

MALA VIDA I et II

Une action de prévention proposée
aux jeunes de 15 à 25 ans
pour la prévention du mal-être
et la promotion du bien-être

RAPPORT D'ÉVALUATION Juillet 2010

Holisme Communication

Résidence du port – Bat. B – 26 rue du Mont saint clair – 34280 Carnon
☎ & 📠 04 67 58 87 41 ✉ contact@holisme.org 🌐 www.holisme.org
N° SIRET : 394 103 154 00065 – APE : 8899B – N° de formation : 91340326834

SOMMAIRE

INTRODUCTION

I. PRESENTATION DE L'ACTION

1. Les constats de départ
2. Les objectifs
3. Les intervenants
4. Le déroulement des actions de prévention
5. le calendrier
6. les outils d'évaluation

II. EVALUATION DE L'ACTIVITE

1. Volume d'intervention
2. Publics
3. Territoires
4. Travail avec les partenaires

III. EVALUATION DU PROCESSUS

1. Au niveau des partenaires
2. Au niveau des jeunes
3. Respect du calendrier

IV. EVALUATION DES RESULTATS

1. Rappel des objectifs spécifiques, critères, indicateurs et outils d'évaluation
2. Résultats de l'action par rapport aux objectifs spécifiques
 - a. Objectif spécifique 1
 - b. Objectif spécifique 2
 - c. Objectif spécifique 3
 - d. Objectif spécifique 4
3. Analyse globale des résultats

V. CONCLUSION ET PERSPECTIVES

ANNEXES

INTRODUCTION

L'action Mala Vida est une action destinée aux jeunes de 16 à 25 ans. Son objectif est de promouvoir le bien-être psychologique au travers de deux séances collectives de réflexion et d'échanges.

Cette action reste innovante dans la mesure où elle se situe dans le registre de la prévention alors que le dispositif existant autour de cette thématique est principalement celui du soin. Elle propose également un travail collectif là où la démarche individuelle est le plus souvent observée.

Cette deuxième année d'activité a conforté cette thématique qui s'est inscrite dans plusieurs nouveaux établissements et dont le volume a largement dépassé le prévisionnel.

I . PRESENTATION DE L'ACTION

1. Les constats de départ

Constats régionaux

Les données statistiques dont nous disposons sur la santé psychologique des jeunes en Languedoc-Roussillon concernent le suicide et les addictions.

Ces données proviennent des sources :

- Note de cadrage « Mal-être » des appels à projet GRSP 2008
- Le site internet de Prévention Suicide Languedoc-Roussillon
- Le site internet « Région Languedoc-Roussillon La Tribu, les jeunes en tête »
- Le rapport « Addictions. Etat des lieux en Languedoc-Roussillon » Mai 2005

Souffrance psychologique

L'association PSLR indique que le repérage des personnes présentant une souffrance psychologique se situe en-dessous de la réalité.

Toutes les sources indiquent que le suicide est la 2^{ème} cause de mortalité des jeunes languedociens, après les accidents de la route. Ces chiffres de morts par suicide dans la région sont supérieurs à la moyenne nationale et contrairement aux tendances nationales, le suicide des jeunes ne diminue pas.

En Languedoc-Roussillon, « un certain nombre de jeunes ayant fait des tentatives de suicide ne bénéficient pas de soins », « Peu de protocoles hospitaliers sont réalisés sur la prise en charge des tentatives de suicide » (Note de cadrage GRSP).

En ce qui concerne les points écoute jeunes, les constats régionaux signalent une « répartition très hétéroclite, un dispositif mal coordonné et insuffisant ».

Enfin, si l'on se base sur le document du GRSP indiquant les financements alloués aux structures dans le cadre de la thématique « souffrance psychique », on repère un grand nombre d'actions d'accueil individuel. Très peu ont été financées dans le cadre d'actions collectives et aucune dans le département de l'Hérault.

Addictions

Le rapport sur les addictions indique que comparativement au reste de la France, les prévalences observées en Languedoc-Roussillon auprès d'adolescents âgés de 17-18 ans sont :

- Supérieures pour le tabagisme quotidien
- Nettement supérieures pour l'ivresse répétée
- Supérieure pour les usages réguliers de cannabis
- Nettement supérieures pour les usages quotidiens de cannabis
- Nettement supérieures pour l'expérimentation de cocaïne, LSD et ecstasys
- Nettement supérieures pour l'expérimentation de produits à inhaler

On note également la consommation en augmentation constante de médicaments psychotropes par les jeunes.

Dans le cadre de ces consommations, on peut se demander combien sont en lien avec une problématique de souffrance psychologique sous-jacente.

Conduites à risques

A l'instar de notre réflexion sur les addictions, on peut se demander dans quelle mesure les conduites à risques observées chez les jeunes languedociens (accidents de la route, grossesses non désirées, sida-IST etc...) ne trouvent pas pour certains un ancrage dans un état de souffrance psychologique.

Constats de terrain

Création de l'action

L'action « Mala Vida » est issue de réflexions menées avec les professionnels d'établissements scolaires où nous intervenons dans le cadre d'autres actions. A plusieurs reprises, des jeunes ainsi que ces professionnels nous ont sollicité pour mettre en place des séances collectives de promotion du bien-être dans leurs établissements.

Les constats relevés par les professionnels :

- Les thématiques addictions et sexualité sont très présentes dans les actions de prévention mises en place dans les établissements, très peu sur la santé psychologique des adolescents
- Des difficultés à trouver des intervenants sur la thématique de la santé psychologique des adolescents
- Une insatisfaction par rapport aux interventions de type "conférences-débats" où les jeunes sont très peu nombreux et où seuls les parents déjà sensibilisés sont présents.

- L'accent est mis sur la prise en charge de la souffrance psychologique des jeunes et la quasi-absence d'actions de prévention, sur le repérage des situations de mal-être, en amont des questions de traitement.

Après deux ans d'action

Sur le champ des populations jeunes, il nous semble que les jeunes en difficultés scolaires et d'insertion professionnelle sont ceux qui se trouvent les plus exposés aux risques en matière de santé. Notre expérience (corroborée par la dernière étude sur la santé des jeunes en Languedoc-Roussillon réalisée par l'ORS) nous fait constater une plus grande prise de risques sur les thématiques « addictions », « sexualité » et par rapport à l'image d'eux-mêmes particulièrement dévalorisée.

Donc selon nous, les publics sont, par ordre de priorité :

- Les jeunes en échec scolaire et professionnel qui se trouvent dans les dispositifs d'insertion (jeunes accueillis par les MLI et en stage de remobilisation). Une proportion très importante de ces jeunes est enkystée dans une désespérance qui les conduit à un désinvestissement de leur santé, à des consommations d'alcool et de cannabis vécues comme thérapeutiques, à une sexualité peu épanouie et à des expressions très caractérisées d'autodestruction (de la conduite aux tentatives de suicide).
- Les jeunes en lycée professionnel ou en centre d'apprentissage sont plus installés (beaucoup plus que les jeunes de lycée général) dans l'expérimentation de toutes formes de prises de risques. Plus les filières sont connotées négativement en terme de réussite sociale ou plus les établissements accueillent des jeunes qui n'ont pas été dans de vrais choix de qualification plus les jeunes souffrent d'une image dégradée d'eux-mêmes. Les prises de risques ne sont plus alors festives, créatives, expérimentales, mais à visée d'automédication pour oublier leurs difficultés.
- Les jeunes en 3^{ème} dans les filières professionnelles, non pas qu'ils soient déjà en échec d'insertion, mais par le fait qu'ils sont déjà en échec scolaire. Ceci amène chez eux des prises de risques plus précoces, plus massives et plus permanentes. Sur ce registre, les garçons sont majoritairement confrontés à la question de l'alcool et de la violence (surtout en zone périurbaine) et les filles à des risques sexuels (grossesses non désirées – agressions – rapport de soumission).

Par ailleurs, il faut aussi mentionner les publics jeunes en difficultés culturelles et territoriales. C'est-à-dire tous les jeunes qui se situent en quartier sensible avec une très forte prédominance d'une communauté, et avec un niveau de précarité énorme pour eux-mêmes et pour leurs familles. Nous sommes alors dans une autre expression du risque liée à la difficulté à trouver une place sociale et citoyenne, qui va générer chez les garçons plutôt des expressions de violences et des participations à des trafics et chez les jeunes filles un risque d'enfermement infra communautaire. Si ces manifestations semblent plus relever du champ de la prévention de la délinquance et de la promotion de la citoyenneté, cela serait une erreur majeure d'en oublier une démarche de promotion de la santé surtout dans ses dimensions psychiques et sociales.

2. Les objectifs

▪ Objectif général

Proposer aux jeunes un espace collectif d'expression et d'échanges sur les souffrances psychiques et les moyens de les réduire

▪ Objectifs opérationnels ou spécifiques

1. Aider les jeunes à repérer les modes d'expression du mal-être
2. Développer leurs compétences pour un repérage précoce des souffrances psychiques individuelles et/ou des pairs
3. Aider à une évaluation de la souffrance psychique et trouver des réponses adaptées
4. Faire connaître les dispositifs locaux de prise en charge de la souffrance psychique
5. Sensibiliser les professionnels de l'établissement pour un repérage précoce des expressions de mal-être des jeunes

3. Les intervenants

L'équipe intervenante est pluridisciplinaire, ce qui favorise sur chaque thématique, la réflexion à la fois sur la démarche pédagogique, les outils et les messages de prévention.

Elle est composée de :

- Bertrand BLANCHARD, coordinateur, Master en Actions de Prévention Sanitaires et Sociales
- Claire LE GAL, psychologue sociale
- Anne laure STOCKER, animatrice de prévention

Le travail s'est réalisé en partenariat avec les professionnels des établissements concernés (CPE, infirmières, assistantes sociales, formateurs, professeurs) qui par leur connaissance des publics, ont pu renforcer les échanges et par la nature de leur enseignement, faire des prolongements avec le contenu des ateliers.

4. Le déroulement des actions de prévention

a. Les actions prévues

- Rencontre préalable avec l'établissement
- Signature convention organisationnelle
- Evaluation préalable faite par l'organisme
- Actions de prévention auprès des jeunes :

- 1 séance de 2h : repérer les modes d'expression du mal-être
- 1 séance de 2h : apprendre collectivement à trouver des solutions
- Actions de formation-sensibilisation auprès des professionnels des établissements
 - 3 demi-journées par an : sensibilisation aux modes d'expression du mal-être et à leur repérage précoce
- Evaluation auprès des jeunes et des structures
- Evaluation finale

b. Descriptif des séances de prévention

L'objectif principal de ces 2 séances étant de permettre aux jeunes une expression libre au travers d'échanges sur la souffrance psychologique, nous présentons le fil conducteur des séances dont le contenu a varié en fonction de chaque classe.

Séance 1 : Repérer les modes d'expression du mal-être

Nous constatons que le terme « mal-être » est communément admis pour parler de la santé psychologique des jeunes. Or, nous n'en avons pas vraiment de définition commune. Il est parfois interprété du point de vue du ressenti (« le mal-être, c'est être mal dans sa peau »), parfois du point de vue de ses modes d'expression (« le mal-être, c'est un jeune qui fugue [...] qui se scarifie [...] qui prend des produits etc... »).

Nous proposerons donc aux jeunes en début de séance une réflexion collective sur ce qu'est pour eux le « mal-être » afin de définir où ils le situent et d'avoir une meilleure connaissance et une meilleure compréhension de leurs interprétations.

Une recherche collective sur les modes d'expression de la souffrance psychologique sera ensuite proposée. Y seront intégrées la question des prises de risques ainsi que les questions de genre. Nous souhaitons par là leur permettre d'acquérir une lecture approfondie des comportements ou passages à l'acte : pouvoir répondre à la question : « A quoi correspond ce comportement ou ce passage à l'acte ? Est-il lié à une souffrance psychologique ? ». Nous aborderons également les modes d'expression différents selon le sexe, ce qui permettra d'évoquer les questions culturelles et sociales.

C'est pourquoi, nous ne proposerons pas un catalogue des expressions de mal-être et de leurs significations afin de ne pas susciter de fascination morbide et afin de promouvoir une lecture centrée sur l'individu et ce qu'il vit pour un repérage précoce des souffrances psychiques individuelles et/ou des pairs.

Séance 2 : Apprendre à trouver des solutions

Cette séance s'est orientée sur les moyens utilisables pour répondre de façon adaptée à une situation de mal-être.

A l'instar des échelles de douleur mises en place dans les hôpitaux, proposition d'évaluation de la souffrance psychologique.

Identification des éléments positifs sur lesquels il est possible de s'appuyer.

Approche mutualiste des techniques utilisées par chacun en cas de difficultés.

Ressources immédiates dans les relations proches.

Ressources chez les professionnels.

Aux côtés de toutes les ressources possibles pour réduire un état de mal-être, nous avons proposé une réflexion sur la parole comme le moyen privilégié d'expression de la souffrance psychologique.

Remise de documentation – Adresses locales

Méthode :

Comme pour les projets « Antidote » et « Les Récifs d'Eros », nous avons finalisé ces 2 séances sous la forme d'animations dynamiques, interactives, issues de notre savoir-faire.

Nous avons également mis en place une réunion d'évaluation avec les intervenants ayant participé au projet. Nous consacrons donc une demi-journée en moyenne pour dresser en équipe le bilan de l'action, ce qui a fonctionné ou non, les retours et les ressentis des jeunes et des partenaires, ainsi que l'évaluation de chacun concernant le déroulement et les résultats de l'action. Cela nous permet au-delà de l'enrichissement de l'évaluation, de réfléchir sur les points à améliorer, et les nouvelles pistes de réflexion et d'action.

5. le calendrier

Date de démarrage : Septembre 2009

Date de fin : Juillet 2010

6. les outils d'évaluation

Les outils d'évaluation (cf. annexes) qui ont été utilisés sont les suivants :

1. Le questionnaire d'évaluation avant action

Cet outil a été utilisé pour répondre aux objectifs spécifiques 1, 2, 3 et 4.

Pour chaque groupe, chaque jeune remplit individuellement ce questionnaire au début du 1^{er} atelier.

Pour l'évaluation, 100 questionnaires seront prélevés en fonction des différents groupes pour avoir un échantillon représentatif de l'ensemble de la population rencontrée.

2. Le questionnaire d'évaluation après action

Il permet de répondre aux objectifs spécifiques 1, 2, 3 et 4.

Pour chaque groupe, il est rempli par chaque jeune individuellement à la fin du dernier atelier.

Il reprend les mêmes questions que le questionnaire d'évaluation avant action, complété de questions sur l'appréciation de l'action.

De la même façon que les questionnaires avant action, 100 questionnaires seront prélevés en fonction des différents groupes pour avoir un échantillon représentatif de l'ensemble de la population rencontrée pour l'évaluation.

3. Questionnaire aux structures participant à l'action

Cet outil permet de connaître l'appréciation générale du projet par les structures et une réflexion autour d'éventuelles remarques ou suggestions.

