

PROGRAMME

5

sujets
d'actualité

5

experts-
terrain

KAIROS

Journée conférence
sur les jeunes et la santé mentale

conférences
connexion



12 novembre 2024



8 h - 16 h 10 (heure du Québec)



En salle, en direct sur Zoom
et un accès illimité à vie

La journée en un coup d'oeil

Incursion dans l'univers émotif des jeunes qui ont un **trouble de personnalité limite (TPL)** et des façons de les accompagner.

Gamer Mentor: des ados gamers qui deviennent **la meilleure version d'eux-mêmes** grâce à des coachs en gaming. Ils vous expliquent comment ils y arrivent.

Santé mentale des **jeunes** de la **diversité culturelle**: comment **naviguer à travers les codes culturels** et mieux intervenir.

Un outil d'intervention innovant pour **aider les ados vivant des difficultés affectives** à **gérer leurs émotions** et les **comportements destructeurs** qui surviennent parfois.

Pourquoi le **cerveau des jeunes** a-t-il besoin de se sentir **fier**? Découverte des supers pouvoirs de la fierté personnelle sur la santé mentale des jeunes!

Des expertises pour mieux comprendre.

Des outils et des ressources pour mieux intervenir.



On ne se connaît pas encore?

Les Conférences Connexion organisent, depuis plus de 15 ans, des journées conférences sur les jeunes et la santé mentale qui plongent les participants au cœur des réalités affectant la vie des jeunes, à travers des présentations d'experts de tous les domaines.

Chaque fois, ces journées font de nous de meilleurs professionnels.

Et, sans aucun doute, de meilleurs humains.

Nos experts



Amélie Saucier
Psychologue



Mathieu Arcand
Fondateur du Gamer Mentor



François Richer
Neuropsychologue et professeur
de psychologie et neurosciences
à l'UQAM



Régine Tardieu-Bertheau
Psychologue spécialisée
dans la psychologie transculturelle

