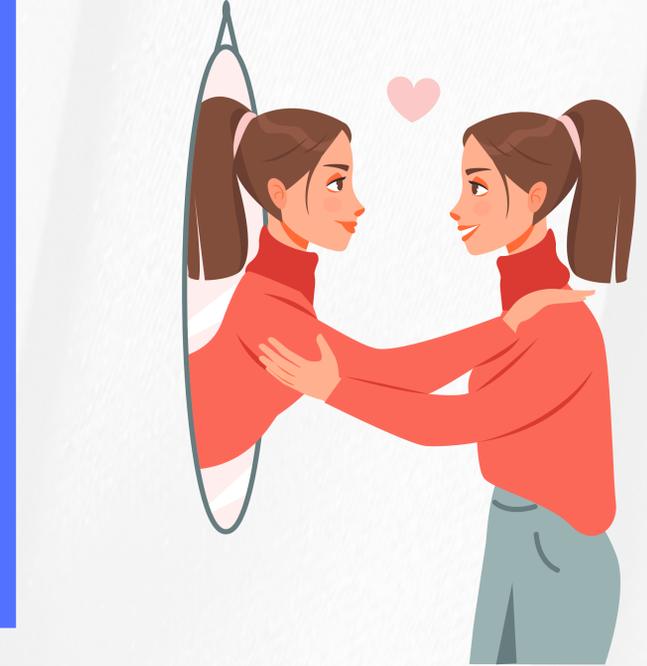


INTERVENTION DE GROUPE PARENT-ADO VISANT À RENFORCER L'ESTIME DE SOI DES JEUNES (À CHACUN SON ESTIME)

Milieu: CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, Équipe Jeunes en difficulté

Mission: Offrir des services contribuant à la santé et au bien-être des jeunes en difficulté et de leur famille. Ces services destinés à la clientèle jeunesse concernent entre autres les problèmes liés au développement ou au comportement, au soutien parental et aux relations familiales.



DESCRIPTION DE LA PROBLÉMATIQUE

Peu d'interventions sont proposées à la clientèle jeunesse en matière d'enjeux associés à l'estime de soi.

Ces enjeux vécus principalement par les adolescents engendrent de multiples effets psychosociaux :

- isolement social
- détresse psychologique
- difficultés relationnelles
- etc.

-En ce sens, il s'avérait bénéfique d'offrir des services à la clientèle jeunesse où les adolescents étaient en mesure d'aborder leurs difficultés reliées au soi et ainsi bénéficier de stratégies et de ressources permettant de diminuer les effets de cette problématique.

PROJET D'INTERVENTION

Objectifs: Sensibiliser les jeunes et leur parent aux enjeux associés à l'estime de soi, tout en créant un espace de discussion entre les participants. Également, permettre aux participants d'appliquer différentes stratégies favorisant une estime de soi positive.

Méthodologie d'intervention: Intervention de groupe - Permet d'améliorer la capacité d'écouter, de verbaliser ses émotions et de renforcer la confiance en soi. Les participants prennent conscience qu'ils ne sont pas les seuls à vivre certaines problématiques. De plus, cette méthodologie permet aux participants de reconnaître leurs forces et ainsi venir les renforcer. Enfin, le groupe a comme objectif d'explorer la relation entre le parent et son adolescent pour ensuite consolider celle-ci.

Cadre d'analyse: systémique - l'individu fait partie et est influencé par différents systèmes : familial, social, etc.

Ce cadre tient alors compte de la communication et des interactions entre les individus.

Approche d'intervention: Approche centrée sur les forces - Chaque jeune possède des forces personnelles et/ou environnementales qui, souvent, ne sont pas reconnues, et que ce sont ces forces qui lui procurent la motivation nécessaire au développement de son plein potentiel. Cette approche basée sur l'identification et le développement des forces est un soutien efficace à l'estime de soi des jeunes, qui pourrait leur permettre de trouver leurs propres manières de faire face aux difficultés.

ÉTAPES D'ÉLABORATION ET D'IMPLANTATION

- Discussions avec les intervenants de l'équipe permettant de cerner leur réalité ainsi que les enjeux reliés à l'intervention
- Réalisation d'entrevues avec des jeunes du programme JED afin de comprendre leurs besoins en ce qui a trait à l'estime de soi
- Recrutement à l'aide d'un dépliant (One-Pager)
- Création de trois séances d'animation avec des thématiques bien spécifiques :
 - 1ère séance: estime de soi et affirmation de soi
 - 2e séance: relation entre parent et adolescent
 - 3e séance: estime de soi et utilisation des médias sociaux

DIMENSIONS DE L'ESTIME DE SOI

La **perception de soi** correspond à la vision qu'une personne a d'elle-même. Elle se développe tout au long de la vie et prend racine à l'enfance. Les rapports que les adolescents entretiennent avec leur environnement influencent la perception de soi et peuvent les mener à se comparer aux autres et à adopter certains idéaux ou comportements.

L'**affirmation de soi** signifie être en mesure d'exprimer ses opinions, ses sentiments et ses besoins. Elle est définie par une attitude intérieure qui consiste à croire que nous avons une valeur et ce pouvoir d'agir face à nos besoins et à notre environnement.

L'**amour de soi** se développe depuis notre naissance à travers des relations stables et empathiques. Les parents et l'entourage, grâce à des réponses adéquates aux besoins de leurs adolescents, vont permettre l'apaisement et le développement d'une représentation juste d'eux-mêmes. L'amour de soi permet de faire des projets et de penser qu'on est en mesure de les réaliser, c'est notre capacité de mobiliser notre énergie dans l'atteinte d'objectifs réalistes.

BILAN/ANALYSE

Leçons apprises:

- Toujours tenir compte des contraintes organisationnelles
- Recrutement difficile lorsqu'il s'agit d'une intervention de groupe, en plus où l'implication du parent est requise
- L'estime de soi est une problématique tabou et vague pour une partie de la population québécoise, donc il n'est pas toujours évident pour celle-ci de prendre conscience des effets négatifs pouvant en découler et ainsi se mobiliser à cet effet.

Recommandations afin d'assurer la pérennité du projet:

- Réfléchir davantage à la manière d'impliquer le parent dans le processus d'intervention.
- Ajuster le contenu des séances en fonction des besoins actuels de la clientèle.
- Comment les intervenants peuvent aussi utiliser le contenu des séances du groupe "À chacun son estime" dans leurs suivis individuels?

