

ÉLABORATION DE PLAN DE SOUTIEN COMPORTEMENTAL POSITIF

Gaëtan Tremblay¹
Psychologue (Canada)

Line Jacques²
Orthophoniste (Canada)

INTRODUCTION

Lors du congrès de l'AIRHM, tenu à Tremblant en 2012, les auteurs du présent article ont présenté les grandes lignes du livre *Modification positive du comportement : réaliser un plan de soutien efficace* (Bambara et Knoster, 2012). Ce guide s'adresse à tous les intervenants et aux parents désireux de mettre en place des interventions inspirées des principes de l'analyse appliquée du comportement et de l'approche positive (Fraser et Labbé, 1993) afin de cesser l'apparition de troubles du comportement.

Un plan de soutien comportemental (PSC) positif et individualisé est le résultat d'un travail d'équipe. L'emphase de cette démarche porte avant tout sur la prévention des troubles de comportements. Afin d'aborder en quoi consiste les PSC, les points suivants font l'objet du présent article :

- Qu'est-ce qu'un plan de soutien comportemental;
- Le processus d'évaluation fonctionnelle;
- Concevoir des plans de soutien comportemental positif;
- Appliquer des plans de soutien comportemental positif;
- Évaluer les progrès et procéder à des ajustements.

1. QU'EST-CE QU'UN PLAN DE SOUTIEN COMPORTEMENTAL (PSC)?

Le plan de soutien comportemental positif est une approche de résolution de problème centrée sur la personne permettant aux intervenants de comprendre le trouble de comportement et de cibler les facteurs environnementaux contribuant à son apparition. Dans un PSC, l'accent est placé sur la prévention et sur le changement des conditions environnementales de même que sur l'enseignement de comportements alternatifs.

Quatre principes sous-tendent la notion de PSC :

- Les troubles de comportement sont reliés à un contexte;
- Les troubles de comportement remplissent également une fonction pour la personne qui les manifeste;
- Les interventions efficaces sont élaborées en équipe à partir d'une compréhension approfondie de la personne, du contexte social et de la fonction du comportement;
- La personne est au cœur de la démarche; sa dignité, ses préférences et ses ambitions doivent être respectées dans le choix des interventions.

¹ gaetant@videotron.ca
² jacquesl@sympatico.ca

L'élaboration d'un PSC exige de suivre les étapes suivantes : 1) réaliser une évaluation fonctionnelle; 2) définir les quatre composantes du plan; 3) appliquer le plan; et 4) évaluer les résultats.

2. LE PROCESSUS D'ÉVALUATION FONCTIONNELLE

L'évaluation fonctionnelle porte sur les difficultés présentées par la personne. Lorsqu'elle présente plusieurs troubles de comportement, il est essentiel de prioriser lequel fera l'objet du PSC. Pour y arriver, il faut situer la gravité du trouble de comportement : s'agit-il d'un comportement dérangeant pour les autres? Est-ce que le trouble de comportement perturbe de façon marquée les activités en cours lorsqu'il se présente? Ou encore, est-ce que la manifestation du comportement se solde par des bris de matériel ou des blessures à la personne ou à son entourage?

Suite aux résultats de l'analyse de la gravité des difficultés observées chez la personne, il est possible, voire même fortement conseillé, de ne retenir qu'une cible plutôt que de tenter d'intervenir sur tous les comportements simultanément. Une fois cette étape réalisée, il faut définir le plus clairement possible le comportement qui fera l'objet de l'intervention.

En plus de bien définir le comportement à modifier, il est important de recueillir une série d'informations à propos de la personne. Les forces et les limitations de la personne en ce qui concerne ses habiletés de communication, ses habiletés sociales, ses habiletés académiques et ses habiletés de résolution de problèmes doivent être bien cernées. Ajoutons qu'il est essentiel de connaître l'état de santé général de la personne, ses champs d'intérêt, ses goûts, son style de vie, ses loisirs. Toutes ces informations seront utiles lors de la rédaction du PSC.