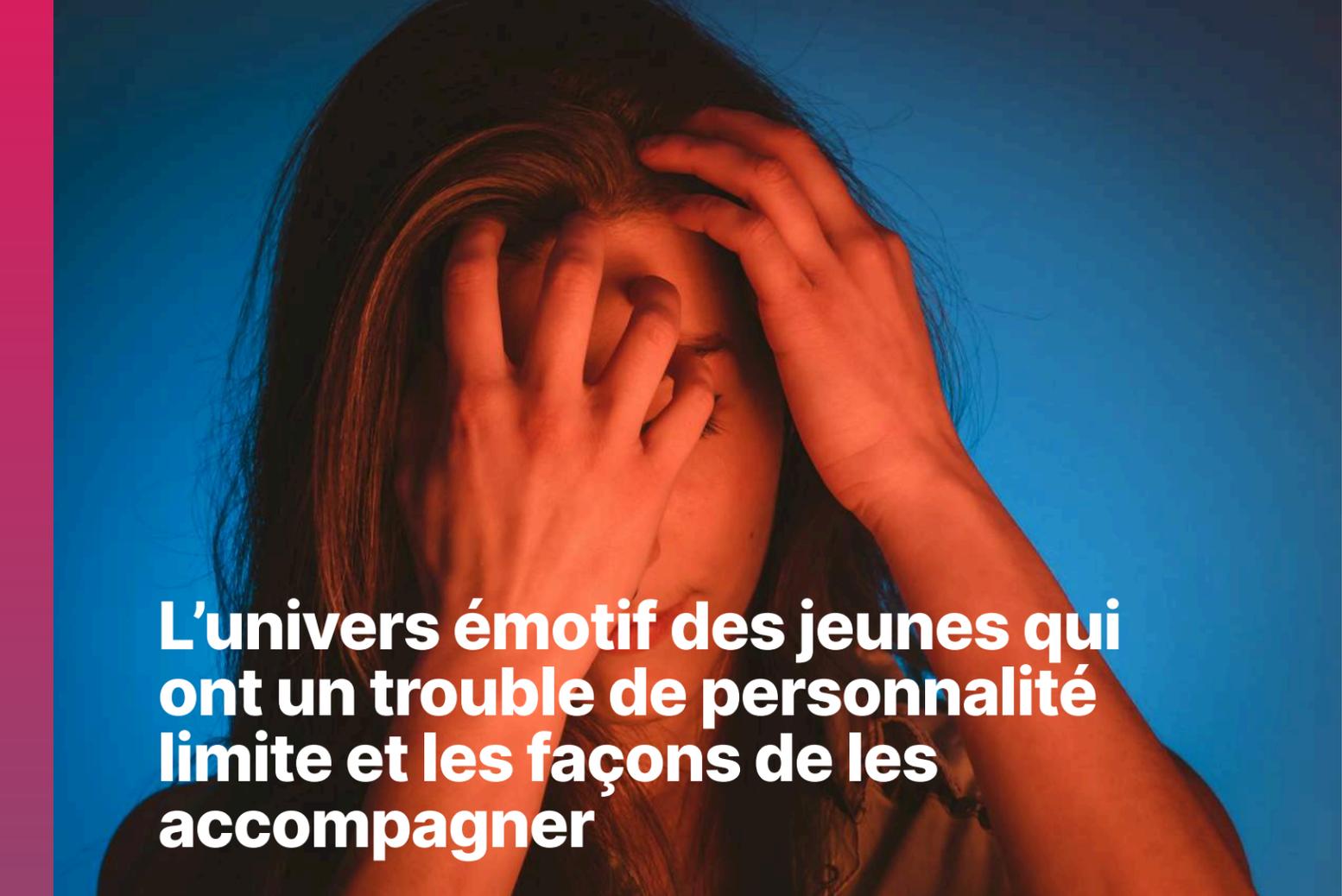


Dre Céline Lamy
Pédopsychiatre

Horaire de la journée*

8 h – 8 h 10	Mot de bienvenue
8 h 10 – 9 h 25	L'univers émotif des jeunes qui ont un trouble de personnalité limite et les façons de les accompagner
9 h 25 – 9 h 35	Pause (10 min)
9 h 35 – 10 h 50	Santé mentale des jeunes de la diversité culturelle: comment naviguer à travers les codes culturels et mieux intervenir?
10 h 50 – 11 h	Pause (10 min)
11 h – 12 h 15	Virage: un outil pour favoriser la régulation des comportements dommageables chez les jeunes
12 h 15 – 13 h 30	Dîner (1h15)
13 h 30 – 14 h 45	Le Gamer Mentor: des ados gamers qui deviennent la meilleure version d'eux-mêmes
14 h 45 – 14 h 55	Pause (10 min)
14 h 55 – 16 h 10	Pourquoi le cerveau des jeunes a-t-il besoin de se sentir fier?
16 h 10	Fin de la journée

* Heure locale du Québec



L'univers émotif des jeunes qui ont un trouble de personnalité limite et les façons de les accompagner

La vie émotive des ados aux prises avec un trouble de personnalité limite émergent est intense. C'est comme un grand tour de montagnes russes émotionnelles!

Même s'ils laissent perplexe, perturbent ou épuisent parfois les adultes qui les entourent, ces jeunes ont besoin de notre compréhension et de notre soutien. Car derrière leurs comportements difficiles et parfois même dangereux, se cache de la souffrance. Plus vite on la comprend, plus vite on peut adoucir et adresser la détresse de ces jeunes.

