

Table des matières

Introduction

Une approche contemporaine de la thérapie cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents	1
Lyse Turgeon et Sophie Parent	
1. L'objectif de l'ouvrage.....	3
2. L'approche théorique privilégiée.....	3
3. Qu'est-ce que la TCC?.....	4
3.1. Les origines de la TCC.....	5
3.2. L'efficacité de la TCC.....	6
4. Les enjeux spécifiques de l'intervention auprès des enfants et des parents.....	8
5. L'importance d'une évaluation rigoureuse.....	9
6. La présentation des chapitres.....	9
Bibliographie.....	10

Chapitre 1

L'intervention cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents atteints de phobie spécifique	13
Martine Bouvard	

1. La présentation de la problématique.....	14
1.1 La définition et la description clinique.....	14
1.2. Les conséquences.....	14
1.3. La prévalence.....	15
1.4. La trajectoire développementale.....	15
1.5. L'étiologie.....	15
1.6. La vignette clinique: le cas d'Émilie.....	17

2.	L'évaluation des phobies spécifiques.....	17
3.	Les principales techniques d'intervention cognitivo-comportementale dans le traitement des phobies spécifiques.....	19
3.1.	La transmission d'information	19
3.2.	La tension appliquée.....	20
3.3.	La restructuration cognitive.....	21
3.4.	L'exposition <i>in vivo</i> graduée	22
3.5.	L'exposition en imagination	23
3.6.	L'imagerie émotive	23
3.7.	Le traitement en une séance.....	24
4.	Les études d'efficacité de la TCC.....	24
5.	La conclusion	25
Annexe 1.1.	Liste des étapes nécessaires pour qu'un chien puisse me mordre.....	26
Annexe 1.2.	Graphique du risque d'être mordu par un chien	26
Annexe 1.3.	Exemple de hiérarchie d'exposition dans le cas de la phobie des chiens (enfant de 5 ans).....	27
Bibliographie.....		28

Chapitre 2

L'intervention cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents atteints de trouble d'anxiété généralisée.....

Patrick Gosselin, Frédéric Langlois et Geneviève Racicot

1.	La présentation de la problématique.....	32
1.1.	La définition et la description clinique.....	32
1.2.	Les conséquences	33
1.3.	La prévalence	33
1.4.	La trajectoire développementale.....	33
1.5.	L'étiologie	33
1.6.	La vignette clinique: le cas de Rosalie.....	35
2.	L'évaluation du TAG et des inquiétudes excessives.....	36
2.1.	Les entrevues structurées et semi-structurées	36
2.2.	Les questionnaires autoadministrés	37
2.3.	L'auto-observation des inquiétudes et des conséquences appréhendées	38
2.4.	L'évaluation de Rosalie	38
3.	Les principales stratégies d'intervention cognitivo-comportementale.....	39
3.1.	L'éducation sur l'inquiétude et l'anxiété	39
3.2.	L'identification d'une période réservée aux inquiétudes et au stress	40
3.3.	L'exposition graduelle aux incertitudes et à la nouveauté	41
3.4.	La prévention de la réponse.....	42

3.5.	L'exposition cognitive.....	43
3.6.	La restructuration cognitive.....	44
3.7.	L'entraînement à la résolution de problèmes.....	45
3.8.	La relaxation musculaire progressive.....	47
3.9.	Le travail en collaboration avec les parents.....	47
4.	Les études d'efficacité de la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) dans le traitement du TAG chez l'enfant.....	49
4.1.	Les études portant sur le traitement des troubles anxieux en général chez les enfants.....	49
4.2.	Les études portant sur la TCC spécifique du TAG chez les enfants.....	49
5.	La conclusion et les recommandations.....	50
Annexe 2.1.	Exemples d'éléments ressortant de l'analyse fonctionnelle de Rosalie.....	52
Annexe 2.2.	Exemples tirés du <i>Journal personnel des inquiétudes</i> de Rosalie.....	53
	Bibliographie.....	55

Chapitre 3

L'intervention cognitivo-comportementale auprès d'enfants présentant un trouble d'anxiété de séparation.....