Pour chaque structure, à la fin des ateliers, il est rempli par le ou les encadrant(s) qui suivaient le projet.

4. Grille d'observation

Cet outil permet de répondre aux objectifs 1, 2, 3, 4. La grille est remplie par les intervenants d'Holisme après chaque séance.

II . EVALUATION DE L'ACTIVITE

1. Volume d'intervention

Structures	Groupes	Effectifs	Filles	Garçons	Nombre de séances	Equivalent heures d'animation
10 lycées 3 centres de formation 1 centre action sociale	44 classes 7 groupes	1274 jeunes	840	434	102	204

2. Territoires et publics

ACTIVITES REALISEES EN MILIEU SCOLAIRE		
ETABLISSEMENTS	LIEUX	PUBLICS
Lycée Clémenceau	Montpellier	14 classes de 2 ^{nde}
Lycée La Condamine	Pézenas	1 classe 2 ^{nde} Pro 1 classe 3 ^{ème} 1 classe 4 ^{ème}
Etablissement Régional d'Enseignement Adapté (EREA)	Montpellier	1 classe de 2 ^{ème} année
Lycée Agricole	Gigean	2 classes 3 ^{ème} 1 classe Tale
LEPAP Maurice Clavel	Frontignan	1 classe Tale 1 classe CAPA
Lycée Nevers	Montpellier	1 classe 2 ^{nde} Pro
Lycée Monnet	Montpellier	13 classes 2 ^{nde}
Lycée Joseph Vallot	Lodève	4 classes 2 ^{nde}
Lycée Champollion	Lattes	1 classe 1 ^{ère}
Lycée René Gosse	Clermont-l'Hérault	1 groupe relais
10 établissements	6 communes	44 classes Total : 1178 jeunes Moyenne/classe : 27

ACTIVITES REALISEES AUTRES CADRES		
STRUCTURES	LIEUX	VOLUME
CRAS	Saint-Mathieu de Trévières	1 groupe
Centre de formation Rebond	Gignac	3 groupes
Centre de formation Fondespierre	Lunel	1 groupe
Centre de formation Passerelles	Béziers	2 groupes
4 structures	4 communes	7 groupes Total : 96 jeunes Moyenne groupe : 14 jeunes

Commentaires :

- en terme quantitatif : le volume prévisionnel s'élevait à 40 groupes de jeunes, nous avons travaillé avec 51 groupes en tout ; les demandes ont été nombreuses de la part de structures avec lesquelles on développait déjà des actions et de la part de nouvelles structures qui nous ont sollicités directement sur Mala Vida. On remarque que l'effectif moyen des groupes est élevé par rapport aux autres projets, en effet nous avons eu beaucoup de groupes à 28-30 jeunes, ce qui est une contrainte supplémentaire sur ce thème qui déjà, est délicat à manier en collectif.
- en terme qualitatif : on a évalué à 66% la proportion de filles dans les ateliers, ce qui est une proportion supérieure par rapport aux autres projets, en particulier, Antidote. Le thème du mal-être est moins spontané dans les demandes en centre d'apprentissage ou lycée professionnel, tout comme celui de la sexualité et de la vie affective.

3. Travail avec les partenaires

Chaque réponse à la demande d'une structure a nécessité au minimum une réunion préparatoire, parfois deux, en particulier pour les nouvelles structures partenaires, soit au total près de 20 réunions ont été nécessaires à la mise en place des actions.

Selon les groupes, un professeur, le CPE ou l'assistant d'éducation ou le formateur sont nos interlocuteurs pour la mise en place des ateliers et sont présents aux interventions. Il arrive que les infirmières parviennent à se rendre disponibles aussi.

Par ailleurs, Holisme travaille en partenariat avec les structures relevant de la santé des jeunes, notamment au sein du Collectif Santé Jeunes Hérault. Nous avons été partenaire d'Arc-en-Ciel au lycée René Gosse de Clermont-l'Hérault, où nous avons sensibilisé à leur demande, les lycéens relais.

III. EVALUATION DU PROCESSUS

1. Au niveau des partenaires

Il y eu cette année un fort développement de Mala Vida qui s'est traduit :

- par de nouveaux partenariats : lycée de Lodève, CRAS Saint-Mathieu de Trévières, lycée Nevers à Montpellier, lycée de Pézenas, Lycée agricole de Gigean
- des partenariats existants qui se sont ouverts à cette thématique : lycée Clémenceau à Montpellier

Les commentaires rapportés ci-dessous sont relatés sur les questionnaires d'évaluation complétés par les personnes référentes de l'établissement ou du groupe.

1/ Quelle est votre appréciation globale des ateliers ?

« Très bien, bonne interaction avec les élèves, sujets très intéressants »

« Très bien, très remuant pour certains »

« Bonne participation de la classe »

« Intervention bienvenu et nécessaire pour des jeunes de cet âge ; pourrait l'être également aux élèves de 4^{ème} et 3^{ème} »

« Intéressants car permet aux élèves de s'exprimer librement sur des problèmes qui leur tiennent à cœur »

« Séances très intéressantes et ont permis aux élèves de s'exprimer très largement ; de nombreux supports ont favorisé ces dialogues »

« Bien. Séances bien conduites qui ont captivé les élèves ; beaucoup de réponses intéressantes, signe d'un public type en difficulté »

« Pédagogique (comparaison entre le physique, connu, et le moral, moins connu) »

« Intéressant mais j'aurais aimé que l'on passe plus vite sur les premières étapes, afin que l'on insiste sur ce qui a le plus interpellé les élèves : les démarches qui soulagent »

« Bien. Les élèves étaient intéressés et ont parlé de l'utilité de ces interventions »

« 2^{ème} séance intéressante »

« Plutôt bonne. Bien pour le projecteur »

« Je pense que ça apporte pour la plupart des élèves »

« Ces séances ont le mérite d'exister et d'aborder sous un angle adapté aux adolescents le thème du « mal-être ». Elles sont donc très positives »

« Le thème abordé est porteur mais par pudeur, le domaine des sentiments est difficilement exprimable par certains stagiaires »

2/ Quels sont les temps qui vous ont paru les plus intéressants pour les jeunes ?

« Les émotions »

« L'adolescence »

« Quand on a parlé des différentes possibilités pour se soigner psychologiquement et de savoir repérer quand on est mal »

« Leur participation me permet de dire que tous les temps les ont intéressés »

- « Les enjeux entre 12 et 25 ans, les élèves abordent très souvent la sexualité, le rapport au corps »
- « Les moments où ils peuvent s'exprimer sur des situations qu'ils ont vécu personnellement »
- « Evocation des relations avec les parents, obligation scolaire et évocation de l'avenir, les risques liés à certaines situations, les émotions »
- « Mettre des mots, selon les situations, sur des émotions, puis les actions faisant suite à ces situations »
- « Qu'est-ce que l'adolescence ? »
- « Techniques pour éviter ou détourner la souffrance, puis l'exprimer »
- « Sexualité, prise de conscience des problèmes des ados »
- « Le questionnement auquel ils répondent »
- « Les démarches qui soulagent »
- « La sexualité, la souffrance »
- « Les questions-débats »
- « Attention particulière sur les sujets sexuels ou amoureux »
- « Les échanges avec les élèves et surtout l'incitation à exprimer avec précision un sentiment, une émotion, à cerner un point sensible avec objectivité pour déboucher sur une réflexion »
- « 1^{ère} séance : les débats autour de la construction de la personnalité et du « look » ».

3/ Avez-vous remarqué une implication particulière des jeunes au cours ou suite à cette action ?

- « Implication très particulière, voire contestataire »
- « Demande d'informations complémentaires pour certains »
- « Faire émerger des expériences de plaisir est plus facile que de trouver des expériences de souffrance ou du moins, c'est plus facile d'en parler en groupe »
- « Leurs exemples sont pertinents ; la participation aux débats est bonne »
- « Une bonne participation répartie sur l'ensemble de la classe a montré l'intérêt des élèves pendant les séances »
- « Une très bonne participation des élèves pendant les séances »
- « Les élèves les plus impliqués étaient ceux qui donnent le plus de problèmes à l'école »
- « Oui, même si les timides participent peu, l'écoute était réelle chez ceux-ci »
- « Il est très difficile de répondre sur les répercussions de votre intervention ; par contre j'ai vu les élèves impliqués, pendant. »
- « Intérêt des jeunes lors des séances, en particulier la seconde car ils connaissaient déjà l'intervenante et ils étaient particulièrement intéressés »
- « Celle des observateurs chargés de remédier aux problèmes de communication »
- « Oui pour un certain nombre ; c'est l'occasion de parler « de biais » de leurs préoccupations »
- « Moins d'implication dans la 2^{ème} séance »
- « Oui pour la plupart, mais toujours les mêmes qui participent »
- « Oui, ils ont participé, cherché, proposé. »

4/ Seriez-vous intéressé pour renouveler ce type d'action ? Pourquoi ?

- « Oui. Ateliers aux sujets fondamentaux, surtout en ce moment »
- « Oui. Ateliers très vivants, participatif »
- « Oui. C'est un temps offert aux élèves où ils peuvent prendre la parole et le thème abordé suscite des réactions de leur part et des interrogations »

- « Oui. Faisant moi-même partie d'une association proposant des journées d'intervention auprès des jeunes, je suis pour leur multiplication »
- « Oui. Les actions permettent aux élèves de s'exprimer et de réfléchir, d'être acteurs de leur vie »
- « Oui. Beaucoup d'arguments et de discussion dans cette classe qui pourtant est très déconcentrée avec beaucoup de bavardages et de dispersion »
- « Oui. Pistes pour aborder différemment la formation et les divers problèmes rencontrés avec certains élèves »
- « Oui. Prévention des suicides »
- « Oui. Cela permet de toute évidence aux élèves de s'exprimer même à demi-mots, ce que nous leur laissons faire très rarement sur ce genre de sujets »
- « Oui. Les jeunes ont besoin de mettre des pots sur leurs souffrances, besoins de conseils procurés par d'autres personnes que leurs parents, besoin d'une liberté de parole »
- « Oui pour que les jeunes puissent s'exprimer »
- « Non, parce que ça se passe pendant les heures de cours »
- « Oui pour les élèves et non car ça fait perdre des heures de cours donc 4 heures me paraissent suffisantes »
- « Oui, nous n'avons pas eu le temps d'aborder la dernière étape qui consiste à proposer des pistes pour surmonter les difficultés. C'est une phase essentielle qui n'a pu être traitée »
- « Oui pour les débats et la prise de parole en public facilitée »

5/ Remarques diverses

- « Aide supplémentaire extra-scolaire envers nos élèves »
- « Il faudrait inviter (discrètement) les jeunes qui ont un problème, à rencontrer la personne appropriée. Trop de problèmes sont découverts un peu tard, alors qu'on pourrait limiter les dégâts »
- « Pourquoi ne proposeriez-vous pas aux élèves de vous adresser anonymement bien sûr, des questions avant que vous interveniez et auxquelles vous répondriez, car les poser devant la classe est trop difficile »
- « Les jeunes parleraient plus facilement si les séances se déroulaient non pas en classe entière, mais en 1/2 groupe ; à voir s'il y a possibilité »
- « Il faut peut-être raccourcir la partie « échanges » et se concentrer davantage sur la dernière étape. Si les moyens le permettent, il serait intéressant de terminer ces interventions par une séance d'une heure en groupe pour introduire l'aspect « remédiations ». Mais je suis conscient des difficultés qui peuvent se présenter pour ajouter une séance supplémentaire. Dans tous les cas, à mon avis, la formule idéale pour une intervention de 4 heures : 2 heures par groupe. Avantages : plus facile pour l'intervenant, les plus réservés peuvent s'exprimer, réflexion plus sereine même si l'exposé est plus condensé »
- « Intérêt d'avoir eu 3 intervenants différents donc 3 personnalités et 3 apports personnels » (plusieurs ateliers dans un même centre de formation)

On a pu remarqué qu'au-delà des séances de sensibilisation de l'équipe éducative, comme au lycée de Lodève, les adultes présents lors des ateliers ont été réceptifs aux contenus et à la démarche proposée, et ont estimé pertinente cette action auprès des jeunes... et parfois pour eux-mêmes !

Cohérence objectifs/valeurs

Holisme est en interaction constante avec des partenaires du champ de la santé et de la prévention, comme en témoignent sa participation aux collectifs (Santé des Jeunes Hérault, Sida,...) qui sont le lieu de réflexions collectives, d'échanges de pratiques et d'expériences.

Nous avons également participé à un groupe de travail de l'INPES dont l'objet était « L'élaboration d'un référentiel qualité des activités de prévention mises en œuvre par les associations dans le domaine de la santé ». Ce guide a été finalisé, et nous entamons une démarche de formation à son utilisation.

Enfin, Holisme fait partie du comité de pilotage du Pôle Régional de compétences en Education pour la Santé, chargé de proposer des orientations en matière d'éducation pour la santé aux Agences Régionales de Santé.

Ces nombreuses implications dans les réflexions communes avec l'ensemble des acteurs de prévention démontrent que nos objectifs sont en cohérence avec les valeurs affichées par les partenaires.

Cohérence objectifs/méthodes

Dans le cadre de nos actions de formation continue auprès des travailleurs sociaux, nous questionnons nos pratiques et notre démarche d'intervention. Leurs retours ainsi que les demandes croissantes en formation montrent que nous sommes reconnus sur nos méthodes. Cette année encore nous avons réalisé deux modules de formation « Mal-être et adolescence » pour des travailleurs sociaux ; les participants, dans leurs évaluations, ont relevé la pertinence tant en terme de contenus qu'en terme de démarche et outils de prévention proposés.

Il n'existe pas de méthode de référence en matière de prévention du mal-être et de développement du bien-être psychologique chez les adolescents ; nous nous inspirons de la démarche des ateliers de prévention des addictions (Antidote), des ateliers sur la sexualité et la vie amoureuse (Récifs d'Eros, Love Adventure) ainsi que des démarches appliquées dans les ateliers sur la santé globale (Hévéa) et celles issues de nos compétences et réflexions collectives en matière de prévention chez les adolescents.

Au sein des Collectifs auxquels nous participons, nous analysons et échangeons sur nos approches et nos outils avec les partenaires.

Tout cela nous permet de dire que nos méthodes sont en adéquation avec nos objectifs, comme en témoigne l'expertise que l'INPES nous a confiée lors de notre participation à un de ses groupes de travail.

Cohérence activités/ressources

La fluctuation des thématiques demandées par les établissements est difficile à anticiper. Etant donné que nous voulons être au plus près des préoccupations des jeunes et faire écho aux thèmes demandés, nous sommes parfois, comme cette année, en suractivité sur certaines thématiques et en sous-activité sur d'autres.

En effet, nous avons répondu massivement aux demandes d'ateliers Mala Vida et au-delà de notre financement initial, à savoir 11 groupes supplémentaires réalisés par rééquilibrage de l'action Récifs d'Eros.

