

# PLAN DE CRISE

Certaines situations peuvent amener l'enfant (ou même l'adulte) vers de fortes crises. Les parents ou les proches n'ont pas à se sentir coupables de ne pas avoir su les prévenir : avec le temps, il est plus facile d'en identifier les causes et de mettre en place des stratégies pour les éviter ou les atténuer.

## Documenter les crises

À tête reposée, faites un retour sur la situation et noter les détails de ce qui s'est passé avant, pendant et après la crise. Vous pouvez consigner ces notes dans un journal, ce qui pourrait vous être utile pour documenter le tableau suivant ou pour instaurer des mesures de prévention.

Par ailleurs, pour la sécurité de votre enfant et la vôtre, un plan de crise peut s'avérer nécessaire. Nous vous proposons ici quelques éléments de base à considérer pour établir ce plan.

ÉLÉMENTS	DÉTAILS
<b>SIGNES PRÉCURSEURS</b> d'une situation de crise	
<b>PROCÉDURE D'INTERVENTION</b> favorable à l'apaisement	
<b>CHOSSES À FAIRE</b> et à ne pas faire! (craintes et besoins de la personne)	
<b>SI UNE VISITE À L'URGENCE</b> <b>EST NÉCESSAIRE...</b> (hôpital ou clinique à privilégier, transport, accompagnement, etc.)	

Outil inspiré du document *La trousse de ressources pour les parents. Programme de l'Ontario en matière d'autisme. (2013).*