", planning visuel à la demi journée ou journée entière),



- *Une économie de jetons* adaptée au niveau de compréhension de chaque personne accompagnée pour obtenir des renforçateurs individualisés (alimentaire, objet visuel, sonore, sensoriel, pression profonde, tablette...),



- *Moyens de communication à disposition* pour que chaque personne accompagnée puisse s'exprimer et faire des choix (classeur de communication par échange d'images, pictos sur tableau de choix, signes simplifiés, tablette, papier et crayon pour écrire...),



- *Prévisibilité de l'hypersensibilité auditive* : proposition du casque anti bruit, déplacement dans un endroit plus au calme...



4. Avoir une communication claire : utilisez une consigne à la fois avec **phrase courte et mots simples**. Évitez le langage abstrait ou excessivement complexe. Un seul interlocuteur à la fois.



5. Action d'anticipation sur l'espace : créer un environnement sûr et apaisant sur le plan sensoriel pour éviter la surstimulation : contrôler le bruit environnant, la luminosité, les mouvements, les odeurs...



6. Vérification des besoins physiologiques : s'assurer que tous leurs besoins primaires sont satisfaits (toilettes, faim, soif, fatigue...) et absence de douleur et d'inconfort (froid, chaud, étiquettes ou matières de vêtement qui grattent...),



7. Enseigner des stratégies de désescalade :

- *Apprentissage de techniques de régulation sensorielle* : certaines personnes peuvent s'apaiser en utilisant des techniques de respiration profonde, des objets tactiles apaisants, des environnements sensoriels adaptés ou des pressions profondes,
- *Apprentissage de demande d'aide,*
- *Apprentissage de demande de pauses,*
- *Apprentissage des outils de protection/stimulation sensorielle* (casque, chewy...)



7. Retirer les chaussures : pour les personnes qui sont susceptibles de donner des coups de pied en cas de crise, n'hésitez pas à leur proposer des chaussons ou des sandales à leur arrivée. En cas de troubles du comportement, vous aurez anticipé l'intensité des coups donnés.



Conseils en cas de signes précurseurs/pré-crise : actions de désescalade pour retrouver le fonctionnement stable

1. **Intervenir tôt** : si vous observez des signes avant-coureurs de comportement problématique, intervenez tôt pour aider à prévenir une escalade en utilisant les stratégies de prévention citées au-dessus (donner l'opportunité à la personne de s'exprimer ce qu'elle souhaite ou qui l'inconforte avec moyen de communication adaptée à son niveau, donner des indications temporelles avec les emplois du temps, faciliter l'attente avec les outils visuels, ...),
2. **Proposer d'utiliser les techniques de relaxation apprises pour s'apaiser,**
3. **Assurez-vous que l'environnement est sécurisé** et que les objets dangereux sont hors de portée.
4. **Calme et patience** : restez calme et le plus neutre émotionnellement en toute circonstance. Rester calme peut aider à prévenir une escalade de la situation en évitant de renforcer le comportement problème.
5. **Intervention d'un autre professionnel** : n'hésitez pas à switcher avec un collègue pour prendre le relais. Parfois, le changement d'intervenant permet à la personne de s'apaiser.
6. **Ajuster votre réponse selon la fonction du comportement (ABC)** : comprendre pourquoi la personne met en place ce comportement problème (éviter la situation ou obtenir quelque chose).
7. **Comprendre les déclencheurs** : essayez d'identifier les déclencheurs potentiels du comportement perturbateur. Une fois que vous comprenez ce qui déclenche la réaction, vous pouvez travailler pour éviter ou minimiser ces déclencheurs (cf. grille ABC)



Si la personne s'apaise et retourne à un fonctionnement stable : reprendre l'activité interrompue avec guidance et diminution des exigences si besoin.

Si la personne ne parvient pas à s'apaiser et que la crise s'installe, mettre en place les stratégies de sécurité ci-dessous :



NIVEAU 3

Stratégies de sécurité en cas de gestion de crise : mettre la personne et les pairs en sécurité, se protéger

Seuls les professionnels certifiés au PCM peuvent utiliser des interventions physiques de transport et d'immobilisation. Pour les personnes non formées au PCM, différentes stratégies de sécurité sont à privilégier.

Dans tous les cas, il est important de traiter ces situations avec compréhension et empathie, en cherchant à comprendre les besoins de la personne et jamais en la punissant.



1. Donnez de l'espace et épurez l'environnement : donnez à la personne de l'espace pour se calmer. Parfois, simplement quitter la pièce peut aider mais restez en surveillance non visible (attention à ce que la personne ne se mette pas en danger en cas d'isolement).



2. Si la personne arrive dans notre direction et est particulièrement agitée : se positionner de manière à ce qu'elle n'arrive pas de manière frontale. Placez-vous toujours derrière la personne agitée pour éviter les coups éventuels. Il est également possible d'utiliser le matériel ou mobilier de manière à mettre à distance la personne pour pouvoir intervenir dans un second temps.



