

Leadership *en action*

→ Santé mentale



Édition 01 / Une approche sensible aux traumatismes



Objectif de
la monographie

Prendre connaissance des six principes clés de l'approche sensible aux traumatismes.

FAIT SAILLANT



Saviez-vous qu'environ une personne sur trois a vécu des expériences négatives durant l'enfance (ENE)? Les recherches indiquent que près de 45 % des troubles de santé mentale chez les enfants et 32 % chez les adultes sont associés à ces expériences. De plus, **dans une classe de 30 élèves, environ 20 d'entre eux ont probablement été exposés à au moins une ENE.** Ces données soulignent l'importance de créer des environnements scolaires sécurisants, prévisibles et axés sur des relations de qualité afin de soutenir l'ensemble des élèves, qu'ils aient ou non vécu des expériences traumatisantes.

Définition : traumatisme

Un **traumatisme** est une forme de blessure causée par des événements menaçants qui entravent le développement sain d'une personne. Il ne dépend pas seulement de l'événement vécu, mais surtout de l'impact qu'il a sur l'individu. Ainsi, deux personnes exposées à une situation similaire peuvent vivre ou non, un traumatisme.

1 Contexte scolaire

▼
Plus qu'un ensemble de stratégies, la sensibilité aux traumatismes représente une façon d'être qui guide les interactions, les décisions et les pratiques au quotidien.

Santé mentale en milieu scolaire Ontario (SMSO) utilise volontairement le terme « **sensibilité aux traumatismes** » pour refléter le rôle que doivent jouer les écoles et les conseils scolaires dans l'accompagnement et le soutien des élèves. Le choix du terme "sensible aux traumatismes" permet de refléter le rôle éducatif du personnel scolaire, distinct de celui des services cliniques.

En milieu scolaire, il est essentiel de tenir compte des effets du traumatisme sur l'apprentissage des élèves et sur le travail du personnel. L'objectif est de créer un climat scolaire positif qui soutient la réussite et le bien-être de tous les élèves.

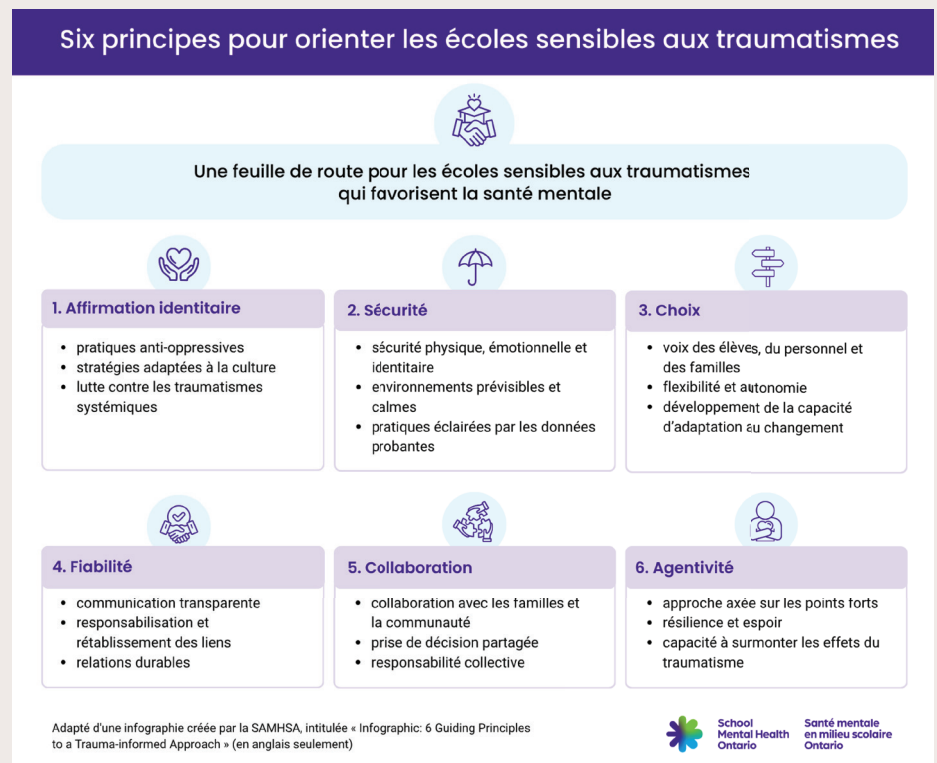
Le rôle du personnel scolaire n'est pas d'agir comme thérapeute. La direction d'école doit plutôt mettre l'accent sur le climat scolaire positif. Les élèves ayant vécu des expériences traumatisantes bénéficient particulièrement d'un environnement d'apprentissage fiable, prévisible et soutenant, dans lequel ils se sentent acceptés pour qui ils sont et où les engagements des adultes sont cohérents et respectés.

