

Pleins feux sur une initiative de santé mentale

Programme Ventures

Centre for Learning Alternatives (Prince George, C.-B.)

Contexte

Le programme Ventures a été mis sur pied dans une école secondaire alternative dont la population consiste majoritairement en jeunes à risque. Pour être accepté dans cette école, l'élève doit avoir épuisé toutes ses ressources dans le système scolaire ordinaire, doit être en danger de décrochage, et doit avoir besoin d'un soutien intensif, incluant des initiatives de santé mentale. Plus de la moitié des élèves ont un diagnostic clinique établi; pour ce qui est des autres, bon nombre composent avec des troubles non-diagnostiqués.

Pratique prometteuse

L'initiative Ventures est un cours pluridisciplinaire sur 10 mois qui combine éducation physique, enseignement de plein air et leadership; le tout se déroule dans un environnement agréable et positif. Les approches utilisées incluent l'apprentissage expérientiel, l'engagement communautaire, le mentorat, le leadership et le bénévolat. Le programme est encadré par un conseiller clinicien accrédité (qui détient également un diplôme en enseignement avec spécialisation en éducation physique) et un travailleur jeunesse se spécialisant en santé mentale. Divers membres de la communauté et du personnel enseignant y jouent également un rôle.

Une approche intitulée *Challenge by Choice* s'emploie, en veillant à se mettre au niveau des élèves, tant sur le plan physique que sur le plan émotionnel, et adapter le soutien à leur mesure. Cette approche autonomise les élèves et favorise un environnement sécuritaire, positif, inclusif, quasiment familial, qui favorise la bonne santé mentale et qui mise sur l'activité physique. À ce titre, on déploie diverses stratégies thérapeutiques et on offre une variété d'activités dans une variété d'environnements. Chaque séance débute et termine sur un cercle de conversation où les élèves sont encouragés à coter leur état d'esprit sur une échelle de 1-10, et à partager leurs pensées à volonté. On enseigne aux élèves une aptitude à écouter avec empathie, et à cet effet on les invite à participer à des activités d'établissement de liens de confiance. Au fil de l'année, les élèves sont amenés à découvrir des sentiers, installations extérieures de loisirs, et installations communautaires, ceci pour forger et renforcer les liens avec la communauté. En même temps, ces pratiques soutiennent une attitude positive envers l'activité physique, qui sert non seulement à développer des stratégies de mieux-être mental, mais également à augmenter les chances que les élèves demeureront actifs à long terme.



En tant que groupe, les participants au programme Ventures font des activités de bénévolat au sein de leur communauté. Ils utilisent les habiletés apprises au programme Ventures pour mener des séances d'activité physique

et de vie saine avec les élèves du primaire. Ils montent des journées thématiques et travaillent avec de petits groupes d'élèves à l'élémentaire identifiés pour leur aptitude au mentorat. Les participants au programme Ventures travaillent également à entretenir l'anneau de glace de l'école; et ils aident dans la cuisine qui prépare les repas scolaires, où le coordonnateur de nutrition leur apprend comment préparer des mets sains pour eux-mêmes et pour autrui.

Dans le cadre du programme Ventures, les élèves peuvent obtenir plusieurs certificats qui renforcent leur employabilité tout en augmentant leur confiance. Ces certifications incluent Secourisme niveau 1, CORE, et les principes High-Five de développement sain de l'enfant. La philosophie qui sous-tend le programme Ventures veut que la combinaison d'environnement extérieur, activités physiques, développement des habiletés, participation communautaire, et un programme bien encadré, axé sur l'aspect thérapeutique, va améliorer la santé globale, le taux de présence, et la confiance des élèves.

Effets

Les élèves au programme Ventures ont un taux de présence de 87% tandis que le taux de présence des élèves qui ne sont pas dans le programme est d'environ 62%.

Viabilité

L'administration scolaire, qui soutient pleinement le programme, a créé des partenariats avec le milieu communautaire, et a déployé des démarches créatives afin de maintenir ces partenariats (par exemple, en automne les élèves enlèvent les broussailles au centre de ski de fond, puis en hiver ils ont la possibilité d'y faire du ski à un tarif réduit). Ventures s'associe également avec l'école élémentaire locale en vue de développer un programme de mentorat par les pairs avec les élèves de Ventures.

Modifications

Voici des suggestions pour adapter cette approche pour convenir à différents environnements d'apprentissage.

- Montez le programme une fois par trimestre, ou une fois par mois s'il n'y a pas suffisamment de ressources pour supporter le programme pour tout un trimestre.
- Prévoyez une fin de semaine d'éducation en plein air et appliquez les enseignements du programme lors d'une excursion d'une nuit.
- Prévoyez des sorties à vélo ou des randonnées guidées dans les sentiers locaux. Le guide pourrait faciliter des conversations sur les stratégies pour appuyer la santé physique et mentale.
- Planifiez des options d'activité physique qui incluent des conversations sur la santé mentale et les liens entre celle-ci et l'activité physique.

Une initiative d'EPS Canada



Présentée par

