

# PLAN DE SÉCURITÉ FAMILIAL

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Montérégie-Est

Québec 

Le plan de sécurité familial est un outil qui s'adresse aux **adultes responsables d'assurer la sécurité de l'enfant ou de l'adolescent.**

## Le plan de sécurité

SIGNES DE  
DÉTRESSE ET  
MOMENTS  
CRITIQUES

Qu'est-ce que je remarque chez mon enfant/adolescent quand il ne va pas bien ? Quelles situations/émotions/pensées provoquent de la détresse chez lui?

MOYENS  
D'APAISEMENT

Quels sont les moyens d'apaisement identifiés par mon enfant/adolescent? Quels autres moyens j'utilise habituellement pour l'apaiser?

RÉSEAU DE  
SOUTIEN

Vers qui puis-je me tourner dans mon réseau pour avoir du soutien?

AUTRES  
RESSOURCES

Qui peut m'offrir du soutien si la situation continue de se détériorer?

Nom de l'enfant/adolescent: \_\_\_\_\_

Noms des adultes responsables: \_\_\_\_\_

Date du plan: \_\_\_\_\_ Date de révision: \_\_\_\_\_

## *Les mesures de sécurité*

SUPERVISION  
DE  
L'ENFANT OU  
L'ADOLESCENT

Que dois-je faire pour assurer la supervision de mon enfant/adolescent? Comment vais-je organiser l'horaire de ma famille dans les prochains jours pour assurer une présence sécurisante auprès de lui?

SÉCURISATION  
DU MILIEU  
DE VIE

Qu'est-ce que je dois faire pour sécuriser mon environnement et assurer la sécurité de mon enfant/adolescent?

MOMENTS  
PARTAGÉS  
AVEC L'ENFANT  
OU  
L'ADOLESCENT

Quelles activités agréables vais-je planifier avec mon enfant/adolescent dans les prochains jours/semaines?

## *L'intervention*

ESPOIR ET  
FORCES

Quelles sont les forces et les qualités que j'observe chez mon enfant/adolescent? Qu'est-ce qui est important pour lui?

Le plan de sécurité familial est un **outil dynamique et interactif** s'adressant principalement aux adultes responsables d'assurer la sécurité de l'enfant ou de l'adolescent. Il se présente comme **un complément au plan de sécurité individuel de l'enfant ou de l'adolescent**. Il est conseillé de remplir le plan de sécurité individuel avant le plan de sécurité familial. Le contraire est toutefois possible si la situation l'exige et selon le jugement clinique de l'intervenant (ex: non disponibilité de l'enfant et mesures de sécurité nécessaires). Lorsque le plan de sécurité individuel est rempli en premier, l'intervenant peut prendre un moment avec l'enfant ou l'adolescent et l'adulte responsable afin de partager son contenu (consentement favorisé si 13 ans et moins, requis si 14 ans et plus).

Le plan de sécurité familial se divise en **trois sections**. La première section comprend les mêmes catégories que l'on retrouve dans le plan de sécurité individuel de l'enfant ou de l'adolescent (ex: signes de détresse, moments critiques, moyens d'apaisement, etc.). Il est donc possible d'inclure certains éléments identifiés par l'enfant ou l'adolescent dans son plan de sécurité individuel, tout en y ajoutant les éléments nommés par les autres membres de la famille (ex: adultes, fratrie). La deuxième section correspond aux mesures de sécurité à mettre en place. La troisième et dernière section cible les éléments associés à l'intervention à moyen et long terme. La section à prioriser dépend du jugement clinique de l'intervenant. Celui-ci base sur son analyse clinique de la situation et les besoins de la famille. Il est donc possible de ne pas réaliser les trois sections dans la même rencontre.

**Le plan de sécurité familial (pages 1 et 2) peut être rempli par l'intervenant ou par l'adulte responsable. Les questions du guide d'utilisation (pages 3 et 4) sont optionnelles.** Elles permettent à l'intervenant d'alimenter sa réflexion et la discussion lors de la complétion du plan de sécurité familial.