Qualité de la communication entre les acteurs

Les contacts sont nombreux avec nos partenaires ; d'une part au sein des établissements où nous intervenons, d'autres part avec d'autres structures intervenantes sur des champs communs.

La première rencontre avec les lieux d'intervention permet de :

- présenter la structure, l'équipe et les ateliers (si 1^{er} contact),
- de faire une ébauche de calendrier des séances,
- de recueillir des indications sur les publics concernés, ses spécificités,
- transmettre les questionnaires d'évaluation avant action

Nous sommes de plus en plus sollicités pour participer au CESC (Comité d'Éducation à la Santé et la Citoyenneté) des établissements, et ce, tout au long de l'année, dans le but de mettre en place des actions, d'en faire le suivi ou parfois le bilan.

Ce premier contact est suivi de nombreux échanges téléphoniques et par mails pour parvenir à caler le calendrier des séances, ce qui est une étape nécessitant très souvent beaucoup de patience et de temps.



Ce graphique illustre que 18% des ateliers ont été ou annulés ou reportés, ce qui a occasionné du temps de coordination supplémentaire. Les causes de ces annulations ou reports ont été le fait de mauvaises conditions météorologiques, de grèves des transports ou des enseignants, d'indisponibilité de salles ou de défaut de communication de planning au sein des établissements.

Autant la concertation en amont fonctionne, autant les réunions de bilan sont plus rares, voire n'ont pas lieu ; certains établissements ont procédé de manière formelle à des bilans (Gigean, Lodève, centres de formation).

En général, il nous est rarement possible de les faire en cours d'année, au vue de nos planning d'interventions quasi ininterrompus et en fin d'année, ce sont les partenaires qui sont débordés ou qui n'en voient pas l'intérêt. N'étant pas en mesure encore de proposer une solution pertinente, les bilans se font parfois de manière informelle par téléphone, à l'occasion notamment du renouvellement des actions l'année suivante.

Dans de nombreuses structures où nous intervenons, nous avons pris l'habitude de passer voir avant ou après chacune de nos interventions la personne référente de l'action et du groupe concerné, pour faire le point avec elle, voir si tout se passe comme prévu, ou si des points particuliers sont à réajuster. Cela nous permet également de garder le contact au fil de l'action qui se déroule souvent sur une longue période.

Au vu de ces nombreux contacts que nous établissons avec nos partenaires, nous estimons que la qualité de la communication est très bonne et conditionne une mise en place correcte de nos projets.

Enfin, nous avons comme l'année dernière remis en place des réunions de bilan entre les intervenants, en fin d'action. Au delà de l'enrichissement de l'évaluation, qui est beaucoup plus complète car construite collectivement, cela nous permet de réfléchir sur les points à améliorer, et les nouvelles pistes de réflexion et d'action.

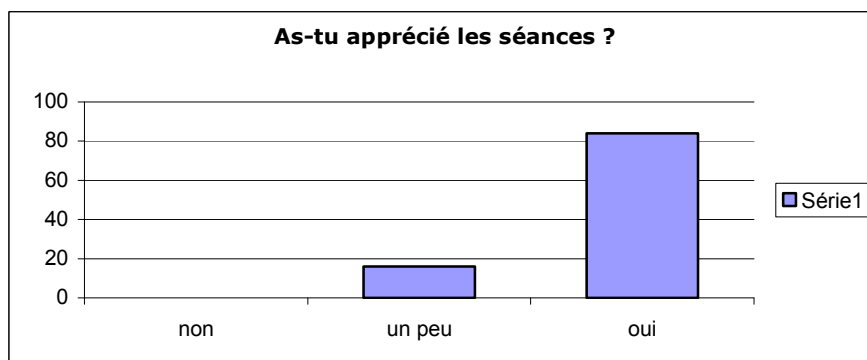
On notera que sur la thématique mal-être et adolescence, il manque un interface avec les lieux ressources (PEPA, les points écoute locaux, ...) ; le temps nous a fait défaut pour pallier à ce manque, mais en fin d'année scolaire, nous avons commencé à y remédier et nous nous sommes rendus sur deux lieux d'écoute (CMP Adolescents de la future maison des ados et PEPA centre ville de Montpellier) afin de rencontrer les équipes, présenter Holisme et préciser notre position de relais auprès des jeunes vers ces points écoute.

Cohérence entre les acteurs

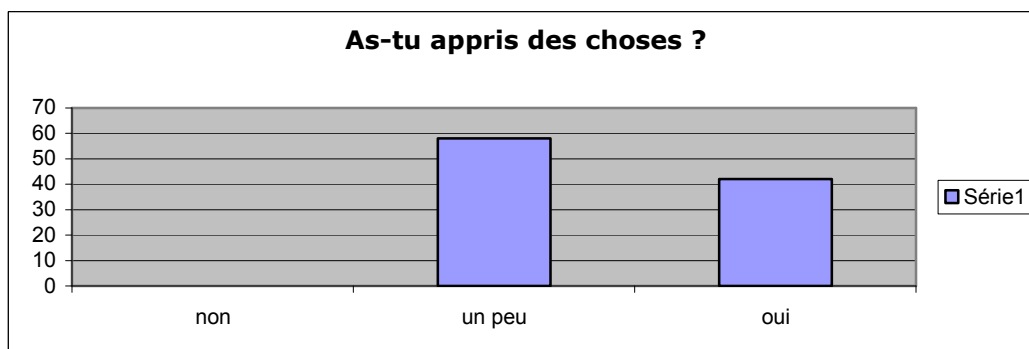
Holisme dispose d'une charte (voir en annexe) depuis 2007, définissant ses missions, ses objectifs, son éthique. La charte de l'Education Nationale, pour les intervenants extérieurs en milieu scolaire, mise à disposition en 2009, reprend les mêmes principes que ceux fixés dans notre charte. Nous pouvons donc affirmer que les acteurs sont en cohérence concernant les valeurs à promouvoir, puisque non seulement une charte existe, mais elle est totalement en conformité avec celle de la plupart de nos partenaires

2. Au niveau des jeunes

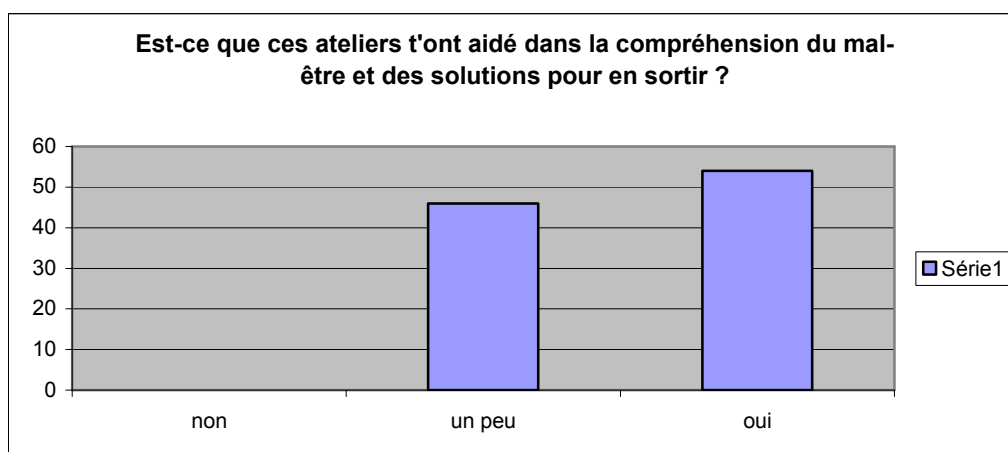
Appréciation globale



84% des jeunes ont apprécié les séances et 16% les ont appréciés un peu ; aucun jeune n'a pas aimé.



58% des jeunes affirment avoir « un peu » appris des choses, 42% l'affirment ; ils expriment parfois qu'il n'est pas facile de repérer immédiatement ce qu'ils retiennent et nous font remarquer que déjà à la seconde séance, les choses ont mûri. Un temps de maturation leur est sans doute nécessaire pour s'approprier le contenu de la 2^{ème} séance qui, de plus aborde une démarche individuelle de prise en charge du mal-être psychologique.



Tous les jeunes ressortent des ateliers en se sentant mieux à même de, non seulement comprendre la notion de mal-être, mais aussi des pistes pour en sortir.

A un niveau plus qualitatif, les jeunes ont répondu à la question « Qu'as-tu retenu qui te paraît important ? » :

- une sortie de l'isolement :

« que je suis pas la seule à souffrir »

« que l'on n'est pas seul dans ce genre de situation »

« que tout le monde est pareil »

« que lorsqu'on se sent mal il faut oser en parler. Que le mal-être on peut le trouver sous différentes formes. Et que je ne suis pas la seule à éprouver les doutes et les incertitudes à l'adolescence »

« que même si je ne suis pas concernée par le mal-être il faut être attentive aux personnes qui nous entourent pour les aider car on peut être mal pour de nombreuses raisons et dans ces cas là, l'aide est précieuse »

« qu'il faut s'occuper de soi et en parler à des personnes »

- la compréhension et la nécessité d'exprimer son mal-être

« qu'on a besoin d'extérioriser son mal-être et que ne pas le faire est pas bon ; malaise de ce qui se passe (mal-être), importance de l'adolescence, difficultés rencontrées »

« que pour se sortir de ses problèmes il faut en parler avec les autres, ne pas se renfermer et continuer à positiver »

« que c'est bon d'en parler » « oser parler des choses »

« qu'il est nécessaire de parler quand on va mal, qu'il faut profiter des moments de bonheur et tout faire pour s'en sortir »

« que ça aide de parler avec d'autres personnes lorsqu'on ne se sent pas bien, et qu'il y a beaucoup d'émotions ressenties. Parfois, on ne se rend pas toujours compte de ce qu'on ressent »

« qu'il faut soigner son mal-être qu'il soit physique ou psychique, qu'il faut en parler »

« de ces séances je retiens que l'adolescence est une période difficile avec ses hauts et ses bas (même si je le savais déjà) et que quand on est dans une situation de mal-être il ne faut pas se cacher et en parler à ses proches »

« qu'il y a eu un débat avec les idées de chacun et de comprendre des choses qu'auparavant on ne connaissait pas forcément. Et que dans des moments de ma-être il faut en parler »

« s'occuper de soi et qu'il faut en parler quand on n'est pas bien pour ne pas arriver à des solutions excessives (suicide, se faire du mal) »

- le repérage de pistes et de lieux ressources

« la démarche d'une personne qui se sent mal dans sa peau »

« je peux vachement me mettre en recul, me poser les bonnes questions. Ce n'est pas tous les jours qu'on a des interventions comme ça ! »

« des comportements peu communs des autres, les réactions de chacun aux différentes situations présentées »

« j'ai appris la différence entre psychiatre, psychologue et psychanalyste, j'ai aussi une autre image des psys »

« le fait qu'il y ait des étapes à suivre quand on se sent mal. »

« les solutions, les différents problèmes, ce qu'il ne faut pas faire »

« j'ai réussi à avoir une meilleure vision sur les professionnels (psy...) »

« qu'il faut être bien au maximum, essayer d'avoir le plus d'émotions positives »

« que même quand on n'est pas bien il y a plein de possibilités qui s'offrent à nous même si on veut pas les voir et les accepter »

« où parler de ses problèmes »

« des numéros verts et des sites internet »

« j'ai appris les lieux dans lesquels on peut parler de ça, les solutions et les indices de mal-être »

« prendre du recul pour comprendre ses émotions, mieux comprendre quelqu'un en situation de mal être, apprendre à s'arrêter sur nos bons moments »

« que le mal-être n'est pas évident à gérer et que suivant les personnes différentes manières existent. Que dans le cas général pour faire passer un mal-être il faut compenser par une chose agréable, un bien-être »

« essayer de trouver des solutions qui ne rajoutent pas de la souffrance »

« qu'est-ce que le mal-être, les signes, les solutions! Qu'est-ce que le bien-être, les signes, les solutions! » « L'adolescence »

« j'ai retenu que toutes nos actions ont un impact sur nous et notre entourage. Il faut donc faire attention au moindre changement "négatif" chez nous ou chez l'autre »

« savoir ce qu'est une personne en mal-être, la reconnaître »

« je retiens que l'on peut toujours s'en sortir »

« utilité des bonnes émotions »

« qu'il faut agir quand on est en position de mal-être »

« aider les autres »

« L'importance des émotions »

« le fonctionnement chimique des émotions, le point de vue très diversifié des personnes qui peuvent nous entourer »

- l'appréciation de la démarche de l'atelier

« des séances ludiques pour aborder des sujets pas faciles »

« que c'était sympathique et que la démarche était bien trouvée »

« un gentil monsieur, qui nous fait rater un peu de cours. Savoir repérer plus facilement un mal-être »

- une appréciation globale

« c'est très instructif »

« plein de choses »

« pas mal de trucs utiles »

« tout »

« c'était intéressant et utile »

« bien, compréhension de nouvelles choses »

« ça peut toujours nous servir car le mal-être peut venir quand on ne s'y attend pas »

Les jeunes ont également répondu à la question « Penses-tu que ces interventions peuvent intéresser d'autres lycéens ? Pourquoi ? » :

Tous les jeunes, sans exception, pensent que ces ateliers peuvent intéresser d'autres jeunes.

