



## L'Institut d'été sur les collectivités sûres et en santé au Canada atlantique

*La promotion de la santé mentale de l'enfant et de la jeunesse –  
Engager toutes les générations !*

### PARCOURS ÉDUCATIFS de 2016

#### **Parcours éducatif #4 : Perfectionnement des compétences en apprentissage socioémotionnel afin de travailler plus efficacement avec les enfants et les jeunes**

**Objectif :** Perfectionner les compétences sociales et affectives pour permettre aux participants de favoriser avec plus d'efficacité l'autonomisation des enfants et des jeunes.

#### **DESCRIPTION :**

L'objectif sera atteint par la participation au programme À manipuler avec soin, projet canadien fondé sur des données probantes faisant la promotion du développement de l'apprentissage social et affectif chez les enfants, les jeunes et les familles.

À manipuler avec soin est un programme visant à aider les parents et les éducateurs à promouvoir la santé mentale (le bien-être social et affectif) des enfants et des familles quotidiennement! Financé par le Fonds d'innovation de l'Agence de la santé publique du Canada, le programme a été reçu avec beaucoup d'enthousiasme par la population générale et par les groupes culturels uniques partout au Canada :

- Établir des liens de confiance et d'attachement
- Développer et renforcer l'estime de soi
- Expression des émotions
- Relations avec les autres

Le programme est offert en séances de petits groupes ou individuelles. Les modules suivent tous le format suivant :

- Message clé
  - Sous-messages du point de vue de l'enfant*
- Recherche
- Soins personnels
- Activités
- Retour à la maison
- Mise en œuvre

Finalement, en plus de développer les compétences individuelles, ce programme permet de renforcer les capacités communautaires et d'améliorer les approches fondées sur des données probantes pour établir des liens d'attachement stables, développer une bonne estime de soi, favoriser l'expression des émotions et former des relations avec les autres. Les stratégies et l'exécution du programme sont basées sur la participation communautaire et un modèle de soutien mutuel, lequel est reconnu pour renforcer les capacités communautaires dans l'ensemble de la population, plus particulièrement chez ceux et celles qui risquent de souffrir de troubles de santé mentale.

## Objectifs d'apprentissage

Lorsqu'ils auront terminé quatre modules interactifs de deux heures, les participants auront atteint les objectifs suivants :

1. Mieux comprendre le contenu du programme À manipuler avec soin, soit :
  - b. les quatre modules fondamentaux;
  - c. la nature interactive du programme;
  - d. le rôle que jouent les soins personnels dans le bien-être;
  - e. les nombreuses activités diversifiées offertes à l'intérieur de chaque module.
  
2. Mieux connaître l'animation, la souplesse et la sensibilisation aux réalités culturelles du programme À manipuler avec soin, en :
  - a. créant un climat de confiance et de soutien;
  - b. encourageant l'interaction des participants selon leurs besoins et leurs niveaux de confort, autant en groupe qu'individuellement;
  - c. une conception du programme adaptée aux besoins des participants, p. ex. les besoins culturels et autres besoins des participants.
  
3. Être conscients des incidences du programme À manipuler avec soin partout au Canada, selon les résultats d'évaluations officielles :
  - a. Explorer la croissance du programme À manipuler avec soin au cœur des collectivités.
  - b. Examiner les outils de mentorat et de collaboration intégrés au programme À manipuler avec soin.
  - c. Examiner la croissance générale du programme au Canada atlantique et au Canada durant les cinq dernières années.

### Module 1

**MESSAGE CLÉ** : L'établissement d'une relation de confiance avec les enfants est l'une des tâches les plus importantes que les parents et les éducateurs peuvent accomplir pour favoriser le développement social et affectif des enfants dont ils s'occupent.

Ce module explore l'importance d'établir une relation de confiance à toutes les étapes de la vie d'un enfant, l'une des tâches les plus importantes qu'un parent ou un éducateur puisse accomplir pour encourager le bien-être affectif et social de l'enfant dont il s'occupe.

Un enfant en confiance sent qu'il est aimé et qu'on prend soin de lui, et qu'il y aura toujours quelqu'un là pour lui, peu importe la situation.