En reconnaissant la diversité des expériences vécues et des traumatismes complexes, multigénérationnels, historiques et collectifs liés à l'oppression systémique et en instaurant un climat scolaire accueillant et inclusif, l'école se transforme en un espace sécuritaire.

2 Recherche

L'approche sensible aux traumatismes repose sur six principes clés adaptés au contexte ontarien, soit l'affirmation identitaire, la sécurité, le choix, la confiance et la transparence, la collaboration et l'agentivité. Ces principes orientent concrètement les actions et les interactions dans le milieu scolaire.

Figure 1 —
Six principes pour orienter les écoles sensibles aux traumatismes.





Il est important de réfléchir à nos interactions et d'amener le personnel de l'école à prendre conscience de ses pratiques et, au besoin, à les ajuster dans ses interactions avec les élèves. Par exemple, plutôt que de demander « Qu'est-ce qui ne va pas chez cet élève ? », il est préférable de se demander « Qu'est-ce qui lui est arrivé ? ». Cette posture permet de mieux comprendre la fonction du comportement afin de mettre en place les meilleures stratégies possibles pour l'élève.

Bien que l'école ne puisse pas prévenir tous les traumatismes, elle peut jouer un rôle clé dans la prévention de la retraumatisation. Les élèves ayant vécu des traumatismes peuvent être plus sensibles aux situations perçues comme menaçantes, telles que l'intimidation, le harcèlement ou les conflits. Une approche sensible aux traumatismes contribue ainsi à la prévention de la violence en favorisant des environnements sécurisants et relationnels.

Le traumatisme peut affecter la façon dont une personne pense, ressent et apprend. Dans certaines situations, le cerveau peut passer en mode de survie (combat, fuite, paralysie), ce qui rend les apprentissages plus difficiles. Cela signifie que certains comportements observés à l'école peuvent constituer des réponses adaptatives à un traumatisme plutôt que des comportements intentionnels. Ainsi, une école sensible aux traumatismes est un milieu sécurisant où les élèves se sentent accueillis, soutenus, reconnus dans leur identité et encouragés à participer pleinement à tout ce que l'école peut leur offrir. L'école place au cœur de sa mission les actions concrètes des six principes clés de l'approche sensible aux traumatismes. Elle mise sur le travail d'équipe et sur la collaboration afin d'assurer la bienveillance envers chaque élève.

Rôle du personnel :

Il est important de prévenir l'épuisement chez les membres du personnel en reconnaissant l'impact du traumatisme par procuration (le stress absorbé par le personnel en écoutant ou étant témoin des traumatismes des élèves). Il importe de prendre soin des élèves tout en rappelant au personnel que leur rôle n'est pas de « réparer » l'élève, mais de bâtir une relation sécurisante. Le bien-être du personnel est une condition essentielle à la mise en œuvre d'une approche sensible aux traumatismes à l'échelle de l'école. Ainsi, la direction doit offrir des occasions de formation et de réflexion aux membres de son équipe afin de les soutenir dans leurs apprentissages, leurs démarches et leurs interventions. Cela inclut le développement de compétences telles que la validation émotionnelle, la co-régulation, l'écoute active et l'anticipation des déclencheurs.

