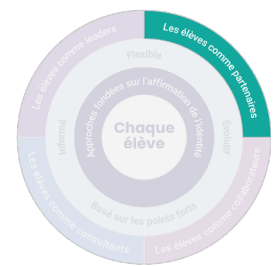


Champions de la santé mentale et de la lutte contre les dépendances chez les jeunes



Les élèves comme partenaires

Niveau scolaire des élèves	7 ^e et 8 ^e année
Conseil scolaire	Conseil scolaire du district catholique de Bruce-Grey
Contact au sein de l'équipe	Jennifer Kirby, jennifer.kirby@bgcdsb.org
Période de l'initiative	Octobre à juin de chaque année, depuis 2013
Adultes impliqués	Membres du personnel scolaire, travailleurs de l'enfance et de la jeunesse, directions et directions adjointes d'école

VUE D'ENSEMBLE

Le personnel des services d'aide à l'enfance et à la jeunesse, en collaboration avec les membres du personnel scolaire, anime une version adaptée de l'[initiative des champions de la santé mentale et de la lutte contre les dépendances chez les jeunes](#). L'objectif de ce programme est d'encourager les élèves à prendre l'initiative de créer des environnements scolaires plus sains, où la stigmatisation entourant la santé mentale peut être abordée. Il vise également à promouvoir la santé mentale et des activités de bien-être significatives pour les élèves.

Au cours des premières années du programme, les élèves de 7^e et 8^e année ont été invités à réfléchir et à sélectionner certains de leurs pairs, qu'ils considéraient comme des défenseurs efficaces et des leaders potentiels, pour qu'ils puissent assumer un rôle en tant que champions de la santé mentale. Les élèves qui n'avaient pas été sélectionnés, mais qui exprimaient un intérêt et un engagement envers le programme, étaient également encouragés à se joindre, formant ainsi un groupe dynamique de jeunes champions de la santé mentale. Depuis peu, le programme est passé à une pratique d'autodésignation seulement, permettant ainsi à tous les élèves de s'impliquer dans leurs écoles. Ce changement a entraîné un fort niveau d'engagement au sein de l'équipe.



Les jeunes champions s'engagent à promouvoir le bien-être et à combattre la stigmatisation entourant la santé mentale dans leurs écoles. Le personnel offre un module de formation aux jeunes champions pour les aider à développer leur littératie en matière de santé mentale et renforcer leur esprit d'équipe. Avec un budget à leur disposition, les jeunes champions sont encouragés à réfléchir à leur vision pour l'année à venir.

Parmi les événements passés organisés par les jeunes champions, on retrouve l'initiative du tableau d'affichage « Qui nous sommes », sur lequel les élèves pouvaient apposer un court profil d'eux-mêmes pour se présenter brièvement à toute la communauté. Ce tableau servait aussi à annoncer des activités telles que des promenades dans la nature ou des journées cinéma, et des tables de chocolat chaud et de popcorn avant le congé d'hiver. Vers la fin de l'année, généralement autour de la semaine de la santé mentale en mai, les jeunes champions animaient une activité principale dont, entre autres, la présentation de conférenciers invités ou la présence de chiens de thérapie.

Ce programme a eu comme résultat significatif un changement notable dans l'engagement des élèves et dans leur compréhension de la promotion de la santé mentale et du bien-être. L'implication globale de la communauté scolaire dans les activités de bien-être a augmenté, et les élèves plus jeunes attendent avec impatience la transition vers les niveaux de 7^e et 8^e année pour avoir la possibilité de devenir des leaders au sein de leurs écoles en tant que Champions de la santé mentale.

La participation des élèves qui se sont portés volontaires a également augmenté, suggérant ainsi que les efforts de réduction de la stigmatisation ont eu un impact positif. Les élèves ont indiqué qu'ils se sentaient plus confiants d'entrer à l'école secondaire, grâce aux connaissances acquises lors de la formation sur la santé mentale et le bien-être.

Étant donné que ce programme est initié par des adultes bienveillants et que les élèves réalisent toutes les phases des projets, en participant à la fois au processus et aux résultats, les élèves sont alors considérés comme partenaires.

POINT DE VUE DES ÉLÈVES

Les élèves de 8^e année ont indiqué qu'ils ont apprécié :

- d'être des Champions de la santé mentale et de pouvoir aider les autres;
- le fait d'avoir un aperçu de ce qui se passait;
- le processus de planification et en ont tiré des enseignements.

POINT DE VUE DU PERSONNEL

« Depuis le lancement du projet pilote, j'ai collaboré avec les Champions de la santé mentale. Ce que je crois avoir remarqué chez certains membres du personnel dans cette initiative, c'est une certaine appréhension quant au risque que les élèves soient perçus comme des « conseillers » ou se voient accorder trop de responsabilités. Cependant, ils se sont rapidement rendus à l'évidence que le programme favorisait la sensibilisation à la santé mentale et permettait aux élèves de s'engager dans diverses activités qui encourageaient l'interaction et l'inclusion entre les classes. »

« Au fil des années, de plus en plus de membres du personnel ont exprimé leur désir de s'impliquer ou de se joindre au programme, ce qui n'est pas toujours courant pour les activités extrascolaires. Je crois qu'ils perçoivent le programme de manière positive et souhaitent y participer pour en tirer des bénéfices et des apprentissages. »



« Une leçon importante que nous avons tirée concerne l'impact sur les champions de la santé mentale sélectionnés, en particulier lorsqu'ils étaient désignés par leurs pairs par un vote. Beaucoup d'élèves étaient enthousiastes d'être choisis par leurs camarades, tandis que d'autres étaient surpris ou moins satisfaits. Il était essentiel pour nous de prendre en considération que certains élèves pouvaient éprouver des difficultés sur le plan de la santé mentale au moment de leur sélection et qu'ils ne se sentaient pas prêts à participer à l'initiative. Ces élèves ont indiqué qu'ils se sentaient obligés de prendre part au projet en raison de leur sélection, mais ils ont aussitôt été informés que le personnel les soutenait et qu'il comprenait leur décision de ne pas participer. »

« J'ai trouvé cette approche louable, même si initialement elle était difficile à accepter. En fait, cela m'a fait réaliser à quel point nous avons progressé pour qu'un élève puisse ainsi communiquer ses besoins et prendre conscience de sa propre situation. Le message important que le personnel a appris était de faire comprendre à ces élèves qu'ils possédaient des forces et un potentiel de leadership qui étaient reconnus par leurs pairs et d'autres adultes, indépendamment de leur choix de participer. »

« Il est essentiel pour le personnel de prendre du recul et de laisser les élèves prendre les devants dans de nombreuses initiatives. Il peut être tentant de prendre le relais à leur place, mais les élèves sont parfaitement conscients de leurs besoins et capables de communiquer comment ils peuvent vivre des expériences positives en matière de santé mentale, et de quelle manière ils pensent pouvoir influencer les autres. J'apprécie la façon dont ils s'approprient le projet. » – Enseignante de niveau intermédiaire

