



Livre blanc de RBC® sur les résultats du  
sondage RBC sur l'optimisme des jeunes

# La génération inquiète

*Par Rona Maynard*



# Un mot de RBC

Lors de l'établissement de l'Engagement envers les enfants RBC, en 2013, nous étions conscients qu'il s'agissait d'un projet de très grande envergure, aucune entreprise canadienne ne s'étant, à ce jour, engagée à verser 100 millions de dollars pour venir en aide aux jeunes.

Le chiffre de 100 millions de dollars a fait les manchettes, mais ce n'était pas l'élément véritablement remarquable de cet engagement. À titre de société donatrice la plus généreuse au Canada, nous aurions de toute façon investi une telle somme dans le mieux-être des enfants au fil du temps. Ce qui distingue ce projet, c'est que nous nous sommes engagés à améliorer le bien-être d'un million d'enfants, et à le faire en cinq ans.

*Voilà* ce qui méritait vraiment de faire les manchettes. Cela démontrait notre intention non seulement de définir le « bien-être », mais aussi de vérifier si les programmes que nous finançons contribuent réellement à l'améliorer, et cela, dans une période relativement courte.

Nous savions que ce ne serait pas une tâche facile. Il est simple pour RBC et ses organismes de bienfaisance partenaires de faire le suivi des dons, du nombre de programmes offerts, du nombre d'enfants participant à chaque programme et d'autres données. Comment démontrer, toutefois, que ces excellents programmes obtiennent les résultats désirés ? Faire une telle preuve, lorsque ces résultats sont intangibles, peut s'avérer très onéreux, voire impossible.

De quelle façon RBC pourrait-elle alors s'assurer de véritablement aider les jeunes ? Nous avons d'abord déterminé que nous devions continuer de financer des programmes visant à aider les jeunes à développer leurs aptitudes et leurs connaissances, par exemple des programmes permettant d'apprendre comment étudier ou préparer un repas nutritif, au moyen du Projet d'activités parascolaires RBC ; d'obtenir une formation en cours d'emploi, au moyen du programme Lancement de carrière RBC ; ou de s'initier au patinage, au moyen du Projet Vive l'activité physique RBC. Ensuite, nous avons sélectionné des indicateurs de rendement qui démontreraient que ces programmes sont utiles, puis établi comment les organismes pourraient collecter des données sur leur incidence.

Mais nous n'allions pas nous en tenir à cela. Nous sentions, en effet, qu'il existait certaines facettes du bien-être que les programmes soutenus ne touchaient pas. Les jeunes Canadiens, qui sont l'avenir de notre pays, atteignent l'âge adulte dans un état d'inquiétude quant aux perspectives d'emploi et aux possibilités de réussite. Le monde a changé, et les jeunes d'aujourd'hui font face à de nouveaux défis aptes à ébranler les plus solides. Nous et les organismes de bienfaisance que nous soutenons devons établir comment faire naître l'optimisme en chaque enfant avant que l'inquiétude ne limite ses horizons.

Nous sommes persuadés que pour assurer le bien-être des enfants, il ne suffit pas de traiter leur détresse. Il faut aussi leur fournir, très tôt, les outils dont ils auront besoin pour s'épanouir. De plus, nous croyons que les Canadiens peuvent collaborer afin de faciliter pour les enfants les étapes tumultueuses de la jeunesse : s'adapter à une nouvelle école, vivre un premier chagrin d'amour, composer avec un décès ou un divorce dans la famille, et trouver sa place dans le monde.

Nous avons accès à une mine de renseignements provenant de spécialistes. Mais quelle meilleure façon de commencer que de demander aux jeunes de s'exprimer ? Mieux que quiconque, ils peuvent nous dire où et comment les jeunes trouvent matière à l'optimisme. Nous voulions le découvrir.

Le premier sondage RBC sur l'optimisme des jeunes nous a permis de le faire.