« oui car les jeunes peuvent être en situation de mal-être »

« les jeunes sont vachement confrontés aux problèmes je pense, on est en pleine recherche de soi ! »

« oui ça pourrait les aider »

« oui, mais il faut aussi penser aux enfants d'école primaire ils sont très moqueurs entre eux »

« oui, certains hésitent à en parler, ça peut peut-être les aider »

« oui, car ça nous "apprend" la vie et les problèmes »
« c'était bien car complètement en dehors de ce qu'on fait d'habitude »
« parce que pour une fois on prend en compte nos émotions, à nous les jeunes ! »
« oui car ça m'a aidé alors pourquoi pas les autres »
« oui car on apprend beaucoup de choses »
« je pense que oui car ça les aiderait à mieux se connaître et savoir comment réagir »
« oui cela pourrait les intéresser car on y apprend vraiment, on comprend les bases du mal être et les raisons de ces comportements »
« oui, car tout le monde peut se reconnaître dans les sujets évoqués »
« oui car c'est les émotions de la vie de tout le monde »
« oui ça apprend la vie »
« oui, pour les jeunes traversant des périodes difficiles »
« oui car tous les jeunes sont concernés »
« oui car on apprend des choses, et on peut sûrement expliquer les conseils »
« je pense qu'ils intéresseraient plus les élèves de 3ème puisqu'ils vont entrer au lycée et les problèmes peuvent arriver »
« oui puisque beaucoup de jeunes ont des problèmes et ne veulent pas en parler de peur d'être étrange/bizarre par rapport aux autres, ça les rassurerait de savoir qu'ils ne sont pas les seuls dans leur cas »
« oui, certains ne savent pas comment remonter la pente, cela leur permettra de connaître les démarches à effectuer et ils verront qu'ils peuvent avoir confiance, et ça les poussera à s'ouvrir à la communication »
« oui car ils aimeraient sûrement savoir comment on peut s'en sortir »
« oui, le fait d'en parler en classe est quelque chose de plus rassurant. Le fait d'avoir une conseillère en face de nous rend l'entretien plus convivial. Je conseillerais la visite pour d'autres classes ! »
« oui pour ceux qui sont timides et qui n'osent pas parler de leurs problèmes »
« oui car c'est bien de savoir car ça peut arriver à tout le monde »
« oui, pour les jeunes qui n'arrivent pas à en parler »
« oui, car pour les jeunes mal dans leur peau, cela peut aider à trouver des solutions »
« oui c'est intéressant de savoir ce genre de choses »
« oui car c'est intéressant d'apprendre comment reconnaître et aider un jeune qui est mal »
« oui car ça nous apprend de nouvelles choses »
« oui, le mal-être peut toucher tout le monde, et ce serait bien qu'ils aient cette idée de dialogue quand ils iront mal »
« je pense que oui, ceux qui justement ont des problèmes et qui ne savent pas quoi faire, ou n'osent pas en parler »
« oui car ça peut aider les gens mal dans leur peau et avoir des moyens de communication »
« oui, car si cela nous a intéressé, pourquoi ça n'intéresserait pas d'autres jeunes ? Et ceux qui se sentent bien concernés »
« oui, s'ils n'osent pas parler de leur mal-être ou ne savent pas quoi faire »

« oui, certains sont peut-être en mal-être profond sans pour autant oser en parler, cette séance peut leur provoquer un déclic pour qu'ils fassent le premier pas »

« oui, si ils sont perdus »

« oui, car elles sont instructives, permettent de faire prendre conscience aux gens de l'importance de communiquer et que tout enseignement est bon à prendre »

« oui car certains jeunes font en sorte qu'on ne remarque pas leur mal-être. Cet atelier peut donc faire prendre en compte que certaines personnes se sentaient mal sans le savoir, mais ont la possibilité de distinguer leur mal-être »

« oui, je pense que c'est utile pour tout le monde même les personnes n'ayant aucun mal-être »

« oui je pense que c'est utile pour tout le monde »

« oui, si ça nous a appris des choses et fait comprendre nos doutes ça permettra ces effets aux autres »

« oui bien sur car comme j'ai appris beaucoup de choses je pense que les autres aussi ça leur apprendra des choses. De plus c'est très intéressant et je pense que tous les jeunes en auraient besoin !!! »

« oui, car je pense que ça peut arriver à d'autres jeunes d'être mal et beaucoup ne savent vers qui se tourner. Ils ont besoin de réponses à leurs questions. De plus c'est une discussion et pas un cours où on dit c'est juste/c'est faux »

« oui, car beaucoup de jeunes sont mal et cela aide à comprendre et à parler de problèmes généraux »

« oui, en particulier les jeunes qui sont concernés par le mal-être »

« oui, pour avoir les réponses aux questions qu'ils se posent, comme nous »

« je pense que cela pourrait intéresser d'autres jeunes »

« je pense que ces ateliers pourraient intéresser d'autres jeunes car ils permettent de mieux comprendre notre situation de mal-être et ils permettent de nous informer sur qui aller voir quand on est dans une mauvaise passe »

Dans le questionnaire après action, les jeunes ont dû aussi évaluer les qualités d'animation de l'intervenant. En effet, nous souhaitons savoir si la façon d'intervenir leur convenait.

Nous avons donc posé la question de façon humoristique :

« Prends la place d'un professeur, quelle note donnes-tu aux intervenants ? »

Voici donc la moyenne générale des intervenants d'Holisme : 17/20 !

Et voici leurs commentaires :

- sur les intervenants :

« c'est une jeune fille très appréciable qui a su nous mettre à l'aise »

« très bon esprit continuez comme ça »

« intéressante, voix portante, adaptée au public en face »

« super sympa ! »

« explique très bien les démarches et ce que ça provoque »

« attractif et très compréhensif »

« je vous aime bien »
« très sympa, compréhensible »
« il est très fort, énorme, il arrive à nous faire comprendre directement il est génial »
« fait participer les élèves et les comprend, est claire »
« bonne oratrice, explications concrètes, échanges intéressants »
« sympathique, à l'aise »
« très bonne écoute et arrive à nous intéresser »
« l'intervenante a fait une bonne impression, humour, sympathie, compréhension, gentillesse, et sourire aux lèvres »
« je l'ai bien aimé elle fait un super boulot » «
« bon relationnel avec les élèves »
« elle nous a bien expliqué et a répondu à toutes nos questions »
« à l'écoute, intéressante, attentive aux élèves, patiente »
« beaucoup de patience »
« très bonne intervenante! Continuez ainsi »
« compréhensive et gentille, pas hautaine et très intéressante »
« bonne écoute et facile à comprendre »
« elle nous donne de l'intérêt et nous écoute »
« marrant, avait envie de faire participer les gens »
« trop fort! Marrant, sympa »
« bien, gentil et explique bien »
« joyeux, sait tenir une classe, fait participer la classe »
« TB, bon dialogue avec les élèves »
« elle expliquait très bien et fournissait de bons exemples »
« elle nous a bien expliqué et nous a laissé la parole »
« elle expliquait bien et menait une vraie discussion sans nous juger »
« une très bonne intervenante qui sait écouter et qui sait parler aux jeunes »
« laisse bien la parole, intervention basée sur l'échange le "débat", plus intéressant qu'un cours »

- sur le contenu :

« cool »
« bien intéressant »
« bien expliqué et présenté »
« très bien »
« intéressant »
« très bon travail, continuez ainsi »
« bon travail, bon diaporama, continuez ainsi »
« sans commentaire, très bonne prestation, discours intéressant et enrichissant » « j'ai bien aimé, ça m'a beaucoup plu »
« bien ! »
« très bonnes explications »
« bien aimé, dommage, cours trop perturbé »
« très intéressant !!! »
« très bonnes explications et réponses à toutes les questions. Bon courage et merci pour cette intervention qui nous a à tous été très utile »
« c'était "cool"! Bonne ambiance et bonne présentation »

*« intéressant et instructif. Permet de mieux se comprendre, de comprendre les autres et ce qui nous entoure »
« cours très intéressant et très captivant j'ai bien apprécié »*

Mala Vida est particulièrement bien accueilli par les jeunes, du fait que nous leur proposons de travailler sur un champ rarement exploré, celui des émotions, que nous les aidons à évaluer un état de mal-être et identifier des étapes dans la recherche de bien-être. De plus, ils apprécient les intervenants pour leur capacité d'écoute, leur clarté et l'humour qui peut aussi trouver sa place malgré le thème abordé.

Adaptation des activités au public

Le déroulement des deux ateliers est resté identique dans sa trame mais le contenu des échanges a fortement varié en fonction de l'âge moyen des groupes. Nous nous adaptons également à la dynamique des groupes, mais quand des tensions, voire des conflits, existent entre eux, il serait bien nécessaire de travailler en demi-groupe.

La première partie portant sur les sources possibles de mal-être (ou de bien-être) à l'adolescence, il est facile de s'adapter aux publics, ses questionnements, ses préoccupations ; ainsi, certains thèmes de cette partie seront plus ou moins développés : on parlera beaucoup des transformations corporelles, du look, et des premières sorties avec les plus jeunes, alors que les questions des relations avec les parents et de l'avenir seront plus finement développées avec les 17-20 ans.

La question de la sexualité et des relations amoureuses fait unanimement écho quel que soit l'âge et les profils des groupes, les jeunes étant toujours avides d'espaces de parole sur ce sujet.

Cette séquence sur les défis de l'adolescence est de durée variable selon la densité des échanges avec les jeunes ; nous l'avons pensé comme une introduction qui engage la réflexion mais dans certains cas, les jeunes avaient un tel besoin de témoigner de leurs expériences que cette séquence pouvait durer tout le temps du premier atelier. Pour certaines classes, des enseignants signalaient que 3 séances en tout auraient été nécessaires, tellement les débats étaient soutenus.

La partie qui consiste à identifier et comprendre nos mécaniques émotionnelles, est sans doute celle que l'on module le plus selon les publics, en particulier cette année, où nous avons touché des groupes de niveaux 4^{ème} et 3^{ème} (lycée de Pézenas). Nous prenons alors plus de temps sur cette séquence et appuyons plus fortement les mécanismes. Le vocabulaire désignant les émotions n'est en général pas très spontané, et en particulier chez les plus jeunes. Cependant, il suffit que certains énoncent de premiers exemples, pour que l'ensemble du groupe parvienne finalement à en formuler au moins une ou deux.

Enfin, la partie traitant de la prise en charge d'un mal-être psychique se déroule au gré des connaissances ou réflexions du public sur chacune des étapes proposées ; dans tous les cas, nous insistons sur certains moments-clés de la démarche, comme la phase d'hésitation à verbaliser le mal-être, la phase de

recherche d'interlocuteurs ou ressources et la recherche collective autour de la notion de bien-être.

Sur ce dernier point, nous avons expérimenté une 3^{ème} séance dans le cadre d'un groupe de jeunes adultes en centre de formation et dont la formatrice référente était très investie dans les ateliers. Nous avons estimé ensemble, en fin de 2^{ème} séance, qu'il serait nécessaire de prolonger les échanges avec le groupe qui avait été particulièrement déstabilisé émotionnellement par leurs témoignages de situations de mal-être. Nous avons élaboré une grille qui leur a permis de décliner, tout comme pour une recherche d'emploi, des repères et des étapes très concrètes de mise en place de sources de bien-être. Ils ont dû réfléchir à leur définition du bien-être, à leurs résistances et motivations à mettre en place une telle démarche dans leur vie quotidienne.

Ce nouvel outil, validé en collaboration avec la formatrice, s'est avéré pertinent même si l'appropriation a été inégale selon les personnes ; il a eu le mérite de susciter l'expression d'actions concrètes et personnelles susceptibles de développer du bien-être, pour des personnes particulièrement vulnérables et pessimistes.

Les adultes encadrants présents aux ateliers ont fait également certaines suggestions quant aux outils :

- par rapport à l'espace : *« Il me semble que ce type de travail serait encore plus porteur s'il avait lieu dans une salle où les élèves pourraient être placés en cercle, ou au moins, s'ils n'étaient pas placés en longues rangées ; je pense que la communication et la prise de parole spontanée y gagneraient encore »*

Il est certain que ce type de disposition est plus favorable et que nous la provoquons à chaque fois que cela est possible ; cependant, certaines salles nous sont accessibles au dernier moment ou bien le mobilier est fixe, et dans ces cas-là, avec des effectifs élevés en plus, il est certain que l'animation est encore plus acrobatique pour permettre l'écoute et la prise de parole de tous.

- par rapport aux supports : *« Il serait peut-être intéressant de trouver des activités où ils peuvent « bouger » (jeux...) »* ou bien *« Pourrait-on commencer par quelques exercices permettant aux élèves de s'écouter ? »*

Sur cet aspect aussi, nous développerions avec enthousiasme des séquences plus actives avec les jeunes, à la condition d'avoir des demi-groupes et du temps d'atelier supplémentaire ; il n'est pas possible qu'un seul intervenant anime de telles séquences avec une trentaine de jeunes, ce qui a été souvent le cas.

Cela ne nous empêche pas de considérer cet aspect pour le réajustement de nos outils auquel nous procédons chaque année.

Approche globale de la santé

Cette approche est le fondement de toutes les actions d'Holisme, dont le nom signifie *« tout système d'explication globale »*. Si ce mot a été choisi, c'est parce qu'à l'instar des préconisations de l'OMS, nous pensons qu'outre la dimension

somatique, les aspects culturels, économiques, sociaux interfèrent sur la santé de l'individu et sur ses prises de risques.

Par conséquent, nos actions sont construites selon une approche globale de la santé. « Mala Vida » est centrée sur le bien-être psychologique. Cependant, les aspects somatiques, environnementaux et sociaux sont pris en compte et évoqués puisqu'ils agissent sur le bien-être. Les différents déterminants de la santé sont toujours abordés de façon intriquée puisqu'ils agissent tous sur le bien-être général des individus.

L'introduction même de l'atelier présente une approche globale de la santé puisqu'un panel de thèmes-clés de l'adolescence sont proposés aux groupes, autant les transformations physiques, la scolarité, les relations avec l'entourage, les activités pratiquées, que le look, les sorties, la fête,... En abordant ainsi l'adolescence les jeunes repèrent et restituent aisément cette approche globale, comme le montrent les échanges de la seconde séance et les réponses aux questionnaires d'évaluation.

Cette approche globale de la santé inscrite dans notre éthique associative et professionnelle fait également grandement écho aux jeunes, enclins à parler de la santé somatique mais bien plus enthousiastes à développer les autres aspects de leur santé, notamment les aspects relationnels et ici, les états émotionnels.

Légitimité des intervenants

Durant nos interventions, il ne nous arrive qu'exceptionnellement de faire face à des attitudes négatives de la part du groupe. Dans ces rares cas, notre légitimité sera acquise en procédant à une étape supplémentaire de mise à plat des tensions ou oppositions du groupe ; bien souvent, ces résistances sont plus du fait d'événements hors contexte : une friction entre eux, un incident personnel vécu récemment ou parfois ils en veulent à l'enseignant qui leur a imposé l'action mais jamais ils ne sont en rejet de l'intervenant lui-même.

La plupart du temps, les jeunes nous apprécient, nous font confiance, en témoignent les nombreux conseils et questions personnelles qu'ils viennent nous poser en aparté lors des pauses ou en fin d'intervention. En témoignent également tous leurs commentaires positifs qui ont assortis les notes attribuées par les jeunes aux intervenants (voir p21-22).

Les partenaires présents sont souvent étonnés de la façon dont on arrive à aborder ce délicat sujet du mal-être psychique, ainsi que de la densité des ressources que l'on parvient à énumérer avec eux quand on traite de la question de la démarche vers un mieux-être. Ils nous rapportent la qualité de l'équilibre que nous parvenons à trouver pour permettre des témoignages individuels sans pour autant que la personne se sente exposée et fragilisée par le groupe.

De plus, les jeunes se souviennent de nous et viennent parfois nous saluer quand nous repassons dans leur établissement.

Tout cela montre que la relation que nous nous efforçons de créer avec reste pérenne et, que ce soit les jeunes ou les partenaires, ils nous reconnaissent comme légitimes dans nos interventions.

