



SOUS LA LOUPE

AVRIL
2024



LE PLAN D'INTERVENTION SELON LE GLM : *LE GOOD LIVES PLAN (GLP)*

Par :
MATHIEU COUTURE, Psychologue,
Responsable du développement des pratiques | RIMAS

Ce texte vise à donner suite à celui rédigé en janvier 2024. Nous vous invitons à relire ce dernier. Dans le présent, nous regarderons comment élaborer un plan d'intervention qui soit cohérent avec les notions de l'approche du *Good Lives Model* (GLM). Les concepts sont présentés rapidement dans un souci d'efficacité et de synthèse.

Évaluer les composantes d'un *Good Lives Plan* (GLP)

Nous avons décidé de conserver l'appellation originale anglophone, à défaut d'en trouver une meilleure francophone. Dans un premier temps, il faut identifier avec l'usager ses besoins primaires, soit les besoins qu'il juge essentiels à SA vie. Ensuite, ses besoins secondaires, c'est-à-dire les activités concrètes dans lesquelles il s'engage afin de répondre à ses besoins primaires. Une étape parallèle consiste à identifier les besoins primaires qui étaient associées au processus délictuel (lesquels étaient particulièrement importants au moment des délits) ainsi que les moyens (besoins secondaires) qui étaient mis en place pour combler ces besoins primaires. Enfin, une dernière étape consiste à identifier les lacunes du GLP, soit

les problèmes d'implémentation du GLP : moyens inappropriés de satisfaire les besoins primaires, manque de perspective sur les besoins, conflit ou manque de cohérence entre des besoins primaires et secondaires et manque de capacités à satisfaire certains besoins de manière adaptée.

Les besoins primaires et les moyens adaptés



Vie saine : consiste à adopter un style de vie et de fonctionnement sain. Peut inclure, sans s'y limiter, un bon régime alimentaire, l'activation physiologique, un horaire de sommeil équilibré, le tout dans le but de favoriser une meilleure régulation émotionnelle et un meilleur contrôle des impulsions.



Relations sociales/Affiliation : consiste à entretenir et développer des relations plus constructives avec la famille, les amis, les collègues, améliorer sa capacité à interagir avec les autres, à contrôler ses émotions et pulsions en contexte social, à résoudre efficacement les conflits, à identifier des relations plus positives pour soi, etc.



Excellence : consiste à identifier des intérêts pouvant s'actualiser au sein de loisirs ou d'activités, identifier des forces pouvant s'actualiser dans des choix d'études ou de travail, viser le développement d'habiletés en dormance, etc.





Connaissance : identifier des sphères d'intérêt et développer les connaissances sur ces sphères; peut inclure la connaissance sur soi.



Autonomie : capacité à s'auto-diriger, se connaître d'abord puis développer une confiance en son pouvoir d'agir, son sentiment d'efficacité personnelle. Développer sa capacité à identifier des objectifs personnels, reflétant des besoins et désirs sincères, à prendre des décisions et actions concrètes vers ses objectifs personnels afin d'augmenter la motivation et le succès vocationnel/personnel.



Appartenance : identifier et développer des intérêts favorisant un sentiment d'appartenance à une communauté. Orienter certaines activités vers ce groupe d'appartenance, impliquant ou non des contacts directs avec d'autres personnes, mais préférablement oui (p.ex., groupe d'intérêt, communauté de pratique, communauté religieuse).



Spiritualité/Sens à l'existence : identifier ce qui est important pour l'individu, profondément ancré en lui et lui donne une motivation à agir envers et contre toute épreuve et obstacle.



Paix intérieure : réduire les perturbations émotionnelles issues d'événements passés traumatiques, des difficultés à réguler les émotions et tolérer le stress, etc.



Bonheur : sentiment d'être globalement heureux ou du moins satisfaction réaliste face à la vie et ce qu'elle apporte à l'individu.



Créativité : laisser une place aux activités qui laissent libre-cours aux capacités d'innovation de l'individu, aussi petites et insignifiantes ces innovations puissent-elles sembler.

Avec notre client, on explore chacun des besoins primaires et comment ils peuvent se manifester dans la vie de tous les jours. Les gens ont plus tendance à décrire les activités qu'ils mettent en place (besoins secondaires). Il faut les amener à abstraire et mieux comprendre les besoins primaires sous-jacents à ces activités. Puis, questionner l'importance de chaque besoin primaire dans la vie actuelle

et dans la vie passée. Demander ce qui pourrait faire passer un besoin à 3/10 à un besoin à 6/10, analyser les moyens mis en place, évaluer les avantages et inconvénients de chaque moyen, trouver des moyens plus adaptés de répondre à ces besoins, etc.