À l'aide d'une série d'étapes et d'exercices interactifs, nous verrons comment former des relations de confiance avec les jeunes enfants, les enfants, les adolescents et les jeunes adultes. Nous verrons aussi comment renouveler cette confiance à n'importe quel moment de la vie de l'enfant ou de l'éducateur. À tout moment de sa vie, un enfant qui vit une relation de confiance peut se consacrer à son « travail », qui consiste à apprendre. Il n'a pas à s'inquiéter de savoir s'il sera nourri, câliné, apaisé et en sécurité. Ses parents ou éducateurs lui offrent une solide fondation. L'établissement d'une relation d'attachement prend du temps, et nous pouvons chaque jour chercher à faire de notre mieux. Il est important de ne pas oublier qu'il n'est jamais trop tard pour établir une relation de confiance avec un enfant.

## **Module 2**

**MESSAGE CLÉ :** Montrer aux jeunes enfants qu'ils sont aimés, méritent d'être aimés et capables favorise une bonne estime de soi.

Une bonne estime de soi, c'est sentir qu'on a confiance en ses capacités et qu'on est aimé. Elle est liée à une bonne santé mentale, de même qu'à une incidence réduite des problèmes de comportement, des difficultés d'ordre social et du sentiment d'isolement. Une relation stimulante, en particulier avec les parents, constitue le facteur le plus important pour l'établissement d'une bonne estime de soi chez un enfant. Les parents et les éducateurs contribuent à l'établissement d'une bonne estime de soi chez les plus jeunes en répondant avec constance à leurs besoins de façon chaleureuse, ouverte et souple. Leur amour envers un enfant, peu importe la façon dont il se comporte, est essentiel au développement d'une bonne estime de soi.

Encore, à l'aide d'une série d'étapes et d'exercices interactifs, nous verrons comment former des relations de confiance avec les jeunes enfants, les enfants, les adolescents et les jeunes adultes. Nous verrons aussi comment renforcer cette confiance à n'importe quel moment de la vie de l'enfant ou de l'éducateur. Les interactions et les expériences que vit un enfant ou un jeune, ainsi que les commentaires qu'il reçoit de la part de ses parents et éducateurs au cours de ses premières années, jettent les bases de l'image qu'il se fait de lui-même. Une fois établie, l'estime de soi demeure relativement stable au fil du temps.

## **Module 3**

**MESSAGE CLÉ :** Montrer aux jeunes enfants que la reconnaissance et l'expression de leurs émotions les aident à acquérir la maîtrise de soi, à communiquer leurs expériences et à tisser des relations saines.

La maîtrise des émotions joue un rôle prépondérant dans le développement social et affectif de l'enfant. Les enfants et les jeunes qui apprennent à exprimer sagement leurs émotions présentent une meilleure maîtrise de soi et établissent des relations plus positives avec les autres. Les conversations portant sur les sentiments sont essentielles pour permettre aux enfants de comprendre et d'exprimer leurs émotions. Lorsqu'un enfant est bouleversé, il a besoin que l'adulte qui en prend soin reconnaisse et respecte ses sentiments. Tout comme les adultes, les enfants ont besoin que les personnes qui prennent soin d'eux comprennent et respectent leurs sentiments. Une telle attitude les aide à développer une estime de soi positive et leur enseigne à se préoccuper des sentiments des autres.

Comme dans les modules précédents, à l'aide d'une série d'étapes et d'exercices interactifs, nous verrons comment former des relations de confiance avec les jeunes enfants, les enfants, les adolescents et les jeunes adultes. Nous verrons aussi les avantages d'une telle démarche tout au long de la vie de l'enfant et de l'éducateur. Les enfants observent constamment les personnes qui les entourent et en tirent des apprentissages. Lorsque les enfants voient les adultes importants dans leur vie vivre des émotions fortes et composer avec celles-ci de façon positive, ils sont plus susceptibles d'imiter cette attitude.

## **Module 4**

**MESSAGE CLÉ :** Les relations positives aident les enfants à se sentir bien dans leur peau et jettent les bases de leur bien-être social et affectif futur.