Enfin, il convient de préciser que l'équipe d'Holisme, qui s'est constituée au fur et à mesure des années, relève à ce jour d'un haut niveau de compétences, résultant de plusieurs convergences. D'une part, un haut niveau de spécialisation initiale qui nous assure d'appréhender sereinement l'ensemble des apports scientifiques sur la prévention. D'autre part, une approche plurielle des compétences regroupant ainsi trois éléments essentiels à la prévention: l'éducatif, le psychologique et l'animation. Nous sommes aussi dans un perpétuel processus de formation continue et nous consacrons également un temps conséquent en interne à la réflexion sur de nouvelles approches ou théories. Enfin, la compétence de l'équipe s'inscrit dans un continuum de 18 années d'actions de prévention où chaque membre de l'équipe hérite d'un socle de connaissances et d'expérience acquise par l'association et confronte sa compétence initiale et son savoir-faire à la réalité du terrain. Aucun professionnel quelques soient ses diplômes et son bagage professionnel ne peut se targuer d'avoir une compétence immuable. Il importe, puisque l'humanité bouge et se restructure, en permanence d'être indéfectiblement des critiquesurs de nos propres pratiques pour tendre vers une adaptation continue. Ce travail consiste aussi à repenser à l'articulation entre la posture professionnelle et l'être d'émotion que nous sommes pour produire une action empreinte de professionnalisme et d'humanité.

3. Respect du calendrier

L'action Mala Vida programmée pour 40 groupes entre septembre 2009 et juillet 2010, s'est déroulée selon ce planning mais nous avons dû répondre à un volume supérieur tellement les sollicitations ont été nombreuses cette année.

51 projets ont au final été développés, soit 11 projets de plus ; cette suractivité ne pourra se reproduire car elle a eu pour conséquence cette année de surcharger les planning des intervenants et de rendre difficile le travail de suivi.

Le calendrier a donc été non seulement respecté comme initialement prévu, mais avec une densification de l'action pour répondre favorablement aux demandes supplémentaires non projetées au départ.

Compte tenu des appréciations des élèves et des professionnels des établissements et de l'analyse ci-dessus, l'action semble avoir été **pertinente**.

En ce qui concerne son **déroulement**, nous n'avons pas rencontré de difficulté majeure, excepté quelques reports ou annulation d'intervention, notamment à cause des grèves.

En terme de **qualité** de l'action, l'association est inscrite depuis plusieurs années dans un processus d'amélioration de la qualité, l'amenant à partager son expertise avec l'Inpes pour la création du Guide d'auto-évaluation des associations et à participer dans le cadre du Pole Régional en Education pour la santé à la promotion de ce guide. La démarche qualité se résume dans notre association à une éternelle insatisfaction pour amélioration permanente.

IV. EVALUATION DES RESULTATS

1. Rappel des objectifs spécifiques, critères, indicateurs et outils d'évaluation

OBJECTIFS	CRITERES	INDICATEURS
1. Aider les jeunes à repérer les modes d'expression du mal-être	Meilleur repérage des modes d'expression du mal-être Prise de conscience des prises de risques comme modes d'expression possible du mal-être Prise de conscience des influences culturelles et sociales dans l'expression du mal-être	Nombre de réponses sur les modes d'expressions du mal-être Nombre de réponses sur les prises de risques Nombre de réponses sur les modes d'expression différents selon le sexe des individus
2. Développer leurs compétences pour un repérage précoce des souffrances psychiques individuelles et/ou des pairs	Sentiment d'avoir acquis des compétences dans le repérage précoce	Nombre de réponses positives Paroles et attitudes montrant une plus grande aisance dans le repérage
3. Aider à une évaluation de la souffrance psychique et trouver des réponses adaptées	Sentiment d'avoir acquis des compétences dans l'évaluation des souffrances psychiques Sentiment de pouvoir identifier les éléments positifs sur lesquels s'appuyer Meilleure connaissance des ressources immédiates dans les relations proches Evolution des représentations vis-à-vis de la parole comme moyen privilégié d'expression des souffrances	Nombre de réponses positives Paroles et attitudes montrant une plus grande aisance dans l'évaluation Nombre de réponses positives sur l'identification des éléments positifs Nombre de réponses sur les ressources immédiates Nombre de réponses positives sur la parole Paroles et attitudes montrant une modification des représentations vis-à-vis de la parole
4. Faire connaître les dispositifs locaux de prise en charge de la souffrance psychique	Meilleure connaissance du dispositif extra-scolaire lié à la santé psychologique des jeunes Intention d'effectuer une démarche auprès d'une structure extra-scolaire à court ou plus long terme Evolution des représentations de ce type de dispositif	Nombre de structures citées Nombre de jeunes ayant l'intention de contacter des structures en cas de besoin Nombre de jeunes ayant modifié leurs représentations Paroles et attitudes montrant une évolution des représentations
5. Sensibiliser les professionnels de l'établissement pour un repérage précoce des expressions de mal-être des jeunes	Meilleure connaissance sur le mal-être des jeunes Meilleure connaissance du dispositif extra-scolaire lié à la santé psychologique des jeunes Appréciation positive de la sensibilisation Sentiment d'avoir développé des compétences dans le repérage précoce des expressions de mal-être et dans une orientation adaptée	Nombre de réponses positives au questionnaire Nombre de participants appréciant la sensibilisation Nombre de participants souhaitant voir pérenniser l'action Nombre de participants ayant le sentiment d'avoir développé des compétences

2. Résultats de l'action par rapport aux objectifs spécifiques

a. Objectif spécifique 1 : aider les jeunes à repérer les modes d'expression du mal-être

Trois questions dans les questionnaires avant et après action portaient sur cet objectif.

- Nous avons demandé aux jeunes leur définition du mal-être.

Les réponses les plus fréquentes le définissent comme « être mal dans sa peau » ou « ne pas se sentir bien » avec souvent la précision « moralement et physiquement » ; certains ajoutent l'idée que cela vient « de l'intérieur », en parlant de « souffrance qui vient de dedans ». Après action, les causes sont moins endogènes et ils commencent à citer des déclencheurs de mal-être comme, l'école, les amis, les amours, l'apparence physique,...

Parfois, la notion est définie relativement et le mal-être se caractériserait par le fait de se sentir « différent des autres » ; nous constatons en effet, et surtout avant action, que les jeunes se sentent isolés, seuls, dans leur souffrance. Ils expriment après action que le mal-être est un état où « l'on a besoin d'aide pour s'en sortir », qu'il concerne « les adolescents » et l'on retrouve très peu cette idée qu'ils seraient seuls à souffrir.

Le mal-être est également défini par ses indicateurs, souvent nommés comme des « émotions ou des sentiments négatifs, désagréables » et largement cités après action : tristesse, tristesse, déprime, angoisses, culpabilité, haine, colère, sensation de vide. Certains ajoutent des notions de temps, le mal-être serait reconnu comme tel, quand il dure et ils repèrent des différences entre une déprime passagère et une dépression profonde.

Dans certaines définitions après action, le mal-être est décrit par ses conséquences, à savoir des situations « qui poussent à mal agir », qui amènent « la personne à prendre des mesures très dangereuses ». Ils relèvent donc des comportements associés et des attitudes violentes (envers soi-même ou envers les autres) sont citées.

Il y a donc plusieurs prises de conscience repérables à partir de cette première question ouverte posée aux groupes : de l'état vague et diffus initialement décrit, on aboutit à un repérage plus précis de causes, d'indicateurs et de conséquences.

On peut donc à partir de cette analyse de leurs définitions du mal-être avant et après action, remarquer que l'action leur a permis d'élargir leur panel d'éléments de repérage du mal-être. En effet, alors qu'avant action, le mal-être était pour eux liés à des sentiments internes, ils ont pu repérer après action les sensations du corps pouvant évoquer un mal-être, les liens possibles avec des éléments extérieurs ainsi que des aspects comportementaux pouvant signaler un mal-être. Autant d'éléments enrichissant leur palette de signaux permettant de repérer un mal-être.

- Une autre question portait sur les sources les plus importantes de mal-être

Dans une large proportion, c'est la question des relations qui est dominante : relations amoureuses (à 62%) et familiales (à 54%) sont citées dans plus de la moitié des réponses, puis les relations amicales (40%).

Les « histoires d'amour » sont synonymes de « jalousie » souvent, et de « ruptures » douloureuses ; les échanges en atelier sont fréquents sur cette question de la jalousie en lien avec la question de la confiance en soi et de l'estime de soi en général, et de la confiance en l'autre. La jalousie est envahissante dans la relation amoureuse mais surtout pour les filles.

La « rupture amoureuse » est plus communément citée par les filles et les garçons, et apparaît comme une source très fréquente et durable de mal-être.

Concernant la famille, il s'agit à la fois de conflits générés par les désaccords au sujet des « sorties » et des « interdictions » d'une manière générale, mais aussi, très fréquemment cité, le « divorce des parents ».

Amours et famille sont les deux causes principales de mal-être repérées par les jeunes.

Vient ensuite, la question des relations avec les amis qui apparaît en troisième position ; là ils relèvent beaucoup « la trahison », « la déception » et nous font part en ateliers d'expériences intenses de complicité, de moments joyeux partagés avec leurs amis mais suivis parfois de douloureuses expériences de rupture.

Cette année encore cette question de la relation à l'autre est le sujet principal des échanges avec les jeunes quand on propose cette réflexion sur le mal-être.

- La dernière question portait sur les émotions que l'on peut ressentir quand on est en situation de mal-être.

Il y a une différence d'expression de ces émotions avant et après action ; après action, le vocabulaire est plus fourni qu'avant, ils décrivent plus précisément les émotions et/ou sentiments qui les traversent. On remarque avant action qu'il y a davantage d'actions qui sont citées qu'après action. En effet, on leur demande de citer des émotions et non des comportements. C'est ce qu'on remarque aussi en atelier : la difficulté pour les jeunes d'évoquer des émotions (alors que la palette est large). Ils sont d'emblée dans l'action : envie de faire ceci ou cela et la question que l'on posait était « mais, quelle émotion, quel sentiment peut donner envie de faire cela » ? Il peut arriver que les jeunes nous signalent qu'il est plus facile pour eux de citer des émotions désagréables car elles les marquent plus ; un échange s'engage alors sur « pourquoi fait-on moins état de nos émotions agréables ? pourquoi pouvons-nous avoir plus de mal à les nommer ? ».

Après action, on remarque également que le nombre d'émotions citées est plus important ce qui peut signifier une connaissance plus large par les jeunes des éléments relatifs à leurs humeurs, ce qui leur donne en cela plus de possibilités de repérer la nature de leur santé psychologique. On voit aussi que certains citent des émotions ou actions positives : « voir du monde », « s'extérioriser par la musique, le dessin, l'écriture ».

La tristesse est l'émotion la plus largement citée (à 88%), associée au désespoir une fois sur cinq. La colère est le deuxième état émotionnel cité à 42% et dans plus d'un tiers des cas, cette colère est associée à la haine voire la rage.

Les jeunes en mal-être se sentent majoritairement tristes et en colère.

Vient ensuite la solitude et l'anxiété citées une fois sur trois, suivie de près par l'état déprimé voire dépressif.

Une fois sur cinq, les jeunes nomment la peur et les peurs ainsi que le stress.

Puis, la culpabilité, associée parfois à la honte, et l'incompréhension sont citées à même fréquence.

Dans près d'un cas sur dix, on retrouve l'expression très forte de sentiment de ne servir à rien, de ne plus avoir envie de rien, d'en avoir marre de tout, associé parfois à la sensation de vide.

Enfin, l'amertume et le dégoût sont cités à fréquence égale de l'état de mélancolie et de nostalgie.

Plus ponctuellement on retrouve la frustration, le doute, l'injustice, l'abandon, la tension, l'indifférence, la « boule au ventre ».

On constate que la confusion existe encore parfois entre la cause des émotions et l'émotion elle-même ; c'est un travail de longue haleine qui est nécessaire pour que les jeunes parviennent à nommer directement l'émotion ressentie et non ce qui a pu la provoquer.

On peut encore au travers de cette question affirmer l'acquisition par les jeunes de compétences pour repérer les modes d'expression du mal-être puisque l'attention portée aux émotions que l'on ressent est un élément essentiel de repérage.

Données des ateliers :

Par rapport à la question des violences, les jeunes ont au début des difficultés à considérer les violences comme des formes possibles de mal-être. En effet, lorsqu'elles sont auto-agressives (scarifications etc...) ou extrêmes (risques sur la route, dans certains sports ...), les jeunes sont souvent sévères et dans le jugement en affirmant qu'il s'agit surtout de la « connerie » de la part de ceux qui s'y adonnent.

En ce qui concerne les violences hétéro-agressives, elles sont peu envisagées comme pouvant exprimer un mal-être. Au cours des discussions, les jeunes modifient leur appréciation des origines de certaines violences et notamment les garçons ont souvent réussi à dire qu'il leur était difficile d'exprimer leurs émotions ce qui pour eux représentait un manque de virilité, une faiblesse. Ainsi, utiliser la violence était une des solutions masculines pour extérioriser le mal-être.

Ce travail de repérage est facilité par une séquence de l'atelier qui consiste à « décortiquer » les étapes traversées par un individu quand il vit une situation donnée, qu'elle soit de bien-être ou de mal-être ; nous leur faisons énumérer ces situations et en face de chacune d'elle, nous notons avec eux, l'émotion ressentie et l'action qui s'ensuit. Par cette démarche, les jeunes repèrent les liens de cause (situation vécue) à effet (émotion ressentie et comportement à risques ou non).

Cette étape permet aux jeunes de s'approprier les mécanismes possibles de passage à des états de mal-être mais aussi de repérer leurs sources de bien-être.

Enfin, en ce qui concerne l'expression des émotions, les jeunes disent même qu'il est difficile de parler d'émotions positives. Cette observation n'est-elle pas là en lien avec la nécessité de performance de notre société qui vient en conflit avec l'arrêt sur ses émotions, ses ressentis. D'autant plus lorsque ceux-ci sont négatifs : quelqu'un souffrant de mal-être peut entraîner une légère baisse de rentabilité temporaire...il vaut donc mieux qu'il cache ses souffrances.

Et les jeunes baignent, de par leur âge dans cette exigence de performances, à l'école, au niveau de l'orientation professionnelle. Donc, on peut aussi se poser la question de la place que la société laisse à l'expression des émotions et des difficultés de ceux qui seront censés être les plus actifs.

b. Objectif spécifique 2 : développer leurs compétences pour un repérage précoce des souffrances psychiques individuelles et/ou des pairs

Dans le questionnaire, plusieurs questions concernaient cet objectif :

Cite des exemples de comportements que peuvent avoir des personnes mal dans leur peau. Coche si ce comportement est plutôt féminin, masculin ou les 2.

Les différences de comportement entre filles et garçons en situation de mal-être sont repérées autant avant qu'après action. Ce qui diffère c'est le nombre de comportements cités, plus important après action.

Les comportements qu'ils estiment associés au féminin sont, par ordre décroissant de fréquence dans les réponses :

- les pleurs, l'anorexie et la boulimie et les troubles du comportement alimentaire en général, le repli sur soi et les automutilations sont cités une fois sur cinq
- la fugue et les tentatives de suicide ou le suicide (à 8% des réponses)
- se ronger les ongles, le fait de discuter (à 5% des réponses)
- la dépression, la tristesse, l'angoisse (à 2% des réponses)
- les relations à risque, la grossesse non désirée, le dénigrement du mal-être (cités très ponctuellement)

On remarque également, cités ponctuellement, les relations à risques, les grossesses et le fait de nier le mal-être.