Il offre un aperçu sans précédent de ce que ressentent les jeunes à l'égard de leur vie. Mené à l'automne 2014 par Ipsos Reid et élaboré à l'aide d'un comité d'experts, le sondage a donné à près de 2 400 jeunes Canadiens de 10 à 25 ans de toutes les provinces l'occasion de s'exprimer. Nous leur avons demandé quelles sont leurs sources d'optimisme et d'inquiétude en ce qui a trait au présent et à l'avenir. Nous leur avons posé des questions sur leur perception d'eux-mêmes, sur ce qui les rend heureux, et sur les possibilités qui s'offrent à eux.

Les conclusions du sondage sont on ne peut plus claires : entre l'enfance et la fin de l'adolescence, l'espoir et le sentiment de bonheur sont en chute libre. Et le malaise que ressentent ces jeunes peut les suivre jusqu'à l'âge adulte.

Ce premier sondage jette les bases d'un questionnement dont l'incidence, pour les parents, les éducateurs, les gouvernements et les prestataires de services, sera considérable. Nous vous invitons à vous joindre à nous, alors que nous nous penchons sur l'érosion de l'espoir et du sentiment de bonheur chez les jeunes Canadiens.

**Lynn Patterson**

*Directrice générale, Responsabilité sociale d'entreprise*

Pour lire tous les résultats du sondage RBC sur l'optimisme des jeunes, allez à [www.rbc.com/jeunes](http://www.rbc.com/jeunes).

# La crise de l'optimisme

Le parcours menant à chaque jalon de la vie commence par un rêve. Qu'il s'agisse de s'engager dans une équipe de hockey, de s'inscrire à l'université, de faire un voyage à Paris ou de décrocher un emploi prometteur, la plupart des Canadiens de plus de 40 ans se rappellent avoir eu de tels projets et des visions d'un brillant avenir, comme promis par D<sup>r</sup> Seuss dans son livre à succès, *Oh, the Places You'll Go!* : « Tu as un cerveau dans ta tête. Tu as des pieds dans tes chaussures. Tu peux aller où tu voudras »<sup>1</sup>.

Le livre *Oh, the Places You'll Go!*, publié il y a 25 ans et vendu à plus de 10 millions d'exemplaires, reste un cadeau de fin d'études des plus populaires. Toutefois, nos jeunes, plus que jamais, doutent de leur capacité de se façonner un bel avenir. Le passage à l'âge adulte, auparavant une période de célébration, est devenu pour nombre de jeunes une période de réévaluation et de repli. Découragés par les sombres prédictions quant à leurs perspectives d'emploi, les jeunes d'aujourd'hui commencent à perdre espoir à l'adolescence et atteignent le seuil de l'âge adulte remplis de pessimisme. Ils s'expriment à ce sujet dans le sondage RBC sur l'optimisme des jeunes, un portrait inédit d'une génération habituée aux mauvaises nouvelles. Lisa Wolff, directrice des politiques et de l'éducation à UNICEF Canada et conseillère dans le cadre du sondage, souligne : « Certains parents seraient très étonnés de savoir à quel point les enfants sont inquiets ».

Un jeune homme de 24 ans fait part de ses nombreuses craintes : « J'ai peur de ne pas trouver d'emploi, de ne pas pouvoir rembourser mes dettes, de ne pas avoir suffisamment d'argent pour vivre de façon autonome. J'ai peur de ne pas avoir assez d'argent pour prendre ma retraite... J'ai peur de ne jamais trouver quelqu'un avec qui partager ma vie. Je m'inquiète tellement que ça en devient ridicule ».

Si à 24 ans les jeunes sont déjà préoccupés par la retraite, il n'est pas étonnant de constater que les jeunes de 10 à 13 ans s'inquiètent de leurs perspectives d'emploi – leur plus grande inquiétude au sujet de l'avenir. À cet âge, ce malaise n'est pas généralisé : 80 % des jeunes faisant partie de ce groupe croient encore qu'ils peuvent atteindre tout objectif qu'ils ont en tête. Cette proportion tombe toutefois à 57 % chez les 18 à 21 ans, ne remontant que légèrement chez les 22 à 25 ans. Plus les jeunes approchent de l'âge adulte, plus ils se font du mauvais sang. Ils disent s'inquiéter de l'« échec », ce qu'une jeune femme décrit comme la peur de « devenir un poids pour ma famille ».

