

Initiative de santé mentale en vedette

Initiative de programme TAG

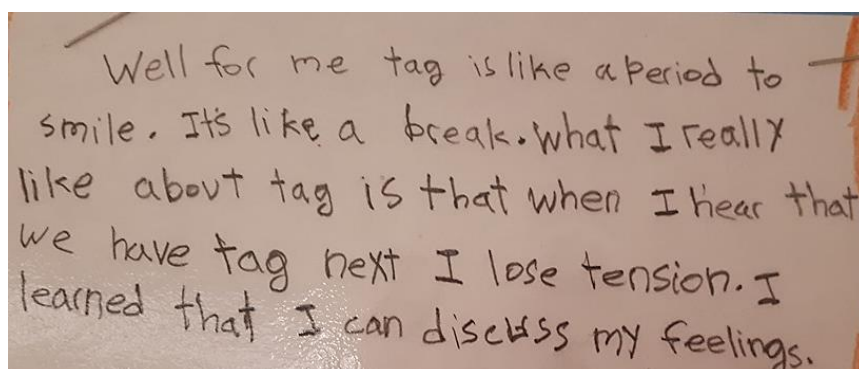
École intermédiaire Robert H. Lagerquist (Brampton, Ont.)

Contexte

Robert H. Lagerquist (RHL) est une école intermédiaire à Brampton, Ontario, pour les élèves de la sixième à la huitième année. L'école abrite une communauté diversifiée sur les plans culturel, socioéconomique et éducatif. Il y a environ 200 élèves d'anglais langue seconde (ALS) et il y en a 200 avec un plan d'enseignement individualisé (PEI). Bon nombre d'élèves de cette école ont traversé des situations difficiles dans leur vie, et en conséquence, ils composent régulièrement avec le stress.

Pratique prometteuse

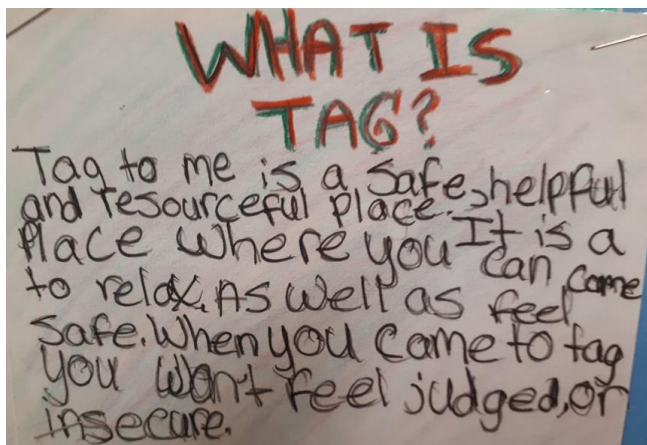
Il y a deux ans, RHL a instauré un nouveau programme appelé TAG (Teacher Advisory and Guidance/Consultation et orientation guidée par l'enseignant). Le programme TAG est un moyen d'enseigner des leçons de santé mentale. Dans le cadre du programme TAG, les



élèves passent deux séances par semaine à étudier des thèmes de santé mentale qui ne seraient pas normalement ou suffisamment abordés par le programme d'études ordinaire. Effectivement, TAG a vu le jour lorsque les enseignants, ayant remarqué que bon nombre d'élèves composaient avec des troubles de communication ou de résolution de conflits, ont décidé que les élèves avaient besoin d'une orientation plus ciblée dans ces domaines.

Chaque semaine, les élèves ont la possibilité de méditer, écrire dans un journal, et tenir un cercle de conversation de la classe. Durant ces cercles communautaires, bon nombre de thèmes sont abordés. Souvent, pour rester anonymes, les élèves écrivent un problème ou une question sur un bout de papier, puis toute la classe en discute. Ce faisant, les élèves découvrent qu'ils ont plus de choses en commun qu'ils ne le pensaient. Cet exercice les encourage à développer l'empathie et la compréhension, donnant lieu à des relations d'amitié plus solides et authentiques. Beaucoup d'élèves ont exprimé qu'ils supportent un stress important : en conséquence, les enseignants tiennent à développer encore le programme par la création d'une trousse d'apaisement qui offrirait aux élèves encore plus de stratégies et d'idées. Les objets qu'on pense mettre dans cette trousse incluent des balles anti-stress faites à la main, des roches décorées et des sachets de lavande.

En fonction des besoins individuels de l'élève, d'autres articles, tels que les écouteurs par exemple, pourraient être ajoutés dans la trousse.



Impact

Le personnel scolaire a effectué des sondages auprès des élèves, en leur demandant de noter leur capacité à composer avec le stress, sur une échelle de 1 à 10, et en leur demandant s'ils appliquent l'une ou l'autre des leçons du programme TAG. Les enseignants vont continuer à contrôler ces données statistiques et, avec l'ajout des trousse d'apaisement, on espère voir une amélioration globale des niveaux de stress éprouvés par chaque élève. Les résultats du programme TAG démontrent que les élèves qui composent avec le stress ou des problèmes de santé mentale sont ouverts

à l'idée de se confier les uns aux autres dans un environnement sécuritaire et encadré, comme leurs cercles communautaires. Les élèves aiment écouter et partager, et ils ont indiqué très clairement que le programme TAG est très utile et qu'ils sont reconnaissants qu'un tel programme existe dans leur école.

Viabilité

Plus il y aura d'enseignants qui recevront une formation en TAG et un accès aux supports et documentation du programme, plus il y aura d'élèves qui sont exposés aux techniques de gestion du stress, et plus le programme TAG s'enracinera dans la culture même de l'école. Le programme TAG ne coûte pas cher, et il est facilement accessible à tous les enseignants et tous les élèves. Le programme détermine les besoins particuliers de chaque élève et offre un soutien de santé mentale axé sur les stratégies et les outils qui marchent le mieux pour l'élève individuel.

Modifications

Voici quelques suggestions de modifications qu'on pourrait apporter au programme pour l'adapter à d'autres environnements d'apprentissage.

- Incorporez l'activité physique lors de partager des histoires et expériences, et organisez les élèves en petits groupes ou binômes pour « marcher et parler »
- Donnez aux enseignants des outils, des ressources et des formations additionnels de santé mentale afin d'augmenter la qualité de l'orientation qu'ils fournissent aux élèves
- Pour les années plus jeunes, organisez des groupes d'alphabétisation pour examiner et discuter différentes histoires se rapportant à la santé mentale, incluant *The Princess and the Fog* de Loyd Jones, ou *Visiting Feelings* de Lauren Rubenstein

Une campagne d'EPS Canada



Présentée par