Lyse Turgeon, Sandra Mayer-Brien et Lucie Brousseau

1.	La présentation de la problématique.....	62
1.1.	La définition et la description clinique.....	62
1.2.	Les conséquences.....	63
1.3.	La prévalence.....	63
1.4.	La trajectoire développementale.....	63
1.5.	L'étiologie.....	63
1.6.	La vignette clinique: le cas de Lou.....	64
2.	L'évaluation de l'anxiété de séparation.....	64
2.1.	Les entrevues structurées et semi-structurées.....	65
2.2.	Les questionnaires avec pictogrammes.....	65
2.3.	Les questionnaires autoadministrés.....	66
2.4.	L'auto-observation.....	66
2.5.	L'évaluation de Lou.....	67
3.	Les principales techniques d'intervention cognitivo-comportementale dans le traitement de l'anxiété de séparation.....	67
3.1.	La relaxation.....	68
3.2.	La restructuration cognitive.....	69
3.3.	L'exposition.....	72

4.	La présentation des études d'efficacité de la thérapie cognitivo-comportementale dans le traitement de l'anxiété de séparation	76
4.1.	Les études portant sur les troubles anxieux en général	76
4.2.	Les études portant sur l'anxiété de séparation seulement	76
5.	La conclusion et les recommandations	78
Annexe 3.1.	Grille d'auto-observation	80
Annexe 3.2.	Grille d'identification des pensées	81
Annexe 3.3.	Grille de questionnement des pensées	82
Annexe 3.4.	Mon plan d'exposition pour affronter ma peur de _____	83
Annexe 3.5.	Mon thermomètre de la peur	84
	Bibliographie	84

Chapitre 4

L'intervention cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents présentant un état de stress post-traumatique

Caroline Berthiaume et Lyse Turgeon

1.	La présentation de la problématique	88
1.1.	La définition et la description clinique	88
1.2.	Les conséquences	90
1.3.	La prévalence	90
1.4.	La trajectoire développementale	90
1.5.	L'étiologie	91
1.6.	La vignette clinique: le cas de Julie	92
2.	L'évaluation de l'état de stress post-traumatique	92
2.1.	Les recommandations pour orienter l'évaluation	92
2.2.	L'entrevue clinique	93
2.3.	Les entrevues structurées et semi-structurées	93
2.4.	Les questionnaires autoadministrés pour l'ÉSPT	94
2.5.	Les grilles d'auto-observation et d'observation	94
2.6.	L'analyse fonctionnelle du comportement	95
2.7.	L'évaluation de Julie	95
3.	Les principales techniques d'intervention cognitivo-comportementale dans le traitement de l'état de stress post-traumatique	96
3.1.	L'éducation sur les symptômes	97
3.2.	Les techniques de contrôle des sensations physiques	98
3.3.	La restructuration cognitive	99
3.4.	L'exposition graduée	101
3.5.	Le rôle des parents dans la thérapie	105

4.	La présentation des études d'efficacité de la TCC	105
5.	La conclusion et les perspectives d'avenir	106
Annexe 4.1.	Grille d'observation	106
Annexe 4.2.	Thermomètre des émotions.....	107
Annexe 4.3.	Fiche descriptive des critères diagnostiques du trouble	108
Annexe 4.4.	Triangle de l'anxiété	109
Annexe 4.5.	Exemple de narratif	109
	Bibliographie.....	110

Chapitre 5

L'intervention cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents aux prises avec un trouble obsessionnel-compulsif.....

Ariane Fontaine, Kieron P. O'Connor et Marc E. Lavoie

1.	La présentation de la problématique.....	116
1.1.	La définition et la présentation clinique	116
1.2.	Les conséquences	118
1.3.	La prévalence	118
1.4.	La trajectoire développementale.....	119
1.5.	L'étiologie	119
1.6.	La vignette clinique: le cas de Clara	122
2.	L'évaluation du trouble obsessionnel-compulsif.....	122
2.1.	Décrire et mesurer les symptômes obsessionnels-compulsifs.....	123
2.2.	Évaluer l'incidence du TOC sur le fonctionnement de l'enfant.....	124
2.3.	Évaluer les comportements d'accommodation des parents	124
2.4.	Observer la fréquence d'apparition des obsessions et des compulsions ainsi que leurs déclencheurs	124
2.5.	L'évaluation de Clara.....	124
3.	Les principales techniques d'intervention cognitivo-comportementale dans le traitement du trouble obsessionnel-compulsif.....	125
3.1.	L'éducation	126
3.2.	La restructuration cognitive.....	127
3.3.	L'exposition et la prévention de la réponse	129
3.4.	Faire face aux impasses thérapeutiques	130
4.	La présentation des études d'efficacité.....	132
5.	La conclusion et les recommandations.....	134
Annexe 5.1.	Exemple d'une grille d'observation pour les parents.....	135
Annexe 5.2.	Exercice d'analyse de la chaîne obsessionnelle-compulsive.....	136
Annexe 5.3.	Thermomètre de la peur	137
Annexe 5.4.	Exemple d'une hiérarchie des peurs de l'enfant.....	137

Annexe 5.5. Exemple d'un plan d'exposition graduée	138
Annexe 5.6a. Exemple d'un narratif obsessionnel utilisé dans la thérapie basée sur les inférences	138
Annexe 5.6b. Exemple d'un récit reconstruit.....	139
Annexe 5.7. Exemple de contrat familial.....	140
Bibliographie.....	141