3. Si la personne mord : restez calme et ne pas tirer en réaction. Au contraire, enfoncez le membre mordu. Automatiquement, par réflexe nauséux, la personne devrait lâcher. Si ce n'est pas le cas, demandez de l'aide pour que l'attention soit déviée vers autre chose (objet, musique ...). Fournir à la personne un objet sensoriel qui peut être mordu par la personne et répondre à son besoin sensoriel. Si après ces tentatives, la personne n'arrête pas la morsure, essayer de détendre la mâchoire en plaçant votre paume sous le menton de la personne et appuyez doucement aux creux des joues avec votre pouce et votre index. Si cette technique n'est pas suffisante, essayer de pincer doucement le nez de la personne pour faciliter l'ouverture de sa bouche.



4. En cas d'agrippement : ne pas hésitez à demander de l'aide et utilisez la technique « d'épluchage » (ou « peeling ») afin de vous libérer sans risque de l'agrippement en retirant doucement et un à un les doigts de la personne en commençant par le petit doigt (auriculaire) , puis l'annulaire... L'épluchage doit être exécuté très lentement et doucement, seul ou à plusieurs en fonction de la situation. Une fois désagrippé, proposez à la personne un objet non dangereux (si jet ou autre) comme alternative pour lui occuper les mains et placez-vous derrière elle.



5. Si la personne tire les cheveux : par principe de précaution, il est conseillé de s'attacher les cheveux. Dans tous les cas, ne jamais exercer une pression contraire pour limiter la douleur. Si la personne attrape les cheveux pour les tirer, le professionnel peut lui tenir le poignet avec sa main gauche en appuyant sa main sur la tête puis détacher progressivement les doigts en utilisant la technique d'épluchage. Ensuite, réorientez le bras de la personne en tournant et restez derrière lui.



6. Si la personne s'enfuit : attention à limiter les positions où l'on se ferait plus mal en la retenant ou lui faire plus de mal à elle (ex : retenir par le bras). Anticipez au maximum en se mettant par exemple devant lui, devant une porte etc.



7. Si la personne tape avec ses poings : gardez toujours une distance de sécurité entre vous et la personne agitée afin qu'elle ne vous atteigne pas.



Si ce n'est pas possible, faites un pas en arrière et *positionnez vos mains en V l'une sur l'autre, paume vers le ciel* afin de réceptionner l'avant-bras de la personne dans le creux de vos pouces et de le réorienter dos à vous afin de ne plus être en face à face.



Si le coup est oblique (porté sur le côté), *rassemblez vos mains ouvertes, pouces rentrés et paumes dirigées vers le côté* à l'intérieur de son avant-bras afin de bloquer son coup.



8. Si la personne donne des coups de pied : gardez toujours une distance de sécurité entre vous et la personne agitée afin qu'elle ne vous atteigne pas.



Si ce n'est pas possible, faites un pas en arrière puis *positionnez vos mains en V l'une sur l'autre, paume vers le sol* afin de réceptionner le tibia de la personne dans le creux de vos pouces et de le réorienter dos à vous afin de ne plus se retrouver en face à face.

Si le coup est oblique (porté sur le côté), reculez d'un pas et bloquez le coup de pied en positionnant ses deux paumes collées vers l'intérieur de sa jambe.



9. Si la personne donne des coups de tête : derrière la personne, placez-vous loin de la personne afin qu'elle ne vous atteigne pas. Si ce n'est pas possible, placez-vous au contraire très proche afin de limiter l'envergure du coup et baissez-vous à hauteur d'épaule, votre tête posée sur l'omoplate de la personne afin que sa tête ne vous atteigne pas.

Si vous êtes intéressés d'être certifié au PCM, vous pouvez contacter MC2 Autisme ou en informer votre direction qui pourra vous proposer une formation interne au Gapas auprès d'un instructeur certifié !



Stratégies de post-crise : le retour au calme, la reprise des activités interrompues.

1. S'assurer du retour au calme en donnant une consigne simple : si la personne coopère, vous pouvez considérer qu'elle s'est apaisée et est en mesure de reprendre ses activités.

2. Evaluer les facteurs de santé et bien-être : besoins primaires, prise en compte de sa fatigue, température...



3. Rester à proximité mais maintenir une distance prudente afin de ne pas envahir son espace personnel

4. Inspecter l'environnement et le reconstituer à son état d'origine : (nettoyer si objets cassés, jetés...)

5. Reprise de l'activité en cours : assouplir vos exigences, guider si nécessaire et renforcer immédiatement la coopération.



Pour aller plus loin :

Par ailleurs, si une personne présente régulièrement (quotidiennement) des comportements défis importants (continus et intenses), il convient de faire une analyse fonctionnelle pour recueillir le maximum de données, et de rédiger un plan d'intervention comportementale (BIP). Il s'agit de proposer une procédure adaptée au fonctionnement de la personne dans le but de diminuer ses conduites inadaptées **en travaillant essentiellement sur la prévention**. Ce BIP doit être présenté à la personne, à sa famille et doit être signé pour consentement.