## Le plan de sécurité

SIGNES DE DÉTRESSE ET MOMENTS CRITIQUES	MOYENS D'APAISEMENT	RÉSEAU DE SOUTIEN	AUTRES RESSOURCES
<p>Quels comportements vous indiquent habituellement que votre enfant/adolescent ne va pas bien?</p> <p>Votre enfant a-t-il eu des changements dans ses comportements (émotions, comportements, signes physiques)?</p> <p>Comment allez-vous savoir qu'il va mieux? Quels signes devez-vous observer?</p> <p>Y a t-il des événements qui peuvent se produire dans les prochaines heures/jours qui vont le rendre vulnérable?</p> <p>Comment comprenez-vous la souffrance de votre enfant/adolescent? Comment pouvez-vous lui nommer que vous comprenez sa souffrance/détresse?</p>	<p>Quels sont les autres moyens de réconfort/retour au calme que vous pouvez utiliser avec votre enfant/adolescent?</p> <p>Comment pouvez-vous le soutenir lors des moments de détresse?</p> <p>Comment pouvez-vous valider ses émotions et l'apaiser?</p> <p>Quels mots ou expressions pouvez-vous utiliser avec votre enfant/adolescent pour l'aider à se sentir mieux?</p> <p>Qu'est-ce qui peut lui changer les idées?</p> <p>Quelles stratégies ont déjà fonctionné pour apaiser votre enfant/adolescent?</p>	<p>Quel adulte applique le filet de sécurité?</p> <p>Quel adulte est disponible pour votre enfant/adolescent s'il veut se confier?</p> <p>Qui peut vous soutenir, dans votre entourage, si vous avez des besoins?</p> <p>Qui pouvez-vous contacter si votre enfant/adolescent est en crise et que vous vous sentez impuissant/ne savez pas comment agir/ne vous sentez pas disponible?</p> <p>L'école de votre enfant/adolescent est-elle informée? Quelle est la personne ressource à l'école? Vers quel adulte peut-il se tourner?</p> <p>Y a t-il d'autres milieux de vie à informer?</p>	<p>Quels autres intervenants pouvez-vous contacter durant la journée si vous avez des questions ou des inquiétudes?</p> <p>Quelles ressources pouvez-vous contacter le soir et la fin de semaine si vous avez des questions ou des inquiétudes?</p> <p>Que devez-vous faire en cas d'urgence?</p> <p>Que devez-vous faire si vous n'êtes pas en mesure d'assurer la sécurité de votre enfant/adolescent?</p> <p>Que pouvez-vous faire si vous êtes dépassés par la situation ou les comportements de votre enfant/adolescent?</p>

## *Les mesures de sécurité*

### SUPERVISION DE L'ENFANT OU DE L'ADOLESCENT

Comment vous engagez-vous à être disponible pour votre enfant/adolescent?

Comment allez-vous offrir une supervision à votre enfant/adolescent (Contact visuel, contact par message texte, contact téléphonique, etc.)?

Comment allez-vous organiser les jours d'école, de fin de semaine, congé pédagogique?

Que pouvez-vous faire si vous n'avez plus de contact avec votre enfant/adolescent?

### SÉCURISATION DU MILIEU DE VIE

Quels objets/substances devez-vous rendre inaccessible?

Votre enfant/adolescent a-t-il nommé un moyen pour se faire du mal? Comment pouvez-vous rendre inaccessible ce moyen?

Devez-vous adapter votre environnement pour assurer sa sécurité? Si oui, comment?

### MOMENTS PARTAGÉS AVEC L'ENFANT OU L'ADOLESCENT

Comment pouvez-vous communiquer avec votre enfant/adolescent de façon efficace?

Quels moyens pouvez-vous prendre pour être attentif à lui?

Comment pouvez-vous lui démontrer de l'intérêt?

Dans quels contextes votre enfant/adolescent se sent-il bien, heureux?

Que pouvez-vous faire pour passer davantage de moments positifs avec lui?

### ESPOIR ET FORCES

Comment les forces et les qualités de votre enfant/adolescent peuvent-ils l'aider à traverser cette situation? Comment pouvez-vous les valoriser davantage?

Comment pouvez-vous lui dire que vous êtes fiers de lui? Qu'il est important?

Votre enfant, adolescent ou vous-même, avez-vous déjà relevés des défis? Quels moyens avez-vous mis en place?

Comment accompagnez-vous votre enfant ou votre adolescent dans ses difficultés?

## *Conditions gagnantes lors de la réalisation du plan de sécurité familial*

- **La présence de l'enfant/adolescent est souhaitable lors de la réalisation** du plan de sécurité familial. Il est toutefois possible de prendre un temps individuel avec chacun pour répondre à leurs questionnements et s'assurer qu'ils s'impliqueront activement dans le processus. L'implication de l'enfant/adolescent lui permet de voir **concrètement la mobilisation de son parent face à sa détresse**.
- Le plan de sécurité familial est un outil réalisé par et pour la famille afin de les aider à prévenir ou mieux traverser une crise suicidaire. Une **attitude de collaboration est cruciale** lors de la réalisation de celui-ci.
- Le plan devrait être rédigé en utilisant les **mots de l'enfant ou de l'adolescent et des adultes responsables**. Cela permet de s'approprier le plan et s'assurer qu'ils l'utiliseront dans leur milieu.
- Les **obstacles à l'utilisation** du plan de sécurité familial ainsi que **les moyens pour y faire face doivent être identifiés et prévus** afin que le plan soit réaliste et utile. Une **discussion** sur les **avantages** (ex: le plan d'évacuation en cas de feu) d'utiliser le plan de sécurité familial est également suggérée.
- Le plan peut être **affiché à un endroit stratégique** dans le milieu de vie et des **copies papier ou numériques peuvent être remises** à chaque membre de la famille.
- Un **retour** sur l'utilisation du plan de sécurité familial auprès des membres de la famille est nécessaire **lors des rencontres suivant la réalisation de celui-ci**. Cette étape permet de faire un suivi sur la situation de l'enfant ou de l'adolescent, de mettre à jour le plan et de s'assurer que le plan répond toujours à leurs besoins.