Chapitre 6

L'intervention cognitivo-comportementale auprès d'adolescentes présentant un trouble des conduites alimentaires.....	147
---	------------

Julie Charette

1. La présentation de la problématique.....	148
1.1. La définition et la description clinique.....	148
1.2. Les conséquences	149
1.3. La prévalence	149
1.4. La trajectoire développementale.....	149
1.5. L'étiologie	150
1.6. La vignette clinique: le cas de Sarah.....	152
2. L'évaluation des troubles des conduites alimentaires	152
2.1. Les entrevues semi-structurées et structurées	152
2.2. Les questionnaires autoadministrés	153
2.3. L'auto-observation.....	154
2.4. L'évaluation de Sarah	154
3. Les principales techniques d'intervention cognitive-comportementale dans le traitement des troubles des conduites alimentaires	155
3.1. Le renforcement de la motivation.....	155
3.2. La restructuration cognitive.....	156
3.3. Les expérimentations comportementales.....	158
3.4. La prévention de la rechute	160
4. La présentation des études d'efficacité de la thérapie cognitivo-comportementale dans le traitement des troubles des conduites alimentaires	162
4.1. Les études portant sur l'anorexie	162
4.2. Les études portant sur la boulimie.....	163
4.3. Les études portant sur l'hyperphagie.....	164
5. La conclusion et les recommandations.....	165
Annexe 6.1. Grille d'auto-observation pour les troubles du comportement alimentaire.....	167
Annexe 6.2. Balance décisionnelle.....	168

Annexe 6.3. Journal de pensées pour la restructuration cognitive.....	169
Annexe 6.4. Grille à remplir pour l'expérimentation comportementale.....	170
Bibliographie.....	171

Chapitre 7

Les stratégies d'intervention cognitivo-comportementale auprès des adolescents dépressifs.....	177
Diane Marcotte et Martine Poirier	
1. La présentation de la problématique.....	178
1.1. La définition et la description clinique.....	178
1.2. Les conséquences.....	178
1.3. La prévalence.....	179
1.4. La trajectoire développementale.....	180
1.5. L'étiologie.....	181
1.6. La vignette clinique : le cas de Mimie.....	185
2. L'évaluation de la dépression chez les adolescents.....	185
2.1. Les échelles autoévaluatives.....	186
2.2. Les échelles d'évaluation du comportement.....	186
2.3. Les entrevues.....	187
3. Les stratégies d'intervention cognitivo-comportementale dans le traitement de la dépression chez les adolescents.....	188
3.1. La présentation du modèle théorique, l'éducation émotionnelle et la restructuration cognitive.....	188
3.2. L'apprentissage d'habiletés sociales, de communication, de négociation et de résolution de problèmes.....	190
3.3. Le développement d'habiletés d'auto-observation et l'augmentation des activités plaisantes.....	190
3.4. La relaxation.....	191
3.5. Les rencontres avec les parents.....	191
3.6. Le programme Pare-Chocs.....	191
4. Les études d'efficacité des programmes de prévention et d'intervention.....	194
5. La conclusion et les recommandations.....	197
Annexe 7.1. Thermomètre des émotions.....	198
Annexe 7.2. Exercice pour déterminer le lien entre les pensées, les émotions et les comportements.....	199
Annexe 7.3. Exemples de catégories de distorsions cognitives utilisées pour la composante de restructuration cognitive.....	200
Annexe 7.4. Exemples de questions utilisées pour la composante de restructuration cognitive.....	200

Annexe 7.5. Tableau sur les changements corporels à la puberté	201
Annexe 7.6. Quiz évaluant les connaissances sur la dépression.....	201
Bibliographie.....	202

Chapitre 8

Le traitement cognitivo-comportemental des troubles de sommeil chez les enfants et les adolescents.....	207
--	------------

Evelyne Martello et Roger Godbout

1. La présentation de la problématique.....	208
1.1. Le sommeil normal et le sommeil pathologique	208
1.2. Les conséquences du manque de sommeil.....	210
1.3. La prévalence des troubles du sommeil.....	211
1.4. La trajectoire développementale.....	212
1.5. L'étiologie	213
1.6. Les vignettes cliniques : les cas de Loïc, Mathilde et Mathieu.....	215
2. L'évaluation des problèmes de sommeil.....	216
3. Le traitement des problèmes de sommeil chez les enfants et les adolescents.....	218
3.1. L'hygiène du sommeil.....	218
3.2. Les interventions.....	219
3.3. Le traitement des cauchemars.....	220
3.4. Le traitement du délai de phase	222
4. L'efficacité des traitements comportementaux	223
5. La conclusion et les recommandations.....	224
Annexe 8.1. Hypnogramme.....	226
Annexe 8.2. Agenda de sommeil.....	227
Bibliographie.....	228
Notices biographiques.....	231