Il est important de fuir la superficialité, car l'approche GLM est susceptible d'amener à verser dans cette superficialité. Un individu ne devrait pas élaborer un plan d'intervention fondé, par exemple, sur de meilleurs exercices quotidiens, quelques contacts sociaux de plus par semaine avec les gens qu'il apprécie et une activité structurée de fabrication de poteries. Ces activités, pour certains, pourraient changer une vie et, pour d'autres, n'avoir strictement aucun effet. Il est important d'analyser beaucoup plus intelligemment les besoins secondaires et leur lien avec le fonctionnement fondamental de la personne.

Mettre l'accent sur les besoins secondaires

Il s'agit ici d'explorer l'intensité de chaque besoin secondaire, regarder quelles stratégies ont fonctionné et lesquelles n'ont pas bien fonctionné, rechercher des lacunes sur le plan des moyens, des habiletés, de la congruence entre les besoins secondaires et les besoins primaires. Rechercher les opportunités que le client n'arrive pas à voir. Utiliser l'entretien motivationnel pour favoriser la motivation de l'individu à développer les habiletés manquantes ou saisir les opportunités jusqu'alors évitées. On peut inviter l'usager à se projeter dans le futur et voir comment les besoins secondaires mis en place pour combler les besoins primaires sont susceptibles de l'aider en cas de situations difficiles. Face à un événement de vie difficile? Face à une forte angoisse? Face à une période de déprime? Ces stratégies auront-elles la force de le soutenir et d'éviter une escalade vers le bas? Si ce n'est pas le cas, ces stratégies ne sont peut-être pas suffisantes ou suffisamment bien mises en place. Si c'est le cas, peut-être l'individu n'en tire pas tout ce qu'il pourrait en tirer.

Mettre l'accent sur les besoins primaires et la délinquance sexuelle

On regarde avec l'usager différents besoins primaires et comment ces besoins se manifestaient (ou non) à travers les gestes sexuels. Recherchait-il l'amitié? Un sentiment d'appartenance? Un sentiment d'autonomie? Un sentiment d'importance? Quels étaient les moteurs puissants de sa conduite sur le plan de la satisfaction des besoins? Est-ce un déséquilibre émotionnel qui l'a mené vers les gestes délictueux? Une recherche inadéquate de paix intérieure? Cette seule exploration peut durer plusieurs séances.

L'intervenant.e verra si le besoin primaire identifié est le bon via la résonance que ce besoin suscite chez le client. Il est aussi possible que le client ne connecte pas bien avec ce besoin primaire, notamment car il peut être perçu comme honteux et inacceptable d'avoir comblé un besoin fondamental par un geste aussi abject. Un travail de psychoéducation et de normalisation/validation émotionnelle sera souvent requis pour donner un accès au client à son.ses véritable.s besoin.s primaire.s. L'intervenant.e aura tendance à persister dans l'exploration d'un besoin primaire si plusieurs éléments soutiennent son hypothèse de travail : rationnel clinique pertinent entre le besoin primaire et les gestes sexuels, thème récurrent dans le discours de l'utilisateur, émotion apparente chez l'utilisateur lors de la discussion, plusieurs pensées automatiques faisant appel à l'association entre le besoin primaire et les gestes sexuels, etc.

L'exploration des besoins primaires associés aux gestes sexuels est essentielle. Cette analyse est susceptible de faire émerger dans le fonctionnement de l'individu des zones de grande fragilité, soit des besoins fondamentaux qui, lorsque carencés, peuvent faire basculer l'individu dans des conduites délictuelles dommageables pour autrui (et pour soi-même). Les besoins identifiés à cette étape devraient être des cibles prioritaires dans le plan d'intervention. Il va de soi que l'analyse des besoins secondaires et des obstacles ou lacunes à la satisfaction de ces besoins primaires est d'une importance capitale. Si l'individu a opté pour des conduites hautement inadéquates pour combler des besoins fondamentaux sains à la source, c'est parce que ces obstacles sont nécessairement majeurs et doivent être travaillés en traitement. Spécifiquement, ces obstacles seront des cibles spécifiques dans le GLP.



Intégration des informations dans un plan d'intervention style GLP

Le processus d'évaluation menant à l'identification du GLP peut prendre plusieurs rencontres. Il favorise l'identification des bons objectifs primaires recherchés à travers les comportements sexuels, l'importance relative

de chaque besoin pour l'utilisateur, les besoins secondaires ou moyens adaptés pour satisfaire les besoins primaires, les obstacles et lacunes devant être travaillées.