Et le pessimisme au sujet de l'avenir ternit aussi le présent. Plus de 90 % des préadolescents sont d'accord avec les énoncés « Je suis satisfait de ma vie » et « Mes parents croient en moi ». Les trois quarts seulement des 18 à 21 ans le sont aussi. Une des répondantes de ce groupe affirme qu'elle se sent comme « une présence encombrante pour mes proches ».

Malgré l'inquiétude manifestée par de nombreux jeunes, il ne faut pas s'alarmer outre mesure. La vaste majorité des jeunes se décrivent comme des personnes « positives », et la plupart envisagent l'avenir avec enthousiasme. Comme les jeunes des générations précédentes, ils veulent voyager, fonder une famille et avoir une brillante carrière. Une minorité de jeunes, toutefois, éprouvent une telle détresse qu'ils ont de la difficulté à faire face au quotidien et sont incapables d'envisager le reste de leur vie avec optimisme. Chez les 18 à 21 ans, le groupe le plus à risque, le cinquième des jeunes hommes et le tiers des jeunes femmes vivent dans un état de constante inquiétude. Pour citer une jeune femme dans la vingtaine : « RIEN. JE N'AI RIEN À ESPÉRER ».

Le D<sup>r</sup> Ian Manion, directeur général du Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents, membre du comité d'experts de RBC et clinicien de longue date, n'est pas surpris du découragement de cette jeune femme. Il n'a jamais vu autant de jeunes en fin d'adolescence et de jeunes dans la vingtaine traverser une mauvaise passe. Qu'ils décident de quitter les études ou d'y rester dans l'espoir de trouver un emploi, qu'ils soient sans emploi ou incapables d'en conserver un, ils sont mal préparés pour l'âge adulte. Réticents à devenir des bourreaux de travail comme leurs parents, ils ne peuvent envisager une autre option réaliste. Le D<sup>r</sup> Manion souligne : « Le danger, c'est qu'ils décrochent et adoptent une attitude

« Certains parents seraient très étonnés de savoir à quel point les enfants sont inquiets. »

Lisa Wolff  
UNICEF Canada

<sup>1</sup> Dr. Seuss, *Oh, the Places You'll Go!*, Random House for Young Readers, 1990.

« La difficulté à envisager l'avenir de façon positive peut entraîner de l'anxiété, de la dépression et de la toxicomanie – des phénomènes plus courants à cette étape de la vie. »

D' Ian Manion  
Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents

passive qui pourrait retarder leur progression. La difficulté à envisager l'avenir de façon positive peut entraîner de l'anxiété, de la dépression et de la toxicomanie – des phénomènes plus courants à cette étape de la vie. »

La détresse des jeunes adultes est évidente. Les intervenants d'Allo J'écoute, ligne d'assistance pour les étudiants d'établissements postsecondaires de l'Ontario aux prises avec des problèmes de santé mentale, répondront à plus de 20 000 appels cette année. C'est quatre fois plus que le nombre d'appels qui avait été

projeté pour cet organisme mis sur pied il y a moins de deux ans.

Bien qu'essentiels, les nouveaux services offerts à ces jeunes ne suffiront toutefois pas à leur rendre de l'optimisme. Intégrer le marché du travail n'a jamais été aussi ardu. Sharon Wood, présidente et directrice générale de Jeunesse, J'écoute, partenaire de longue date de RBC, souligne : « Lorsque toutes les démarches d'emploi que l'on a faites se soldent par des refus, il est difficile de ne pas se sentir rejeté ». Il est évident que le temps est venu de préparer tous les enfants aux dures réalités d'aujourd'hui. Comme le résume le D<sup>r</sup> Manion : « On doit commencer beaucoup plus tôt qu'à l'adolescence à aider les jeunes à développer leur résilience ».