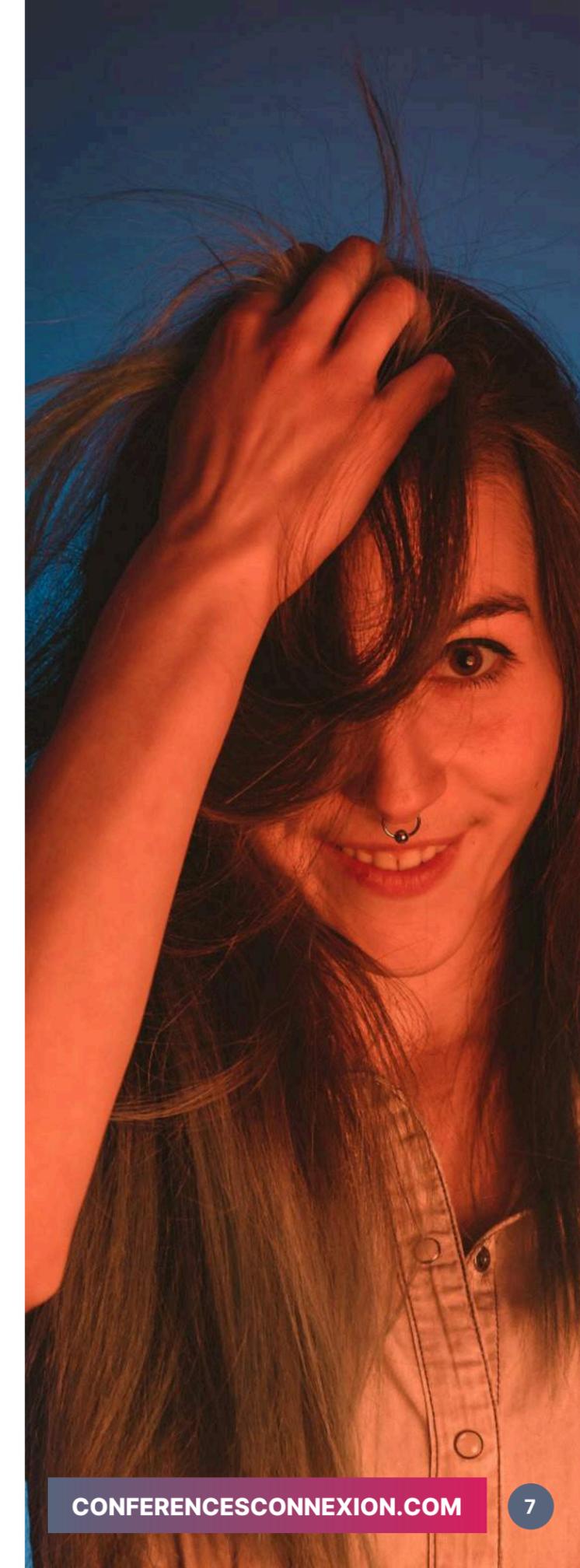
L'Australie a d'ailleurs ouvert la voie en reconnaissant l'importance d'une intervention précoce pour les enfants aux prises avec un TPL émergent dès l'âge de 9 ans. Cette approche proactive offre aux jeunes les outils nécessaires pour surmonter leurs défis et construire des vies épanouissantes.

Mais qu'est-ce qu'un TPL émergent, exactement? Comment se manifeste-t-il chez les ados? À quoi est-ce dû? Comment les accompagner adéquatement? Comment trouver la bonne distance avec eux pour les soutenir avec compassion dans les moments de crise, sans s'essouffler soi-même?

Dre Céline Lamy est une pédopsychiatre passionnée. C'est avec grand plaisir qu'elle a accepté de nous guider à travers ces questions et de partager ses stratégies d'intervention auprès d'eux. Ses explications nous permettront par la même occasion d'élargir notre compréhension de ces jeunes.

Exploration de la réalité des adolescents confrontés à un TPL et stratégies d'intervention aidantes avec une pédopsychiatre dévouée, pour qui ces jeunes ne sont pas définis que par leurs défis, bien au contraire! Prêts à plonger dans cet océan d'émotions avec compassion et une perspective positive?