Les relations positives avec les autres enrichissent la vie des enfants. Elles leur enseignent à s'entendre avec les autres, à faire des compromis, à penser à ce que ressentent les autres et à coopérer. Les membres de la famille, les amis et les éducateurs aident les enfants à développer des relations positives. Pour un enfant, l'établissement de solides relations avec des adultes de confiance constitue une première étape importante pour le développement de relations positives avec les autres. Lorsqu'un jeune entretient une relation de confiance sécurisante avec ses parents ou ses éducateurs, il est susceptible de tisser des liens avec les autres et de se

soucier d'autrui. Par contre, un jeune qui n'entretient pas de telles relations avec les adultes dans sa vie est plus susceptible de manifester un comportement agressif avec les autres, d'être rejeté et d'avoir des relations tumultueuses avec ses camarades.

En reliant ce que nous avons appris dans les modules précédents avec nos exercices interactifs, nous verrons de quelle manière nous pouvons établir des relations dès un tout jeune âge et au fil des années, jusqu'à l'âge adulte. Les enfants auront, tôt ou tard, des différends et des malentendus, même avec leurs bons amis. Toutefois, les adultes peuvent les aider à régler leurs problèmes et trouver de bonnes solutions qui les suivront toute leur vie.

*L'information recueillie par nos recherches sera intégrée tout au long du programme.*

### **Animatrices des ateliers :**

**Alice Taylor** possède de l'expérience dans le domaine de la petite enfance et de l'éducation des adultes. D'après elle, le mieux-être social et émotionnel (santé mentale) influence chaque partie de notre vie, y compris notre santé physique. Alice croit fermement que le fait de respecter une personne pour ce qu'elle est, et comme elle est, constitue la base de liens qui nous permettent de travailler ensemble pour former des familles solides et de bâtir des communautés fortes et accueillantes au sein desquelles nous pouvons tous nous épanouir. En raison de ses liens avec Hincks-Dellcrest Centre, à titre de partenaire pour l'Île-du-Prince-Édouard, Alice est en mesure de continuer son engagement de toute une vie envers les enfants et les familles.

**Eileen Conway-Martin** vit à O'Leary, région rurale de l'Île-du-Prince-Édouard. Elle a travaillé et étudié dans les domaines du counseling, du développement communautaire et de l'éducation, obtenant un certificat en counseling de l'hôpital de Boston et une maîtrise en éducation de l'Université Mount St. Vincent. En début de carrière, son travail de conseillère était axé sur la toxicomanie, et elle est intervenue auprès de femmes et de familles à Boston. Eileen s'est par la suite installée à l'Île-du-Prince-Édouard où est née sa passion pour le développement des familles et de la petite enfance. On lui a proposé peu après de travailler comme conseillère et éducatrice communautaire avec les collectivités Mi'Kmaq de l'Île. Après une première collaboration avec la collectivité de Lennox Island, Eileen a eu le plaisir au cours des 30 dernières années de travailler en partenariat avec toutes les organisations autochtones de l'Île. Devenue facilitatrice et coordonnatrice de l'Atlantique pour le projet À manipuler avec soin, Eileen continue de transmettre son message d'espoir, de guérison et de résilience auprès des enfants, des familles et des collectivités.

**Sara MacDougall** Dès que Sara a pris connaissance des activités Handle with Care, elle s'est immédiatement inscrite au programme de compétences parentales de huit semaines et en a aimé l'aspect expérientiel. L'importance de prendre soin d'elle-même est ce qu'elle a tiré le plus de la séance de compétences parentales. Sara a rapidement décidé de s'inscrire à la formation de facilitatrice et a récemment animé un groupe de parents. Elle aimerait un jour que les notions d'apprentissage social et émotionnel soient intégrées dans le programme scolaire et que tous les parents aient accès aux programmes Handle with Care. Sara détient un baccalauréat en enseignement de l'Université Mount Saint Vincent et a enseigné à l'école élémentaire en Angleterre et aux Émirats arabes unis. Elle travaille actuellement à titre de conseillère auprès de la firme The Quaich Inc.