Les comportements qu'ils estiment associés au masculin sont, par ordre décroissant de fréquence dans les réponses, sachant qu'il y a un fort contraste entre deux premiers types de comportement cités très largement et les d'autres comportements divers et cités de manière plus sporadique :

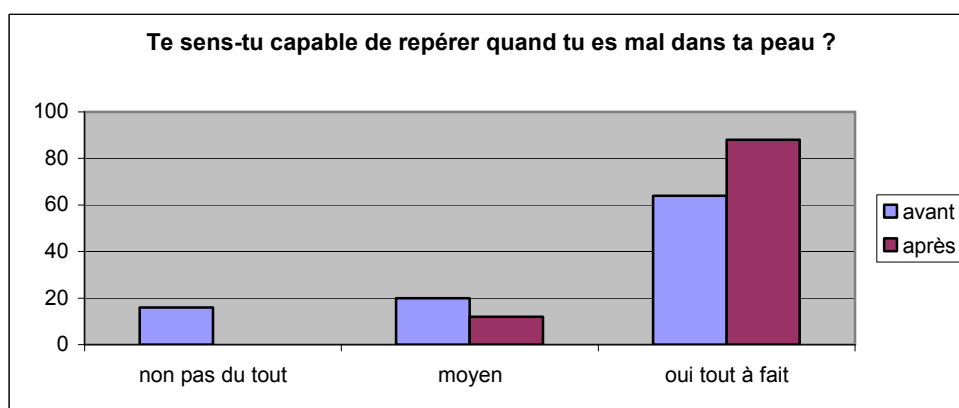
- les comportements violents, l'agressivité, la bagarre (52% des réponses)
- la prise de drogues (22% des réponses)
- moins de 5% :
 - la fugue
 - la pratique d'un sport ou l'investissement dans une activité
 - le repli, le renfermement
 - le désinvestissement scolaire
 - l'obésité
 - la mise en danger

Pour les deux sexes, ils ont cité par ordre décroissant de fréquence dans les réponses :

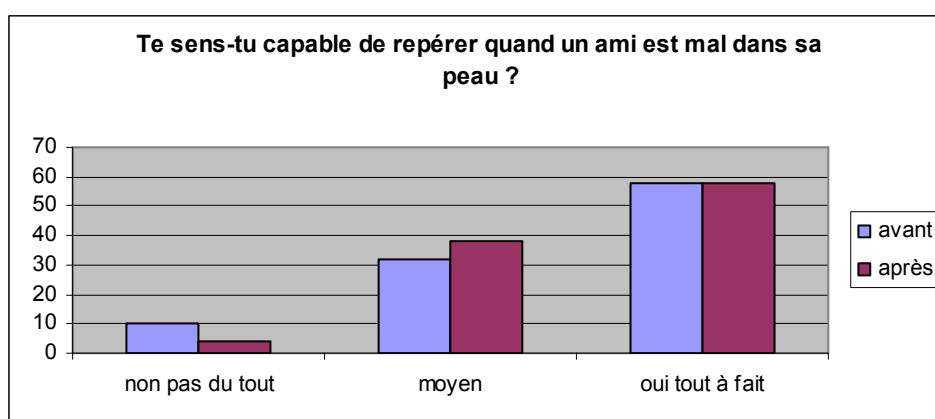
- le suicide, les tentatives de suicide (42% des réponses)
- le repli sur soi, le renfermement, ne plus vouloir sortir ou voir les autres (36% des réponses)
- la prise de produits, « fumer, boire, prendre n'importe quelle substance » (32% des réponses)
- l'agressivité, la violence, qu'elle soit verbale ou physique (24% des réponses)
- la déprime et la dépression, les automutilations (17% des réponses)

- les troubles du comportement alimentaire (10% des réponses)
- la fugue, les pleurs, la pratique (« à fond ») d'un sport (8% des réponses)
- les troubles du sommeil (la somnolence, se réfugier dans le sommeil, les difficultés à s'endormir, les insomnies), le fait de parler (6% des réponses)
- le désinvestissement scolaire, le fait de se ronger les ongles, l'euphorie, les sorties avec les copains, l'envie d'écouter de la musique, crier (2% des réponses)

Comme on peut le constater, au regard de cette énumération ci-dessus, les jeunes sont prolifiques et précis dans le repérage des comportements d'expression du mal-être et parviennent à nous en donner une lecture de genre.



Ce graphique nous montre qu'après action, tous les jeunes se déclarent capables de repérer un mal-être pour eux-mêmes ; un quart de plus a même répondu un oui sans réserve par rapport au questionnaire avant action. Le repérage des indicateurs, et notamment des émotions, puis la description des comportements associés expliquent sans doute cette évolution.



Ce repérage paraît plus difficile, il s'exprime de manière moins flagrante que le précédent, même si on repère tout de même une évolution positive des réponses avant et après action. Il y a déjà une prise de conscience de la possibilité de ce repérage pour eux-mêmes, peut-être faut-il un peu plus de temps pour certains, pour identifier ce processus sur autrui. Ils ont pu nous rapporter qu'ils se

sentent parfois pris au dépourvu par rapport à la détresse d'un proche (amis souvent mais parents aussi).

Cependant, il est aussi arrivé que des jeunes nous expriment qu'il leur était spontanément plus facile de repérer le mal-être chez les autres que pour eux-mêmes ; ils ajoutaient parfois que « peut-être ce n'est pas qu'ils ne le voient pas, mais plutôt qu'ils font semblant d'aller bien ». Cette donnée est revenue plusieurs fois et peut largement nous interpeller sur cette notion de déni qui fait partie de ces freins à l'expression et la prise en charge d'un mal-être, et que nous abordons en ateliers, quand le sujet est évoqué par un jeune.

Il est évident qu'au fil des ateliers, les jeunes s'approprient un langage et un processus et autant dans la prise de plaisir que dans des mécaniques amenant de la souffrance.

Le repérage des indicateurs émotionnels est appuyé par la dimension neurobiologique du fonctionnement des émotions (système de récompense) que nous leur exposons simplement, comme dans les ateliers Antidote ou Récifs d'Eros, et qui rend l'explication de nos comportements plus palpable.

D'un groupe à l'autre, nous constatons toujours un nombre important, vu leur âge, d'événements traumatisants vécus ; les plus cités sont : décès et/ou maladie d'un proche, déménagement, séparation des parents, rupture amoureuse, l'échec (pas forcément scolaire), déception dans la relation à l'autre (trahison), pour les garçons, échec sexuel (impression de ne pas assurer), suicide d'un proche, complexes, moqueries, insultes, agression, IVG.

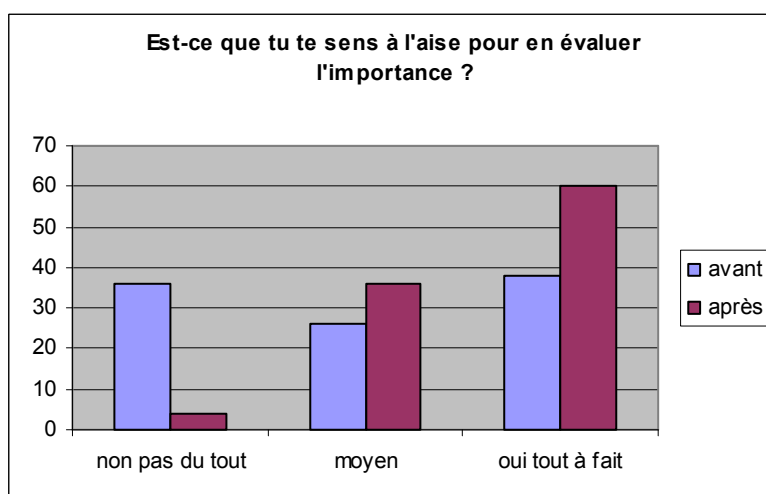
Enfin, nous précisons avec eux que l'adolescence est la période de la vie où les individus apprennent à gérer ces situations ou événements traumatisants que tout un chacun vit. Les épisodes de remises en question, voire les épisodes dépressifs peuvent arriver à chacun d'entre nous et nous continuons d'apprendre à les gérer que ce soit à 25 ou à 50 ans.

c. Objectif spécifique 3 : aider à une évaluation de la souffrance psychique et trouver des réponses adaptées

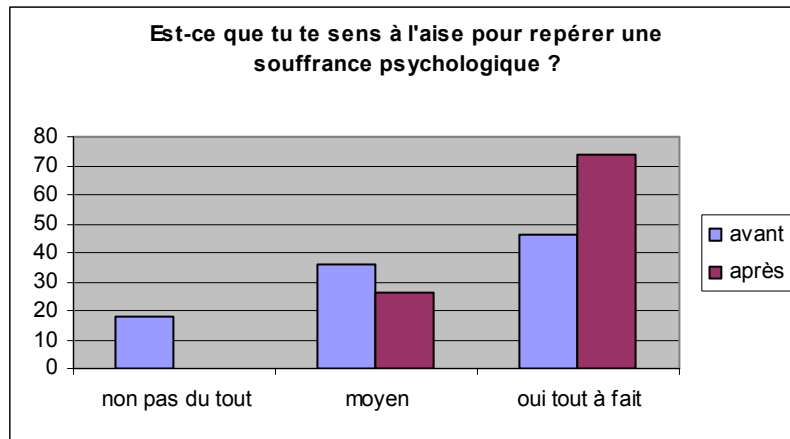
Pour aider les jeunes à l'évaluation de leur souffrance psychique, nous leur proposons un parallèle avec l'évaluation d'une douleur physique ; à partir de la projection d'une échelle de douleur, nous choisissons avec eux une situation source de mal-être et nous leur demandons de désigner un chiffre de 1 à 10.

Au premier abord, ils sont surpris de cet « outil mathématique » et parfois sceptiques de son application dans un champ si difficilement palpable ; grâce à l'exemple concret choisi collectivement pendant l'atelier, l'outil devient tangible.

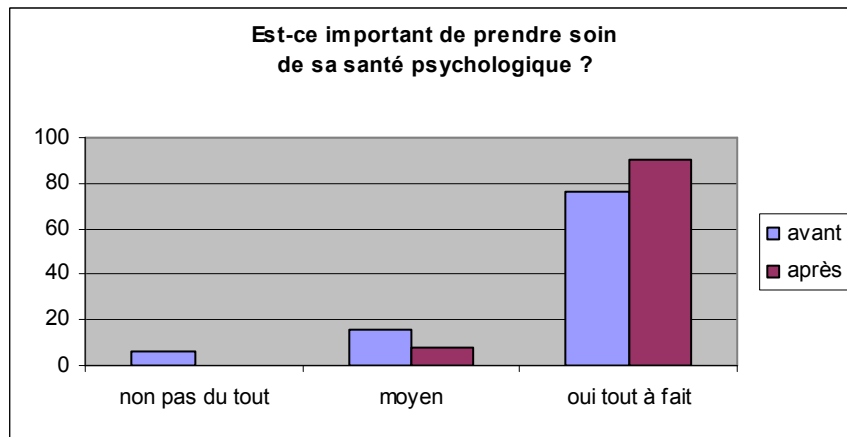
La méthode est efficace, nous recueillons à chaque fois des évaluations très contrastées pour un même groupe et nous pouvons par ce moyen, transmettre une donnée fondamentale : se rendre compte que l'appréciation de la douleur psychique est individuelle, personne d'autre que l'individu ne peut ni ne doit évaluer cette souffrance psychique. Nous remarquons des attitudes de soulagement, une prise de conscience qu'ils ont droit à dire « je vais mal » voire, « très mal » mais aussi « ce mal-être est passager ».



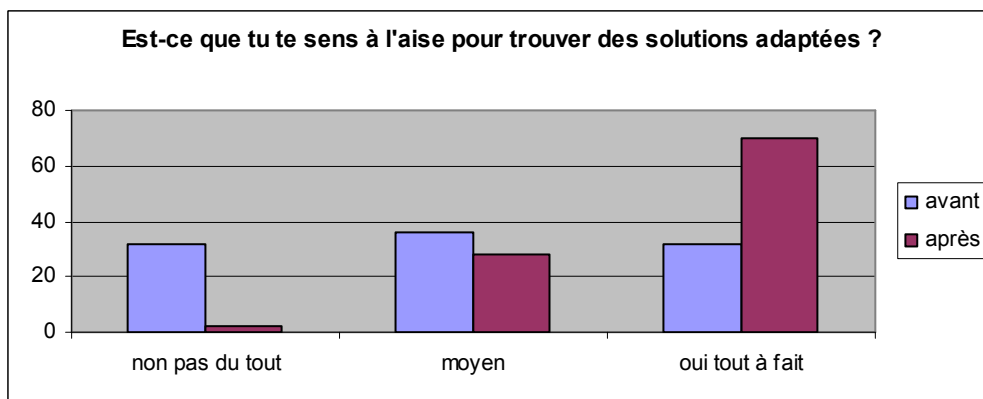
Pour compléter cette évaluation, on leur propose aussi de repérer avec quoi leur souffrance est-elle en lien : la famille, la scolarité, les amours, le corps ... ? Ceci permet à la fois d'avoir plus de précisions sur les difficultés (quand c'est possible) et ceci permet aussi de repérer les domaines où la personne est plutôt bien. Ils apprécient ce repérage et en particulier parce qu'il fait ressortir ces « zones de bien-être » sur lesquelles ils peuvent s'appuyer quand ils vont mal.



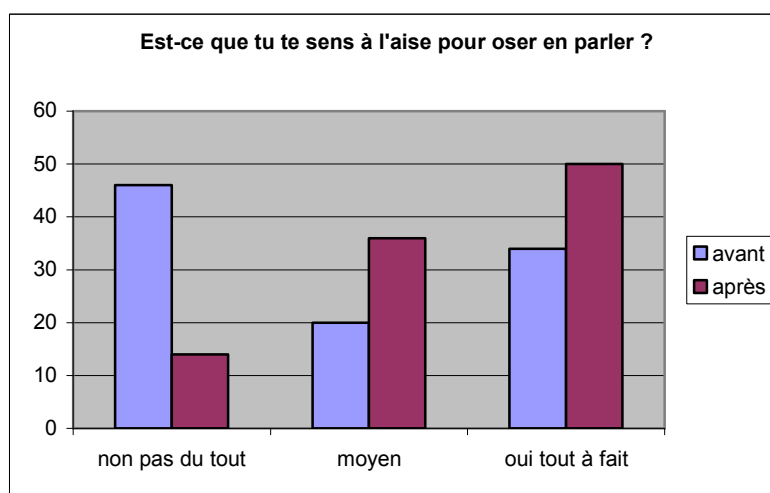
Ils acquièrent donc une autonomie sur la description de leur mal-être et peuvent alors amorcer l'appropriation de la démarche de prise en charge.