Dre Céline Lamy est pédopsychiatre et professeure adjointe à la Faculté de médecine de l'Université de Montréal. Au cours des années 2000, Dre Lamy a cumulé une riche expérience en pédopsychiatrie en Europe. Elle a entre autres travaillé dans un hôpital de jour pour enfants souffrant du trouble du spectre de l'autisme. Elle a aussi été médecin-chef d'une clinique d'hospitalisation pour adolescents, innovante en matière de thérapie. Elle a rejoint le Québec en 2014 où elle travaille désormais dans les Laurentides et sur la Côte Nord, à l'Hôpital de Baie-Comeau. Elle est également psychothérapeute, écothérapeute et instigatrice du collectif *L'enfance n'est pas une maladie*. Engagée dans la lutte contre la stigmatisation des troubles mentaux, elle défend avec ferveur la cause de l'enfance pour laquelle les médias l'appellent la «pédopsychiatre punk». Elle est l'autrice d'un essai aux éditions Atelier 10, intitulé *Le drame des enfants parfaits, pour une permaculture de l'enfance*. Et elle est maman de 4 enfants.





Cette psychologue passionnée partage des stratégies essentielles pour soutenir adéquatement les jeunes issus de la diversité culturelle et créer des ponts entre les différentes croyances liées à la santé mentale. Son objectif: accueillir ces jeunes en tenant compte de leurs spécificités culturelles pour les aider à se confier lorsque tout ne va pas bien.

Régine Tardieu-Bertheau, Ph.D., est une psychologue clinicienne qui cumule plus de 28 ans d'expérience. Elle est la fondatrice et la directrice générale du Centre Professionnel Alter-Natives, qui regroupe une vingtaine de collaboratrices et de collaborateurs multidisciplinaires qualifiés en santé mentale. Elle est également superviseuse de stage clinique à l'Université de Montréal. Ses expériences de clinicienne en Belgique, en Haïti et au Canada ont confirmé sa conviction que la culture fait partie des aspects essentiels à considérer dans la prise en charge de tout individu, jeunes compris.

Santé mentale des jeunes de la diversité culturelle: comment naviguer à travers les codes culturels et mieux intervenir?

La santé mentale est façonnée par des codes culturels aussi variés qu'uniques! Les symptômes dépressifs, par exemple, sont décrits de différentes façons selon les pays: certains diront qu'il s'agit d'un «coup de vent», d'autres y verront un mauvais sort ou d'autres encore parleront d'un déséquilibre au niveau chimique au cerveau. Qui dit vrai?

Intervenir en santé mentale auprès des jeunes de diverses origines ethnoculturelles n'est pas toujours évident. C'est comme essayer de déchiffrer un manuel d'instruction en plusieurs langues!

Pourtant, c'est une démarche cruciale.

Elle peut faire la différence entre un jeune qui accepte la main qu'on lui tend et un autre qui hésite.

Comment pouvons-nous accompagner les jeunes des communautés ethnoculturelles en tenant compte de leurs réalités et des croyances et coutumes des familles dans lesquelles ils grandissent? Comment obtenir la collaboration des familles quand nos façons de voir la santé mentale diffèrent? Quels faux pas éviter?

C'est ici qu'intervient la psychologue Régine Tardieu-Bertheau, véritable navigatrice des cultures, spécialisée dans la psychologie transculturelle.





Virage: un outil pour favoriser la régulation des comportements dommageables chez les jeunes

Les jeunes confrontés à des difficultés affectives comme des traumatismes complexes, des enjeux ou des troubles de l'attachement, des fragilités de la personnalité ou des troubles du comportement adoptent souvent des attitudes auto-destructrices. Ils manifestent différents besoins et émotions à travers des comportements agressifs, de l'auto sabotage, de l'auto dévalorisation, des relations toxiques, parfois même de l'automutilation. Et ces comportements tendent à se répéter malgré les interventions et suivis qui se succèdent!