## L'importance de l'optimisme

Le monde qui attend les jeunes de la présente génération n'est pas le même que celui de leurs parents, un monde dans lequel ceux qui travaillaient fort et possédaient le bon diplôme d'études postsecondaires pouvaient se payer une maison confortable et deux voitures. Les jeunes d'aujourd'hui doivent souvent cumuler les microemplois et les contrats à court terme dans l'espoir qu'avec un peu de chance, ils pourront décrocher un poste permanent. Ils devront faire une multitude de plans, apprendre à se remettre des déceptions, et développer la capacité d'apprendre de leurs échecs plutôt que de céder au désespoir. Ils ont besoin de la « boîte à outils du 21<sup>e</sup> siècle ». Et ce qui fait fonctionner ces outils, c'est l'optimisme.

Si les jeunes ne peuvent envisager un avenir satisfaisant, ils ne trouveront pas la détermination nécessaire pour le réaliser, une étape à la fois. Trop souvent, nous n'avons pas su leur enseigner que la réussite ne s'atteint qu'à force de persévérance. Sous l'emprise du concept de l'estime de soi, nous leur avons plutôt enseigné que la réussite est un droit acquis. Malgré nos bonnes intentions, ce sont surtout des déceptions qui les attendent. Voici une citation de Martin Seligman, psychologue à l'Université de Pennsylvanie, tirée de son livre *The Optimistic Child* :

« ... pour apprendre à quelqu'un à se sentir bien, on doit d'abord lui apprendre quelles sont les étapes pour y arriver. L'estime de soi, et le bonheur en général, sont des sentiments qui se développent après qu'on ait réussi à surmonter les obstacles, à atteindre ses objectifs, à vaincre la frustration et l'ennui, et à gagner. »<sup>2</sup> C'est là qu'entre en jeu l'optimisme. Les recherches de M. Seligman démontrent que l'optimisme, en plus de contribuer à prévenir la dépression chez les jeunes, est quelque chose qui peut être inculqué. Bien que certains enfants soient de nature plus optimistes que d'autres, la plupart peuvent acquérir les aptitudes cognitives et sociales qui favorisent l'optimisme – un processus qu'il désigne par le terme « immunisation psychologique ».

« L'estime de soi, et le bonheur en général, sont des sentiments qui se développent après qu'on ait réussi à surmonter les obstacles, à atteindre ses objectifs, à vaincre la frustration et l'ennui, et à gagner. »

Martin Seligman,  
Université de Pennsylvanie

<sup>2</sup> Martin Seligman, *The Optimistic Child*, Houghton Mifflin, édition couverture souple, 2007, p. 33.

# La puissance des liens émotionnels



La résilience repose en grande partie sur les liens que l'on crée avec les autres – un thème récurrent du sondage. Des préadolescents aux jeunes adultes, les répondants optimistes se sentent appuyés et inspirés par les gens qui les entourent. Lorsqu'on leur demande ce qu'ils anticipent avec le plus de plaisir aujourd'hui, ils répondent « revenir de l'école et voir mon père », « voir ma petite sœur », ou « voir ma grand-mère encore une fois avant qu'elle décède ». Un jeune homme

qui travaille comme plongeur dans un restaurant et gagne le salaire minimum a répondu : « travailler avec mes collègues, dans un beau climat d'entraide... J'ai parlé à mon patron du trouble neurologique dont je suis atteint ; sa réaction a été des plus positives, ce qui est formidable ».

Les optimistes démontrent de meilleures aptitudes sociales que les pessimistes. Ils sont davantage influencés par les membres de leur famille, leurs enseignants et les autres personnes qui les appuient. Quand les choses vont mal, les optimistes sont beaucoup plus enclins à se confier à quelqu'un que les pessimistes, qui ont tendance à garder leurs problèmes pour eux ou à trouver du réconfort dans la malbouffe et d'autres mauvaises habitudes.