Après action, tous les jeunes disent qu'il est important de prendre soin de sa santé psychologique, ceux qui étaient dans le doute sont moitié moins nombreux et 90% d'entre eux répondent oui sans réserve. Ils sont dubitatifs quand on commence à comparer les étapes de la prise en charge d'un mal physique à la prise en charge d'un mal psychique mais nous disent après coup « on voyait pas où vous vouliez en venir, mais en fait on peut faire pareil ! » ; cette approche concrète peut aussi expliquer qu'ils s'accordent à dire que l'attention à la santé psychologique est importante.



La proportion de jeunes se sentant à l'aise pour trouver des solutions adaptées a plus que doubler après action ; une séquence du premier atelier porte sur l'énumération et la description des sources de plaisir qui génèrent des émotions agréables et suscitent l'envie de les renouveler. Cette séquence est retenue par les jeunes qui nous en restituent les détails lors de la seconde séance quand nous abordons les pistes de recherche de bien-être. Les plus citées sont : la qualité du relationnel (famille, amis, amours) et les activités sportives, culturelles ou de loisirs. Ils se rendent compte de la proximité et de l'accessibilité des ressources mobilisables pour aller mieux.



Le temps d'échanges au tour de la parole est un temps fort de l'atelier ; quels sont les freins à l'expression de leur mal-être ? Ils citent : « le manque de mots », « la peur d'être jugé » ou « de passer pour un fou », « la honte », « la peur d'ennuyer les autres » ou le fait « qu'ils peuvent vivre avec ». Nous déconstruisons un à un ces arguments avec eux en favorisant l'interaction avec ceux qui ont pu faire l'expérience de cette parole et leur redonnant confiance sur cet acte de langage.

On retrouve trois fois moins de réfractaires après action et plus d'un tiers de plus dans l'hésitation ou l'affirmation de libérer cette parole. Le fait de parler pour sortir d'un mal-être, est retenu et reconnu par les jeunes après action, et ce, quel que soit le choix de l'interlocuteur.

A ce sujet, une autre question portait sur : « si tu es en situation de mal-être, autour de toi qui peut t'aider ? »

Les jeunes citent massivement (65%) les amis en les caractérisant comme « proches » ou « intimes » ou « les meilleurs amis » ; lors de la séance, ils insistent sur la confiance qu'ils exigent de cet ami choisi pour leurs confidences. On peut redéfinir alors la notion d'intimité et de respect de leur intimité ; parfois, ils rappellent certaines expériences de trahison de la part de ces amis à qui ils s'étaient confiés, bien souvent source de mal-être citée en première séance. Dans la majorité des cas, le réseau d'amis est très fort et présent pour les jeunes et quand, exceptionnellement la discussion a pu porter sur « et si un jeune n'a pas d'ami ? », la réponse est unanime : c'est un indicateur de mal-être.

Il est intéressant de voir que le réseau familial est cité dans près de 60% des cas, en précisant pour certains « la grand-mère », « le frère », « la mère », « le père », « les parents » ou « le/la conjoint-e ». Pour autant la famille est souvent décriée lors de la séquence sur les sources de mal-être ou de bien-être en début d'atelier, décrite comme source de tensions, de conflits, génératrice d'interdits mal acceptés ou mal compris, mais elle est en même temps une des premières ressources vers laquelle se tourneraient volontiers les jeunes pour aller mieux. La famille reste sécurisante, ainsi en a témoigné une jeune lors d'un atelier à Gigean, où face à une contestation assez unanime sur les parents, elle a pris la parole en disant « et ça vous ferait quoi si vos parents ne vous posaient aucune limite ? ». Silence général.

Ils mentionnent également comme personnes qui peuvent les aider (16% des réponses), « des personnes extérieures spécialisées » parfois sans plus de précision, parfois en nommant « psychologue », « psychiatre » ou « psy ». Nous en faisons un commentaire dans l'objectif spécifique 4.

On remarque que certains jeunes (10%) déclarent ne repérer « personne » qui puisse les aider en situation de mal-être. Est-ce une absence réelle de relais dans leur entourage ou du désarroi, quoi qu'il en soit, le paramètre « temps » joue aussi pour beaucoup, les jeunes ont pu déjà nommer plus précisément leur mal-être pour eux-mêmes, peut-être leur faut-il un peu de recul pour le nommer à quelqu'un d'autre.

On repère fréquemment que les jeunes renvoient l'idée que c'est pour beaucoup leur environnement qui crée leur mal-être, que les causes de leur mal-être sont beaucoup plus exogènes qu'endogènes. Alors que les adultes autour d'eux tiennent un discours comme les « jeunes vont mal », ils sont conscients de devoir apprendre à combattre des situations extérieures agressives.

Nous estimons que la parole ne doit pas être qu'introspective, elle doit aussi être un outil de combat alors que globalement, dans la résolution de la souffrance des jeunes, on leur propose plus des « techniques » de plainte ; nous souhaitons développer encore dans Mala Vida, ces « techniques » de recherche de bien-être.

d. Objectif spécifique 4 : faire connaître les dispositifs locaux de prise en charge de la souffrance psychique

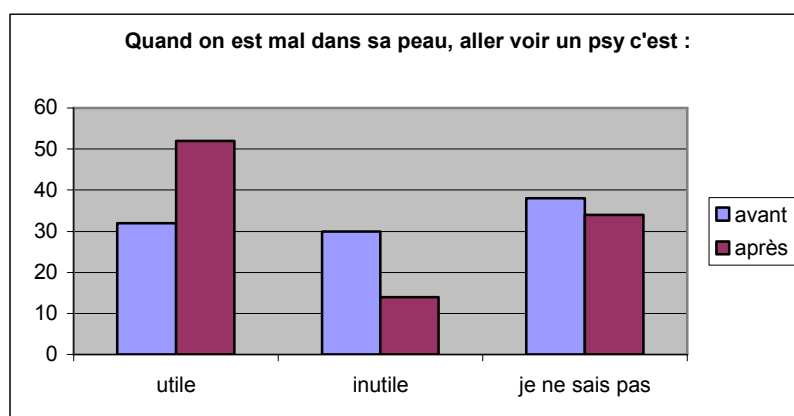
Une question portait sur leur connaissance des lieux d'écoute :

En général, les jeunes mentionnent peu de coordonnées précises de lieux d'écoute. Les données recueillies sont souvent assez vagues ou imprécises.

Au vu de leurs réponses, on peut noter tout d'abord que certains jeunes n'ont pas entendu ces lieux comme des structures ou des lieux spécialisés pour l'écoute des jeunes, mais plutôt des lieux en général où l'on peut être écouté. Ainsi, ils ont pu citer à nouveau « la maison », « chez moi », « les amis ».

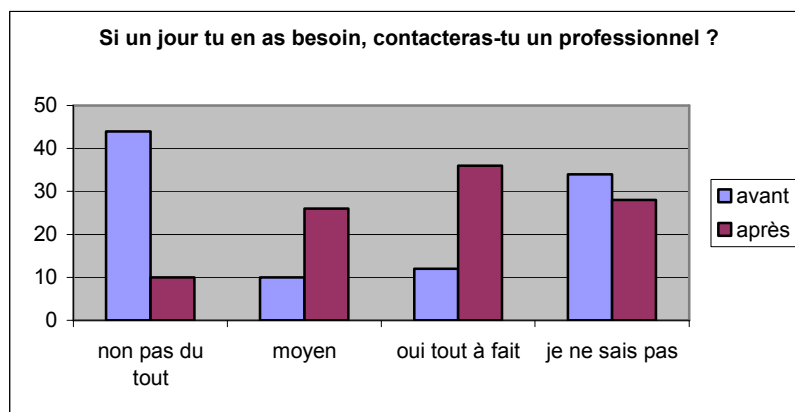
Parmi les réponses, on relève par ordre décroissant de fréquence : le planning familial, puis les « psy » ou « ma/mon psy », puis l'infirmière scolaire, l'assistante sociale, l'hôpital, le médecin généraliste, le CMP et les numéros verts. On a pu trouver plus ponctuellement dans leurs réponses, la MLI, le chat de Clermont-l'Hérault, la radio ou l'église.

Quand les jeunes mentionnent comme lieux d'écoute « le psy », ils précisent parfois « psychologue » ou « psychiatre ». Nous l'abordons en effet en atelier. En général, la question des « psy » est souvent houleuse et très animée mais on note dans tous les groupes rencontrés un modification de point de vue quant à l'utilité possible de cette démarche, comme le montre le graphique ci-dessous :



Leurs représentations sur « les psy » évolue positivement au cours des ateliers, mais les groupes les plus en difficultés sont en général plus réticents. Souvent ceux qui déclarent spontanément que « le psy » peut être une aide, sont ceux qui ont déjà eu des expériences positives. Mais très souvent, des jeunes relatent aussi de très mauvais souvenirs de visites chez « des psy ». Nous rappelons alors que le premier choix n'est pas forcément « le bon », que la personne peut en changer et que surtout, « le psy » est un accompagnant et non un magicien. Ces éléments les rassurent souvent mais l'approche « psy » reste compliquée avec les publics précaires qui ont peu élaboré l'outil langage, vecteur unique de cette démarche. Ce constat pourrait interroger la profession sur d'autres pratiques à inventer pour parvenir à toucher un plus large public.

A la question plus large du contact d'un professionnel, sans préciser le spécificité « psy », le changement de position des jeunes est très éloquent :



Le nombre de réfractaires diminue de 4 fois et demi, ceux qui hésitent encore sont presque 3 fois moins nombreux et ils sont 3 fois plus à l'affirmer sans réserve. Ceux qui ne savent pas encore sont également moins nombreux.

Ces chiffres évoluent sans doute du fait qu'en début d'action, la notion de mal-être est mal ou pas reconnu, auquel cas, ils ne voient pas en quoi un professionnel leur serait utile un jour ; au fil de l'atelier, cette notion se définit et se précise tout en repérant aussi parfois que leurs zones de bien-être sont ou peu nombreuses ou fragiles et qu'ils peuvent avoir un jour ce besoin d'être aidé par un professionnel. Nos échanges favorisent une vision plus réaliste de telles démarches en questionnant les idées reçues, fantasmes ou expérience ponctuelle mal vécue et diffusée comme une réalité auprès des pairs.

Pour compléter leurs connaissances des lieux ressources, nous utilisons en fin de deuxième séance, deux supports que nous avons élaborés :

- un support memo, qui reprend les différentes étapes de prise en charge d'un mal-être et de développement du bien-être, et que nous commentons collectivement sur place ; au dos, figurent quelques numéros verts et sites Internet
- un CD qui regroupe des extraits de sites Internet pour les jeunes et sur l'ensemble des thématiques liées au bien-être et au mal-être abordées dans les ateliers ; pour chacune, les jeunes disposent d'un page info sur les numéros et lieux ressources

Ces deux supports sont distribués individuellement et accueillis très favorablement par les jeunes qui manifestent régulièrement leur contentement à repartir avec ; ils ajoutent parfois qu'ils le consulteront en rentrant chez eux.

Si aucun de ces vecteurs d'informations ne fait écho à un jeune, nous savons que, s'il tape un jour sur Google « écoute jeunes Hérault » il tombera directement sur la page ressources des lieux d'écoute locaux. Ce média étant largement utilisé par les jeunes, nous pouvons penser que beaucoup de jeunes, dans une situation de demande d'aide, l'information pourra être facilement accessible.

Finalement, nous nous interrogeons beaucoup sur cet aspect de connaissance des lieux ressources : qu'attend-on que les jeunes connaissent ? Des numéros par cœur, des adresses exactes ? Ne doit-on pas plutôt leur apprendre à trouver l'information dont ils ont besoin, les accompagner à l'appropriation d'une démarche de recherche de réponses adaptée à leurs moyens matériels, techniques et humains ?

e. Objectif spécifique 5 : sensibiliser les professionnels de l'établissement pour un repérage précoce des expressions de mal-être des jeunes

La première forme de sensibilisation se concrétise grâce à la présence des adultes encadrant les groupes ; nous exigeons leur présence pour des raisons réglementaires mais nous avons pu constater à plusieurs reprises l'intérêt pédagogique pour les professionnels.

Quelles que soient leurs formations initiales et leur fonction auprès des groupes, infirmières, assistantes sociales, enseignants de français, de sports ou des sciences de la vie et de la terre, professeur principal ou assistants d'éducation, le langage et la démarche apportés par Mala Vida font écho. Leur participation est libre et volontaire pendant les ateliers et se traduit de manière variable :

- prises de parole ponctuelles : en liens avec des événements vécus par le groupe (ex : conflit avec un professeur générant un malaise dans une classe) ou en liens avec le programme (ex : les philosophes et les émotions)
- pas de prises de paroles pendant l'atelier mais des retours ou des remarques en fin d'ateliers : *« la séquence sur les défis de l'adolescence m'a éclairci les idées », « la mécanique des émotions est très parlante et m'a fait comprendre certains comportements de jeunes que j'ai en cours »,* ou bien encore *« le débat sur le bien-être illustre des questions abordées en français et que je pourrai reprendre en cours »*

Cette « technique d'imprégnation » n'est pas institutionnalisée mais elle permet de transmettre, au même titre que pour les jeunes, des repères sur la notion de mal-être, une démarche possible de sa prise en charge et des éléments de développement du bien-être. Il n'a pas été rare que les professionnels présents aux séances nous expriment l'utilité pour eux d'avoir participé et se déclarent plus à même de mobiliser ces nouvelles ressources dans le cadre de leurs pratiques professionnelles. Ils reconnaissent même une utilité personnelle, comme en témoigne cet enseignant qui, en fin d'atelier signalait aux jeunes : *« si j'avais eu une intervention comme ça quand j'étais au lycée, j'aurais évité bien des déboires ! »* ou bien, en aparté, *« ce que vous venez de présenter va me servir même à moi dans ma vie personnelle »*.

La forme officielle de sensibilisation des professionnels s'est traduite par une action de formation trois demi-journées auprès de six personnes de l'équipe éducative du lycée Joseph Vallot à Lodève : des professeurs du lycée technique et général et l'infirmière.

Le contenu abordait des repères d'expression du mal-être des jeunes, les signes avant-coureurs qui peuvent déclencher l'interpellation du comité de suivi des élèves mis en place au sein de l'établissement ; il y avait également une demande d'informations spécifiquement sur la question des toxicomanies (données précises sur certains produits et consommations des jeunes, repérage des signaux d'alerte).

Le groupe a été satisfait de cette sensibilisation mais plus particulièrement pour le lycée technique ; une certaine frustration a été ressentie du côté du lycée général du fait de sa faible participation à cette session.