Exemple

Darius-René a commis des délits sexuels auprès de sa fille de 13 ans. Après exploration, nous avons identifié que le besoin primaire d'affiliation était extrêmement important et très peu comblé chez lui dans les dernières années. Il s'est isolé socialement, a délaissé ses principales relations amicales et familiales, et s'est tourné exclusivement vers l'attention que lui apportait sa fille à la suite de la séparation de sa conjointe.

Nous avons vu qu'au-delà de l'importance d'améliorer les relations sociales, il existait chez lui des obstacles profonds qui le rendaient susceptibles de choisir des moyens inadaptés de satisfaire ses besoins d'affiliation. Entre autres, de fortes carences émotionnelles parentales d'origine, des croyances et schémas inadaptés envers soi et les autres (*Je ne peux faire confiance en l'amour de personne, Je suis détestable, Personne n'arrivera à m'aimer*).

Sans un travail sur ces obstacles, issus de son fonctionnement psychologique profond, le besoin d'affiliation ne sera jamais comblé au niveau dont il en a besoin. Avec son intervenante, Darius-René identifie la mise en action sociale comme objectif principal. Concrètement, retrouver une fréquence relationnelle satisfaisante avec deux de ses amis et les membres de sa famille. En sous-objectif : identifier les patrons de cognitions négatives en contexte social et restructurer ces croyances, ainsi que les événements marquants ayant contribué à leur élaboration. En sous-objectif : pratiquer les compétences interpersonnelles en situation de jeux de rôle avec l'intervenante et lors de différentes situations sociales hiérarchisées en termes de complexité. En sous-objectif : pratiquer des techniques de gestion de l'anxiété sociale, dont la respiration.

Nous voyons dans cet exemple que l'amélioration d'une sphère de besoin primaire comme l'affiliation sociale est loin d'être aisée. Nous ne sommes pas dans la psycho-pop ici! Il ne s'agit pas d'aller voir ses amis pour que tout soit mieux! Chez Monsieur-Madame-Tout-le-Monde peut-être, mais pas chez un individu dont la carence du besoin primaire était si forte que des moyens inadaptés comme des délits sexuels ont été adoptés pour le combler... Il faudra travailler la disposition de l'utilisateur à profiter réellement des relations sociales auxquelles il prend part, sinon, ce ne sera qu'un feu de paille.

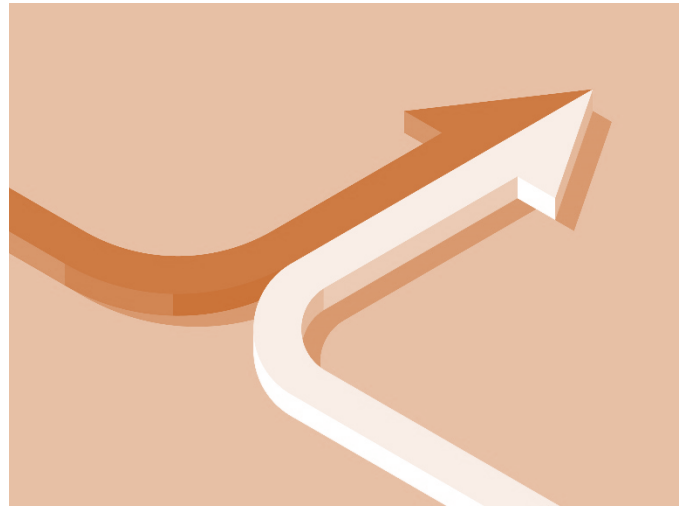
Réconcilier le plan d'intervention style GLP et le modèle RBR

Il n'y a pas de contradiction entre le GLM et le RBR. Les deux se complètent très bien. Les lacunes ou obstacles au GLP sont, essentiellement, des facteurs de risque de récurrence. Par exemple : l'impulsivité, facteur de risque reconnu, limite la capacité de l'individu à satisfaire son besoin primaire d'autonomie (prise de décision impulsive et irréfléchie, conséquences subséquentes sur le sentiment d'efficacité personnelle et l'impression de diriger son existence, etc.).

Dans un GLP, le travail sur l'impulsivité devient un moyen pour mieux satisfaire un besoin d'importance pour l'individu, soit le besoin d'autonomie. Le travail ne se limite pas à l'obstacle, mais aussi aux forces de l'individu. Ainsi, on l'aide à mettre de l'avant les situations dans lesquelles il est apte à exprimer sagement son autonomie tout en l'aidant à gérer son impulsivité se manifestant dans d'autres situations qui la limitent.

Viser une meilleure satisfaction de son besoin primaire d'autonomie est simplement plus constructif et motivant que de viser la réduction de son impulsivité caractérielle.

Appelez-moi pour en discuter!



Je vous invite à interagir sur le sujet directement sur le forum [Facebook du RIMAS](#), afin que toutes puissent bénéficier d'un approfondissement sur ce thème d'importance.