Les intervenants à Jeunesse, J'écoute, partenaire de longue date de RBC, connaissent bien ce type de problème. Chaque semaine, le personnel de ce service d'écoute gratuit et confidentiel répond en moyenne à plus de 5 000 appels de jeunes aux prises avec

**Les optimistes démontrent de meilleures aptitudes sociales que les pessimistes. Ils sont davantage influencés par les membres de leur famille, leurs enseignants et les autres personnes qui les appuient.**

des problèmes comme l'anorexie, la violence et les pensées suicidaires. Alisa Simon, vice-présidente, Services et programmes cliniques, souligne que nombre de jeunes appelants n'ont pas d'autre choix que de s'adresser à l'organisme. « Nous demandons aux jeunes : " Sur qui peux-tu compter ? À qui pourrais-tu parler de ton problème en toute confiance ? ". Beaucoup de jeunes n'ont personne d'autre que nous à qui se confier. »

Cet isolement émotionnel confirme une tendance inquiétante : les piètres résultats du Canada dans des études internationales portant sur la satisfaction des jeunes à l'égard de leur vie. Dans un bilan de 2011 de l'UNICEF, le Canada est arrivé en 24<sup>e</sup> place parmi les 29 pays industrialisés à l'étude – juste devant des pays de l'ancien bloc de l'Est<sup>3</sup>. Il ne s'agit pas d'un phénomène passager : l'humeur des jeunes Canadiens s'est assombrie de façon constante depuis dix ans, même si la pauvreté a reculé<sup>4</sup>. Lisa Wolff souligne : « La chute des taux de satisfaction des jeunes quant à leur vie a été plus grande au Canada que dans la presque totalité des autres pays ». On ne peut que formuler des hypothèses sur ce qui a mené à ces résultats. Toutefois, le fait que les jeunes Canadiens, plus que les jeunes de presque tous les autres pays, affirment qu'ils ont plus de difficulté à parler à leurs parents n'y est peut-être pas étranger. De plus, ils sont beaucoup moins nombreux que les autres à qualifier leurs camarades de classe de « gentils et obligeants ».

<sup>3</sup> Coincé au milieu : Bilan Innocenti 11, Le bien-être des enfants dans les pays riches : vue d'ensemble comparative (Document d'accompagnement : Canada), p. 8.

<sup>4</sup> Les enfants de la récession : Bilan Innocenti 12 (Document d'accompagnement : Canada), p.4.



# L'importance de trouver un sens à la vie

Rien ne donne autant un sens à sa journée que la perspective qu'elle sera l'occasion de faire quelque chose qu'on aime. Les optimistes, beaucoup plus que les pessimistes, croient que leurs activités quotidiennes ont un sens (72 % par rapport à 28 %). Et les activités qui leur plaisent sont nombreuses : dire bonjour au nouveau chien au déjeuner (préadolescents), écrire une histoire ou observer des oiseaux (jeunes à la mi-adolescence), cuisiner de délicieux plats (jeunes en fin d'adolescence et jeunes dans la vingtaine). Certains jeunes disent apprécier grandement les plaisirs simples, comme « avoir un toit, de la nourriture, et des amis pour me réconforter » (jeunes au début de la vingtaine).

Un peu plus des deux tiers des jeunes optimistes sont d'accord avec l'énoncé « Chaque jour, j'ai hâte de m'amuser ». Seulement 23 % des pessimistes le sont. Les jeunes optimistes s'amuse avec leurs amis, à l'école, et en pratiquant des activités physiques. Parmi les répondants qui se disent enthousiastes quant à l'avenir, 41 % pratiquent des sports. Seulement le quart des répondants faisant partie des groupes de jeunes inquiets et « neutres » le font.

Rien ne donne autant un sens à sa journée que la perspective qu'elle sera l'occasion de faire quelque chose qu'on aime.

S'amuser n'a rien de frivole. Selon les résultats du sondage RBC sur l'optimisme des jeunes, la capacité de s'amuser est l'un des principaux facteurs menant au sentiment qu'on peut atteindre tout objectif qu'on a en tête, ce qui à son tour stimule l'espoir en l'avenir.