L'analyse fonctionnelle à proprement parler consiste à émettre des hypothèses à propos de l'apparition du comportement ciblé par les interventions. Plus précisément, il faut cerner le ou les moments où il y a davantage de possibilités qu'il se manifeste. Il faut également tenter d'identifier les antécédents, ce qui se passe avant que le comportement apparaisse. La fonction du comportement doit également être précisée. Pourquoi la personne se comporte-t-elle de cette façon? Que recherche-t-elle? Qu'est-ce que ce comportement lui permet d'obtenir? Il existe des instruments de mesure permettant d'inventorier et de prioriser le trouble de comportement à retenir comme cible d'intervention. Une échelle de plus en plus utilisée au Québec est « l'Évaluation des conséquences et impacts [CI] des troubles du comportement [ECI-TC-Ex] pour les personnes ayant une déficience intellectuelle avec ou sans trouble envahissant du développement » (Sabourin, 2010).

Il ne faut pas oublier qu'à ce stade-ci de l'élaboration du PSC, il s'agit de formuler des hypothèses qui feront le plus possible consensus auprès des gens faisant partie de l'équipe d'intervention.

3. CONCEVOIR DES PLANS DE SOUTIEN COMPORTEMENTAL (PSC) POSITIF

Tout PSC doit se composer des quatre parties suivantes :

- 1) Volet préventif : la modification des antécédents et des contextes;
- 2) L'enseignement des habiletés alternatives;
- 3) L'intervention sur les conséquences;
- 4) Les soutiens à long terme.

3.1 Volet préventif : la modification des antécédents et des contextes

La modification des antécédents vise à cibler les éventuels déclencheurs du trouble de comportement. Il peut s'agir d'enlever totalement un événement dans le ou les contextes de vie de la personne afin d'éliminer l'apparition du comportement inadéquat. À cette étape, la modification d'un ou des contextes de vie peut aussi permettre de contrôler la manifestation du

comportement. Une autre possibilité consiste à revoir la séquence des routines de vie et d'alterner des activités appréciées avec d'autres moins conformes aux goûts de la personne. Finalement, l'ajout d'événements qui permettra un meilleur contrôle de l'apparition du comportement peut aussi être considéré. Bref, la modification des antécédents et des contextes où se produit le comportement ciblé vise à empêcher son apparition ou du moins à en diminuer la probabilité.

3.2 L'enseignement des habiletés alternatives

Une autre façon de favoriser la diminution d'un trouble de comportement est d'enseigner à la personne une conduite plus appropriée que le comportement inadéquat. Ainsi, l'enseignement d'habiletés de remplacement peut s'avérer une solution à retenir. Il ne faut pas perdre de vue que l'enseignement d'habiletés générales favorisant le développement personnel et social peut avoir également un impact sur la diminution du trouble de comportement. Pour certaines personnes, l'enseignement de techniques simples de résolution de problèmes peut également avoir un tel effet.

3.3 L'intervention sur les conséquents

En plus des ajustements apportés aux antécédents, aux contextes d'apparition du comportement et la mise en place d'enseignement d'habiletés alternatives, il importe de ne pas négliger les conséquences du trouble de comportement. En effet, elles peuvent être modifiées afin de renforcer le recours à des habiletés alternatives, de réduire l'efficacité du trouble de comportement et éventuellement de permettre de mieux réagir lors d'une escalade de comportements menant à une crise.

L'attention des membres de l'équipe doit aussi être portée sur le type de programme de renforcement à utiliser. Rappelons que certains programmes donnent des résultats plus rapidement (ex. : renforcement continu) et que d'autres sont plus efficaces à long terme (ex. : renforcement intermittent).

3.4 Les soutiens à long terme

Finalement, des interventions à long terme doivent être élaborées. Il s'agit ici de revoir le style de vie de la personne. Les interventions sur le style de vie peuvent porter sur les routines, les activités, les loisirs de la personne. De tels ajustements du style de vie de la personne, lorsque possibles, permettent d'optimiser son fonctionnement et son épanouissement.