Est-il possible d'amener ces jeunes à non seulement comprendre le sens de leurs comportements nuisibles, mais à avoir envie de les transformer en gestes ou attitudes plus positives et efficaces pour eux-mêmes?

Amélie Saucier en est convaincue.

Ayant œuvré 12 ans en pédopsychiatrie au Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec auprès de jeunes aux comportements difficiles, cette psychologue engagée a développé un outil unique dont c'est justement le but. Cet outil d'intervention permet aussi de voir au-delà des comportements qui

sont sollicitants et parfois déstabilisants pour les intervenants, afin de garder notre empathie intacte et rendre chaque intervention authentique et pleine de compassion.

Présentation d'un outil d'intervention innovant, conçu pour aider les ados à mieux comprendre l'origine de leurs comportements dommageables et à adopter de nouvelles stratégies pour se réguler de manière plus saine.

Dre Amélie Saucier, D. Ps., est psychologue clinicienne, formatrice et superviseuse clinique. Elle a œuvré pendant 12 ans en pédopsychiatrie au Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec (CIUSSS-MCQ). Depuis 2023, elle est copropriétaire de la Clinique d'évaluation psychologique et d'intervention en santé mentale. Elle se spécialise entre autres dans l'évaluation psychologique de la personnalité et des troubles psychiatriques et pédopsychiatriques, et elle offre de la psychothérapie à des jeunes et à des adultes vivant avec une fragilité de la personnalité, des troubles de la personnalité, des difficultés d'attachement ainsi que des troubles anxieux et de l'humeur.

Le Gamer Mentor: des ados gamers qui deviennent la meilleure version d'eux-mêmes

Imaginez une équipe de soccer avec un entraîneur capable de tirer le meilleur de ses joueurs, sur le terrain comme en dehors. Il leur enseigne la discipline, la confiance en soi et une solide éthique personnelle.

Maintenant, transposez ce même scénario à un groupe de jeunes *gamers* âgés entre 12 et 17 ans. C'est ce que Mathieu Arcand a réussi à faire avec son équipe de *coachs gamers*.

Pendant les sessions d'entraînement, les coachs de Gamer Mentor transmettent bien plus que des compétences de jeu. Ils inculquent aux jeunes des valeurs et des habitudes de vie qui, peu à peu, les transforment. On voit apparaître une discipline personnelle renforcée, des habi-

letés de leaderships et de collaboration, une utilisation équilibrée du temps en ligne, la découverte de soi, une plus grande maturité, mais aussi une meilleure gestion de leurs émotions, de leur sommeil et de leur nutrition. Autrement dit, ces ados deviennent non seulement de meilleurs joueurs, mais des jeunes plus épanouis et plus confiants.

Comment les coachs de Gamer Mentor parviennent-ils à transmettre à ces jeunes une telle éthique personnelle?

C'est ce qu'explique Mathieu Arcand, l'instigateur du projet. C'est avec plaisir qu'il partage avec vous de quelle façon lui et son équipe arrivent à faire émerger chez ces jeunes une meilleure version d'eux-mêmes.



Mathieu Arcand est un entrepreneur et un mentor passionné par le développement humain. Il a fondé Le Gamer Mentor pour encadrer les jeunes de 12 à 17 ans dans leur passion des jeux vidéo, tout en leur permettant d'acquérir de solides habitudes de vie. Le projet est né d'un désir profond d'accorder les mêmes chances d'épanouissement aux jeunes qui aiment le jeu vidéo qu'à ceux qui aiment le sport. En plus d'être un gamer depuis sa jeunesse, Mathieu Arcand a aussi été joueur de football et guide de rafting en rivière, développant des compétences en animation et en confiance en soi. Son parcours témoigne de son engagement envers le développement des individus, celui des jeunes en particulier. En plus d'être le fondateur du programme Le Gamer

Mentor, Mathieu Arcand détient également un certificat en administration et gestion des affaires et un certificat en droit.

