

L'approche psychologique est nécessaire mais pas suffisante à elle seule, elle doit s'intégrer à la prise en charge globale de la famille

BUT : Aider l'enfant ou l'adolescent et son entourage à verbaliser leurs émotions et à retrouver un équilibre psychique

MOYENS

Créer une **alliance thérapeutique** (écoute active et soutien avec empathie) initiale et tout au long du suivi avec l'enfant ou l'adolescent et sa famille, incluant notamment le **respect de leurs choix**.

Adopter une posture en matière d'éducation thérapeutique avec des **approches à la fois cognitives et comportementales**.

Évaluer l'**état émotionnel** de l'enfant ou de l'adolescent et son **environnement familial et social**.

OBJECTIFS

Il est recommandé que les objectifs soient **retenus en accord avec l'enfant ou l'adolescent et sa famille** en tenant compte de leurs **connaissances**, leurs **représentations**, leurs **croyances** et leur **ressentis**.

Les objectifs peuvent porter sur :

- ◆ L'**état émotionnel**
- ◆ L'**affirmation de soi**
- ◆ L'**estime de soi** et le **vécu corporel**
- ◆ La **gestion des émotions**
- ◆ La **verbalisation des sentiments**
- ◆ Les **troubles du comportement alimentaire**

PRECAUTIONS

Rechercher les facteurs psychiques intervenant dans certaines situations telles que :

- ◆ Le **grignotage ou les prises alimentaires excessives** : ennui, anxiété, tristesse, colère, solitude, etc...
- ◆ La **résistance au traitement** : manque de motivation, ambivalence, facteurs de stress, etc...

Travailler avec l'enfant ou l'adolescent et sa famille autour des dimensions suivantes :

- ◆ L'**évaluation et le renforcement de la motivation**
- ◆ La **formulation positive des objectifs**
- ◆ Le **soutien** et la **déculpabilisation**
- ◆ Le **renforcement positif**
- ◆ Le **renforcement des compétences parentales** et de la **cohérence parentale**

Outil pour travailler sur les compétences psychosociales : CPS Mindful©

<https://afeps.org/outils-cps-mindful-developper-les-competences-psychosociales-de-l-enfant/>