Il est nécessaire aussi de prioriser dans les PSC des stratégies de maintien et de généralisation tant des antécédents que des conséquents.

4. APPLIQUER DES PLANS DE SOUTIEN COMPORTEMENTAL POSITIF

Dès que l'élaboration du PSC est complétée, les membres de l'équipe sont prêts à le mettre en place. L'application du PSC suppose sa présentation et sa compréhension par toutes les personnes susceptibles d'y participer. Le PSC doit donc être rédigé en termes simples et clairs afin d'en assurer une application qui sera la plus uniforme possible. Il est également important d'identifier les personnes à contacter si des problèmes d'application se présentent. L'ouvrage de référence du présent article contient une série de grilles permettant de vérifier la conformité des actions retenues aux principes d'un PSC efficace.

L'application du PSC doit absolument inclure la cueillette de diverses informations. Il faut prévoir la façon dont la fréquence du trouble du comportement sera mesurée. Il en est de même pour toutes les nouvelles habiletés visées dans le PSC. Les renseignements concernant les contextes où se produisent les divers comportements ou habiletés touchés par le plan doivent également être rapportés. Enfin, il faut aussi s'assurer de colliger des informations sur les antécédents et les conséquents du trouble de comportement visé. Toutes les informations

pouvant permettre une analyse la plus optimale possible doivent être recueillies à des temps prédéterminés afin de cerner l'impact du PSC.

5. ÉVALUER LES PROGRÈS ET PROCÉDER À DES AJUSTEMENTS

Lors de l'application du PSC, la compilation des informations amassées à partir des diverses mesures retenues doit être régulièrement effectuée. L'analyse des données doit porter sur les nouvelles habiletés acquises et le recours à ces nouvelles acquisitions dans divers contextes. Est-ce qu'elles sont utilisées? À quelle fréquence? Dans quelles situations? Selon les résultats de cette première analyse, des ajustements peuvent alors être apportés. Ils permettront de modifier le plan afin de maximiser l'acquisition de nouvelles habiletés si peu d'améliorations sont notées. Par contre, si des progrès sont observés, les ajustements au PSC permettront d'accéder à une nouvelle étape, comme le développement d'autres habiletés chez la personne.

Bien évidemment, la fréquence du comportement inadéquat ciblé doit aussi faire l'objet d'un suivi. Est-ce qu'il augmente malgré les interventions? Est-ce qu'il diminue à un rythme acceptable? S'il est encore présent, est-ce qu'il entraîne les mêmes impacts ou est-ce que son ampleur est moindre? Certains comportements peuvent continuer à se manifester même si des interventions efficaces sont utilisées. La moindre diminution indique tout de même le maintien des actions.

L'analyse des observations doit également porter sur l'amélioration de la qualité de vie de la personne. Est-ce que la personne et ses proches sont satisfaits du soutien qu'ils reçoivent? Ont-ils l'impression que le PSC apporte les effets recherchés? Ont-ils des suggestions permettant d'améliorer ou de faciliter son application?

CONCLUSION

Le recours au PSC doit se réaliser en respectant un des principes essentiels à sa réussite : aider la personne à développer une meilleure qualité de vie. Le travail d'équipe doit être privilégié tout au long de la démarche d'élaboration et d'application du PSC.

Des études montrent la pertinence des PSC positifs (Bambara et Kern, 2005; Carr *et al.*, 1999; Carr et Sidener, 2002; Johnston, Foux, Jacobson, Green et Mulick, 2006; Marquis *et al.*, 2002). Élaborée par des spécialistes œuvrant aux États-Unis, la traduction du livre *Designing Positive Behavior Support Plans* (Bambara et Koster, 2009) permet aux intervenants des pays francophones d'avoir accès à des informations concernant la réalisation et l'utilisation des PSC. Le lecteur y retrouvera plusieurs exemples d'application auprès de personnes présentant divers troubles de comportements.