Lancé en 2020 avec une formule 100% à distance, le programme **Gamer Mentor** vise à encadrer les jeunes de 12 à 17 ans dans leur passion des jeux vidéo. Le programme, d'une durée de 6 semaines, offre un encadrement avec des professionnels, des pratiques à l'horaire et une insistance sur les saines habitudes de vie. Le Gamer Mentor place le développement et l'acquisition de compétences personnelles au centre de son programme, avec l'entraînement aux jeux vidéo.

Pourquoi le cerveau des jeunes a-t-il besoin de se sentir fier?

Pour terminer cette journée, nous laissons la parole à François Richer, neuropsychologue et professeur à l'UQAM, sur un sujet dont nous sommes plutôt... fiers!

«La fierté est utile!», dit-il. «Elle est aussi fondamentale que la faim, la peur et la libido, qui ont assuré notre survie. Elle est euphorisante, elle inhibe l'anxiété, nous fait anticiper des succès et nous donne de l'assurance. On se sent plus volontaire et on formule des plans plus ambitieux où l'envie de conquête domine sur la peur de l'échec», affirme le neuropsychologue.

À moins d'être excessive, la fierté n'est donc pas un défaut. Elle est au contraire un besoin essentiel, surtout pour les ados, qui affrontent plus souvent qu'à leur tour l'intimidation par les pairs, la pression des réseaux sociaux, une estime de soi et une image corporelle fragiles, pour ne nommer que ceux-là. «Ces pertes de fierté sont des stressors importants qui peuvent entre autres favoriser l'anxiété, la dépression et la violence. Et quand notre fierté tombe en panne, tout notre fonctionnement en souffre. C'est l'extrême opposé de «Yes we can!», précise François Richer. Et ce n'est pas ce que nous souhaitons, bien au contraire.

Découvrons ensemble les supers pouvoirs de la fierté sur le cerveau et la santé mentale des jeunes et des façons de la cultiver, avec François Richer, neuropsychologue et vulgarisateur hors pair.

François Richer est professeur de neuropsychologie et de neurosciences à l'Université du Québec à Montréal (UQAM). Il a travaillé sur les fonctions cognitives, notamment l'attention et le contrôle cognitif chez les enfants. Il a également exploré les interactions émotion-cognition dans les troubles du comportement, dont le TDAH et les comportements oppositionnels. Vulgarisateur scientifique hors pair prisé par les médias, François Richer est passionné par le transfert de connaissances aux intervenants et aux professionnels de la santé et de l'éducation.



Formation continue

Une demande de reconnaissance sera soumise à l'Ordre des psychologues du Québec et à l'Ordre professionnel des criminologues du Québec. Une fois obtenus, ces numéros de reconnaissance seront affichés sur notre site web.

D'autres ordres professionnels, comme l'OTSTCFQ et l'OPPQ pourraient également être en mesure de reconnaître vos heures de formation.

Veillez consulter leur règlement respectif sur la formation continue pour obtenir davantage d'information à ce sujet.



Tarifs et inscriptions

Tarif régulier

(Ex: milieu scolaire, services de police, CISSS/CIUSSS, etc.)

Inscription individuelle

212\$ + taxes / participant

***Des rabais de groupe sont également offerts.**

Tarif organismes communautaires et étudiants

(Ex: OSBL/OBNL, maisons des jeunes, carrefours jeunesse-emploi, CALACS, CAVACS, etc.)

Inscription individuelle

110\$ + taxes / participant

Visitez le conferencesconnexion.com/kairos pour les détails et les modalités d'inscription.

Nous sommes heureux d'annoncer qu'une partie des profits des journées sur les jeunes et la santé mentale est maintenant remise aux enfants de la communauté.

Ce geste est possible grâce à vous.

Merci du fond du ♥.

Des questions?

On adore y répondre!

N'hésitez pas à communiquer avec nous!
On se fera un plaisir de vous aider!

438 813-8323 | 1 855-240-5222
info@conferencesconnexion.com