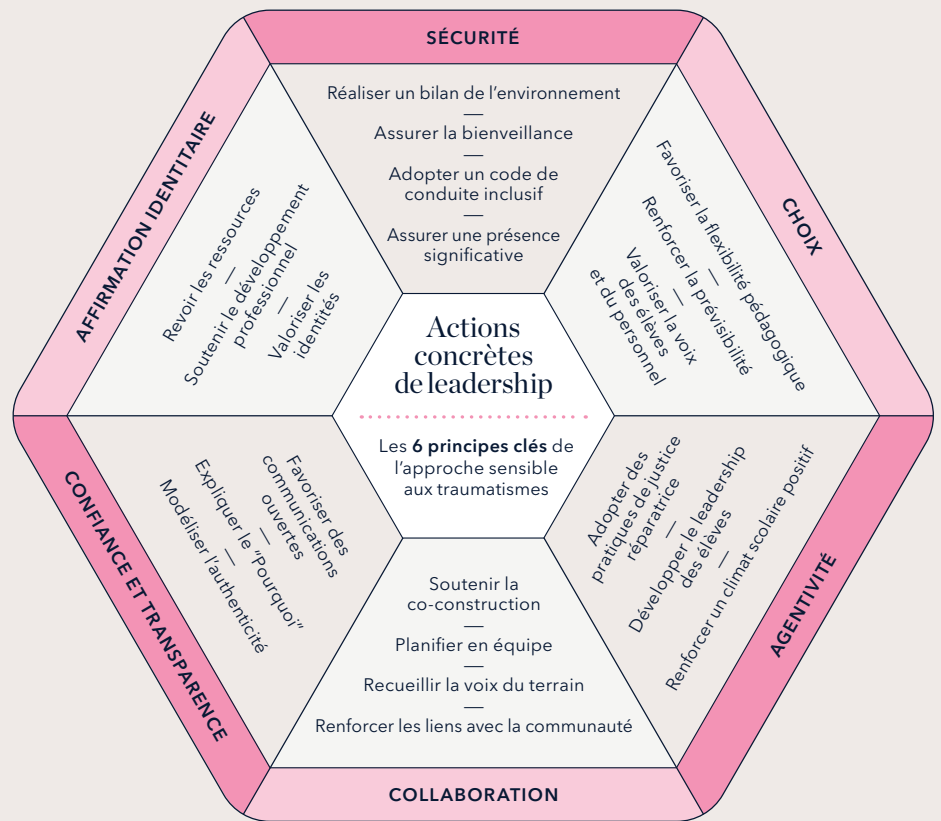
3

L'exercice du Leadership

Pour les directions d'école, ce leadership intentionnel consiste à explorer et à modéliser auprès de son équipe, les actions concrètes des six principes clés de l'approche sensible aux traumatismes tout en veillant au climat scolaire. En intégrant la lentille de la sensibilité aux traumatismes dans leurs interactions avec le personnel, les élèves et les personnes responsables des élèves, les leaders contribuent à faire de leur école un milieu sécurisant qui favorise la réussite de toutes et de tous. C'est dans l'exercice du leadership et par l'expérimentation que les six principes clés de l'approche sensible aux traumatismes se matérialisent dans les gestes, les décisions et les structures du quotidien. Les pistes suivantes en proposent des exemples concrets aux directions et aux directions adjointes. À titre de direction d'école, commencez par cartographier l'environnement

Figure 2—

Les actions concrètes de leadership selon les 6 principes clés sensibles aux traumatismes.



en recueillant des informations et en identifiant les écarts à l'aide des outils proposés ci-dessous. En collaboration avec le personnel, analysez les constats puis remettez en question les pratiques existantes : passez en revue des procédures et les habitudes, repérez celles qui nuisent à l'apprentissage et au bien-être, et proposez des alternatives fondées sur les six principes.

4

Stratégies de mise en oeuvre

Afin de passer à l'action et mener un changement au sein de l'école, il est essentiel de se questionner sur sa posture en impliquant son personnel. En se basant sur les actions concrètes des six principes clés de l'approche sensible aux traumatismes (Figure 2), il est important d'engager une réflexion afin de reconnaître les pratiques déjà en place. Il devient alors possible de prioriser les prochaines étapes en équipe et de les arrimer à nos planifications déjà existantes.

Outils prêts à utiliser

Afin de vous appuyer dans votre démarche, voici une présentation et un outil de discussion qui guideront la direction lors des rencontres prévues avec son personnel au sujet de la sensibilité aux traumatismes. Ces outils permettent de soutenir la réflexion et le monitoring des pratiques en lien avec les six principes de l'approche.

- ▶ [Sensibilité aux traumatismes - présentation au personnel scolaire](#)
- ▶ [Canevas de réflexion pour la direction - approche sensible aux traumatismes](#)
- ▶ [Les actions concrètes des six principes clés de l'approche sensible aux traumatismes](#)

En conclusion, adopter une approche sensible aux traumatismes, c'est avant tout s'engager dans une posture partagée qui place la sécurité, la relation et le bien-être au coeur de chaque interaction et qui guide le leadership ainsi que les pratiques au quotidien.

Références bibliographiques :

1. **Brookes Publishing.** (2024). *Leadership in trauma-sensitive schools* [PDF]. https://brookespublishing.com/wp-content/uploads/2024/01/Leadership-in-Trauma-Sensitive-Schools_FINAL.pdf.
2. **Centre franco.** (s. d.). *La pédagogie sensible à l'impact des traumatismes sur l'apprentissage : Nourrir la résilience.* <https://www.lecentrefranco.ca/ressources-pedagogiques/ressources/pedagogie-sensible-a-limpact-de-traumatismes-lapprentissage-nourrir-resilience/>.
3. **Ordre des psychologues du Québec.** (s. d.). *Les traumas de l'enfance.* <https://www.ordrepsy.qc.ca/-/les-traumas-de-l-enfance>.
4. **Profil de compétences en leadership,** ADFO, 2025
5. **Santé mentale en milieu scolaire Ontario.** (s. d.). *Accueil.* <https://smho-smso.ca/accueil/>.
6. **SMSO.** *Ressources pour soutenir les principes sensibles aux traumatismes* [PDF].
7. **Substance Abuse and Mental Health Services Administration.** (2014). *SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach* [Fichier PDF]. National Center for Child Traumatic Stress. https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources/resource-guide/samhsa_trauma.pdf.
8. **Université de Sherbrooke.** (2025). *Manuel de formation sur la santé mentale* [PDF]. https://formation-trauma.projet.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2025/09/Manuel_formation_sante_mentale.pdf.