Nous pouvons analyser le faible développement de ces actions de sensibilisation institutionnalisées par plusieurs éléments dont certains sont récurrents :

- il est difficile de trouver du temps dans un dispositif type Education Nationale. Bien que les professeurs se déclarent intéressés, dégager du temps devient très compliqué
- le contexte politique actuel (tensions, réduction du nombre de professeurs, refonte des programmes...) est un frein, il peut même parfois être décalé de leur proposer cela à un moment où leur poste est menacé
- la question de la taille de l'établissement : quand il est trop important, ce type de formation n'est plus performant
- nous nous décourageons parfois face à la lourdeur de la mise en place de ce type d'action et des attitudes parfois contre-productives de certains professionnels

Nous retenons que la sensibilisation intrinsèque aux ateliers est déjà pertinente, peut-être est-ce là une piste de réflexion à approfondir et qui pourrait nous conduire à formuler encore plus clairement la nécessité de présence des adultes référents des groupes.

3. Analyse globale des résultats

L'action Mala Vida permet aux jeunes :

- de repérer les modes d'expression du mal-être
- de développer des compétences de repérage pour eux et pour leurs pairs
- une aide à l'évaluation de leur souffrance psychique et à trouver des réponses adaptées
- d'améliorer leur connaissance des dispositifs de prise en charge

L'objectif de sensibilisation des professionnels a été partiellement atteint.

L'objectif global qui était de «Proposer aux jeunes un espace collectif d'expression et d'échanges sur les souffrances psychiques et les moyens de les réduire » a été atteint.

V. CONCLUSION ET PERSPECTIVES

Les débuts de la mise en place de l'action Mala Vida ont été quelque peu chaotiques ; réticences de certains professionnels et institutions, manque d'unification entre les acteurs sur cette thématique, se sont traduits l'année dernière par un plus faible volume d'actions qu'initialement prévu.

Cette année la demande s'est démultipliée au-delà de notre prévisionnel ; convaincus de la nécessité, et parfois de l'urgence, à développer cette thématique auprès de jeunes, nous y avons répondu. Nos interlocuteurs dans les structures où nous intervenons ont reconnu la démarche proposée et le bouche à oreille a fonctionné. La teneur des échanges avec les jeunes et leurs retours dans les questionnaires d'évaluation après action, confortent également la pertinence de cet atelier innovant.

Le thème du mal-être a pris toute sa place à Holisme, au même titre que les addictions et la sexualité. Nous commençons à avoir du recul tant sur les contenus abordés que sur les outils utilisés ; nous prenons de l'assurance sur l'animation de cet atelier qui est sans doute un des plus délicats à développer dans un groupe. Le sujet est vaste, le travail sur les émotions est inhabituel pour les jeunes et la démarche de prise en charge du mal-être nécessite du temps pour approfondir chacune de ses étapes et en lever les freins évoqués par les jeunes.

Une des principales qualités de cette approche du mal-être est sans doute aussi l'objectif qui sous-tend les deux séances : interpeller les jeunes sur la notion de bien-être.

L'adolescence n'est pas qu'une période complexe et difficile, elle aussi une formidable source d'énergie, d'envies et d'ouverture sur de nouveaux univers. Les plaisirs et émotions associées sont de précieuses ressources renouvelables à disposition du jeune et antidote potentiel s'il traverse une période douloureuse. Le bien-être et ses fondements se dessinent à traits plus précis pour le jeune qui acquiert une autonomie sur la prise en compte de son état psychique.

Notre perspective est de toute évidence de conforter et développer encore cet atelier au sein des structures déjà partenaires d'Holisme mais aussi dans le cadre de nouveaux partenariats ; nous ne pourrons continuer à répondre à perte aux demandes supplémentaires, aussi nous attendons de nos partenaires financiers que notre perspective soit aussi la leur.

ANNEXES

- 1. Questionnaire d'évaluation jeunes avant action**
- 2. Questionnaire d'évaluation jeunes après action**
- 3. Questionnaire professionnels participants à l'action**
- 4. Charte d'intervention**

**MALA VIDA
QUESTIONNAIRE AVANT ACTION**

☺ **Pour toi, c'est quoi le mal-être ?**

☺ **Pour les jeunes, quelles sont les sources les plus importantes de mal-être ?**

☺ **Quelles sont les émotions que l'on ressent quand on est en situation de mal-être ?**

☺ Cite des exemples de comportements que peuvent avoir des personnes mal dans leur peau. Coche à côté pour dire si ce sont plus les filles, les garçons ou les 2 qui ont ce type de comportement	Filles	Garçons	Filles et garçons

Autres exemples : -----

☺ **Te sens-tu capable de repérer :**

> **Quand tu es mal dans ta peau ?** (faire une croix sur la ligne)

Non pas du tout _____ Oui tout à fait

> **Quand un ami est mal dans sa peau ?**

Non pas du tout _____ Oui tout à fait

☺ **Quels sont les signes de mal-être qu'on peut repérer en nous ?**

☺ **Quels sont les signes de mal-être qu'on peut repérer chez les amis ?**

☺ **Est-ce important de prendre soin de sa santé psychologique (moral, émotions, sentiments, bien-être ...) ?**

Non pas du tout _____ Oui tout à fait

☺ **Est-ce que tu te sens à l'aise pour :** (mettre une croix sur chaque ligne)

Repérer une souffrance psychologique	Non pas _____	Oui
	Du tout _____	tout à fait
En évaluer l'importance	Non pas _____	Oui
	Du tout _____	tout à fait
Trouver des solutions adaptées	Non pas _____	Oui
	Du tout _____	tout à fait
Oser en parler	Non pas _____	Oui
	Du tout _____	tout à fait

☺ **Si tu es en situation de mal-être, autour de toi, qui peut t'aider ?**

Je ne sais pas

☺ **Quand on est mal dans sa peau, aller voir un psy, c'est :**

Utile

Inutile

Je ne sais pas

☺ **Connais-tu des lieux d'écoute ? Si oui, lesquels ?**

☺ **Si un jour tu en as besoin, contacteras-tu un professionnel ?**

Non pas du tout _____ Oui tout à fait

Je ne sais pas

Tu es :

Une fille

Un garçon

Ton âge :

Le nom de ton établissement :

Merci d'avoir répondu à ce questionnaire et bonne continuation !

**MALA VIDA
QUESTIONNAIRE APRES ACTION**

☺ **Pour toi, c'est quoi le mal-être ?**

☺ **Pour les jeunes, quelles sont les sources les plus importantes de mal-être ?**

☺ **Quelles sont les émotions que l'on ressent quand on est en situation de mal-être ?**

☺ Cite des exemples de comportements que peuvent avoir des personnes mal dans leur peau. Coche à côté pour dire si ce sont plus les filles, les garçons ou les 2 qui ont ce type de comportement	Filles	Garçons	Filles et garçons

Autres exemples : -----

☺ **Te sens-tu capable de repérer :**

> **Quand tu es mal dans ta peau ?** (faire une croix sur la ligne)

Non pas du tout _____ Oui tout à fait

> **Quand un ami est mal dans sa peau ?**

Non pas du tout _____ Oui tout à fait

☺ **Quels sont les signes de mal-être qu'on peut repérer en nous ?**

☺ **Quels sont les signes de mal-être qu'on peut repérer chez les amis ?**

☺ **Est-ce important de prendre soin de sa santé psychologique (moral, émotions, sentiments, bien-être ...) ?**

Non pas du tout _____ Oui tout à fait

☺ **Après les séances que nous avons faites ensemble, est-ce que tu te sens à l'aise pour :** (mettre une croix sur chaque ligne)

Repérer une souffrance psychologique	Non pas _____	Oui
	Du tout _____	tout à fait
En évaluer l'importance	Non pas _____	Oui
	Du tout _____	tout à fait
Trouver des solutions adaptées	Non pas _____	Oui
	Du tout _____	tout à fait
Oser en parler	Non pas _____	Oui
	Du tout _____	tout à fait

☺ **Si tu es en situation de mal-être, autour de toi, qui peut t'aider ?**

Je ne sais pas

☺ **Quand on est mal dans sa peau, aller voir un psy, c'est :**

Utile

Inutile

Je ne sais pas

☺ **Connais-tu des lieux d'écoute ? Si oui, lesquels ?**

☺ **Si un jour tu en as besoin, contacteras-tu un professionnel ?**

Non pas du tout _____ Oui tout à fait

Je ne sais pas

A PROPOS DES SEANCES QUE NOUS AVONS FAITES ENSEMBLE

☺ **As-tu apprécié ?**

NON UN PEU OUI

☺ **As-tu appris des choses ?**

NON UN PEU OUI

☺ **Est-ce que ces ateliers t'ont aidé dans la compréhension du mal-être et des solutions pour en sortir ? ?**

NON UN PEU OUI

☺ **Que retiens-tu de ces séances ?**

.....
.....
.....
.....

☺ **Ces ateliers pourraient-ils intéresser d'autres jeunes ? Pourquoi ?**

.....
.....
.....
.....

☺ **Prends la place d'un professeur. Quelle note donnes-tu à(aux) l'intervenant(s) ?**

_____ Commentaire :
20
.....

Tu es : Une fille Un garçon **Ton âge :**

Le nom de ton établissement :

Merci d'avoir répondu à ce questionnaire et bonne continuation !

QUESTIONNAIRE ENCADRANTS
EVALUATION DE L'ACTION DE PREVENTION DU MAL-ETRE
« MALA VIDA »

1 / Quelle est votre appréciation des 2 séances ?

2/ Quels sont les temps qui vous ont paru les plus intéressants pour les jeunes ?

3/ Avez-vous remarqué une implication particulière des jeunes au cours ou suite à cette action ?

4/ Seriez-vous intéressé pour renouveler ce type d'action ?

OUI NON

Pourquoi?

5/ Remarques diverses

Merci de renvoyer cette évaluation par fax ou courrier à :

HOLISME COMMUNICATION

26 rue St Clair – Bat.B

Résidence du port

34280 Carnon

Tel et fax : 04-67-58-87-41

E-mail : holisme@wanadoo.fr Site : <http://www.holisme.org>

CHARTRE DE L'ASSOCIATION HOLISME



L'Association, présentation, historique :

Holisme est une association de promotion de la santé et de prévention des risques liés aux comportements.

Dans le cadre de la prévention santé, l'association Holisme mène depuis 1992 des actions de prévention sur les conduites à risques.

Ses activités, historiquement ciblées sur le département de l'Hérault, se développent actuellement à l'ensemble du territoire.

Elle bénéficie de l'**agrément « Association Educative » Education Nationale** depuis février 2005, et de l'agrément « Formation » Région depuis Juillet 1996.

Missions :

Les missions de l'association s'organisent autour de 4 pôles de travail :

- + **Ateliers** de prévention des risques liés aux comportements, auprès de jeunes et de personnes en difficultés.
- + Création d'**outils** de prévention, issus des ateliers de prévention ou à la demande des professionnels.
- + **Formations** à la prévention, destinées aux professionnels du secteur médical, social, éducatif.
- + **Ecoute, soutien, accompagnement** psychologique individuel, auprès de jeunes et de personnes en difficultés

Objectifs :

Son objet est de **créer de l'échange** sur les prises de risques liées aux comportements, de **créer des liens** entre les intervenants santé et les populations, de donner aux usagers des moyens de communiquer leur message de santé et d'aider les acteurs de prévention dans leurs communications.

Ses moyens d'actions sont l'écoute, l'information, l'orientation, la mise en réseau, la formation, la création et la réalisation d'outils de communication liés à la prévention santé.

Partenaires :

L'association participe à plusieurs collectifs de professionnels :

- Le Collectif Santé Jeunes de l'Hérault
- Le Collectif Sida de Montpellier
- Le Réseau ville-hôpital adolescents

Publics visés :

Les publics visés sont les jeunes scolarisés, et les jeunes adultes en formation.

Ethique générale :

L'association Holisme n'appartient à aucune organisation politique, religieuse ou philosophique.

Elle fonde son action sur une vision humaniste et **laïque** de la santé que nous déclinons en six points fondamentaux :

- ➔ Le droit à la santé pour tous (du soin à la prévention)
- ➔ Le respect de la liberté individuelle
- ➔ L'épanouissement des personnes
- ➔ Le respect de l'autre
- ➔ La lutte contre toute forme d'exclusion
- ➔ L'acceptation de la loi, socle collectif de notre liberté individuelle.

Eduquer à la santé c'est prendre en compte la parole des élèves, c'est les aider à construire leur personnalité sociale, c'est leur permettre de choisir et de juger, d'exercer des responsabilités, c'est les aider à devenir des citoyens autonomes, et à construire une estime de soi.

Ethique d'action :

Notre action repose sur les principes suivants :

- Transmettre toutes les informations nécessaires à la prévention des risques et leurs explications.

- Répondre à toutes les questions posées.

S'interdire tout jugement de valeurs sur le discours de l'autre.

- Ne pas promouvoir ou condamner des pratiques ou des choix de vie tant qu'ils demeurent dans le cadre défini par la loi de la République.

La connaissance des éléments de vie privée des personnes ne peut se faire que de par leur propre initiative.

- Les paroles du public si elles comportent des propos racistes discriminatoires, sexistes, violents, ne sont pas condamnées mais travaillées afin de faire évoluer les représentations sociales. Ce travail nécessite entre autre de rappeler et d'expliquer le sens de la loi et les valeurs humanistes.

- Les propos tenus par les personnes restent de leur propriété, et le devoir de réserve de tout acteur de santé s'applique, à l'exception de la situation de mineur en danger telle que définie par la loi.

- Le message global de l'association sur les questions de santé peut se résumer de la façon suivante : **"C'est à chaque personne de trouver ses orientations et choix de vie dans le cadre de l'espace de liberté offert par les lois de la République. L'épanouissement passe par la compréhension et l'acceptation des interdits fondamentaux, le respect de l'autre, l'élaboration de ses propres normes, la réalisation de ses désirs et l'affirmation de soi"**.

Afin que cette éthique soit toujours active, nous sommes engagés dans un processus permanent d'analyse des pratiques et de nos représentations mentales, afin d'améliorer notre savoir être dans l'attitude de prévention. Enfin, nous entretenons un dialogue permanent avec les établissements scolaires et leurs acteurs, afin de répondre au plus près aux besoins en matière de prévention. Nos interventions s'appuient sur des projets adaptables aux évolutions des pratiques de notre jeunesse et aux évolutions de la société.

Adresse :

Résidence du Port 26 rue Mont St Clair

34280 Carnon

04- 67- 58- 87- 41 04- 67- 58 - 87- 41

contact@holisme.org

Equipe :

Coordination : BLANCHARD Bertrand MASTER II Prévention

Sanitaire & Sociale

Equipe : DETRY Alexandra Psychologue Clinicienne

BENTIRI Najat Psychologue Sociale de la Santé

STOCKER Anne Laure Animatrice de prévention,
chargée de projets

LE GAL Claire Psychologue sociale

Agréments administratifs :

Types d'agrément : attribués par : en date du :

Formation Région 01/07/1996

Association Educative Education Nationale 01/02/2005

Déclaration en préfecture : le **23 Mars 1992**

A **Montpellier**

Date de publication au Journal officiel : **22 Avril 1992**

Une présentation plus complète de l'association est
consultable sur son site

Holisme Communication
Prévention santé

<http://www.holisme.org> - contact@holisme.org