Or, les occasions de s'amuser se font de plus en plus rares de nos jours. Il n'y a pas si longtemps, s'amuser voulait dire construire une forteresse de neige, explorer le voisinage à vélo, ou s'étendre sur l'herbe et regarder passer les nuages. Les enfants pouvaient s'amuser selon leur gré, et participer à l'occasion à des activités dirigées par des adultes, comme des leçons de piano ou de gymnastique. Tout cela a changé avec l'arrivée de l'ère de la peur. Alarmés par les crimes contre les enfants et préoccupés par un marché de l'emploi de plus en plus difficile, les parents se sont mis à opter pour la sécurité et les avantages présumés des cours structurés. Lisa Wolff, d'UNICEF, compte parmi les nombreux experts qui croient qu'une vie « programmée » freine la capacité des jeunes à s'amuser : « Les jeunes ont de moins en moins d'occasions de jouer librement, des occasions qui pourraient leur permettre de découvrir qu'ils sont résilients et compétents. Il semble que nous tentions de leur faire vivre une enfance dépourvue de tout risque ».



## Différences entre les sexes : des garçons tristes, des filles inquiètes



La courbe de l'espoir et du bonheur varie légèrement chez les filles et les garçons. Chez les filles comme chez les garçons, les sentiments négatifs atteignent un sommet à la fin de l'adolescence. Mais de manière générale, les garçons sont plus enthousiastes en ce qui a trait à l'avenir, tandis que les filles sont plus heureuses. L'enthousiasme des garçons ne dure pas, toutefois. Entre la préadolescence et la fin de l'adolescence (de 18 à 21 ans), l'enthousiasme des garçons chute abruptement. La proportion des garçons qui se déclarent heureux baisse brusquement de 87 % à 63 %, probablement parce que les garçons sont plus réticents à se confier à des gens qui pourraient les aider.

À Jeunesse, J'écoute, le nombre d'appels de garçons diminue dans la tranche d'âge des 13 à 18 ans. Sharon Wood, présidente et directrice générale de Jeunesse, J'écoute, souligne : « Les garçons se disent : "je suis capable de régler moi-même mon problème". Ils attendent plus longtemps pour demander de l'aide, donc, lorsqu'ils nous appellent, leur problème s'est parfois aggravé ».

**La courbe de l'espoir et du bonheur varie légèrement chez les filles et les garçons. Chez les filles comme chez les garçons, les sentiments négatifs atteignent un sommet à la fin de l'adolescence.**

Alors que la tristesse s'accroît chez les garçons, l'inquiétude augmente chez les filles. La proportion des filles qui sont inquiètes à l'égard de l'avenir passe de 4 % dans la tranche des 10 à 13 ans à 33 % dans la tranche des 18 à 21 ans, ce qui représente une proportion octuplée. Selon le sondage, les jeunes femmes de 18 à 21 ans sont les plus inquiètes, et les moins enthousiastes. Et elles sont les plus enclines à jeter le blâme sur elles-mêmes lorsque les choses vont mal.

# La signification du sondage RBC sur l'optimisme des jeunes pour les parents

De nos jours, les jeunes adultes ne sont pas les seuls à se sentir stressés et accablés. Bien des parents sont aussi ébranlés, notamment par la constante transformation du marché du travail. Ils reviennent à la maison après des journées de travail de plus en plus longues, épuisés par la multitude d'autres tâches qui les attendent et talonnés par la crainte de perdre leur emploi. Tout comme leurs parents, les parents d'aujourd'hui font de leur mieux pour donner de solides bases à leurs enfants. Cependant, la voie vers la réussite qu'ils avaient eux-mêmes suivie ne mène plus nulle part et il n'en existe pas de nouvelle, ce qui amène Lisa Wolff à demander « Quel est le message que nous transmettons inconsciemment à nos enfants ? ». L'adolescente dont la crainte est que « ma mère ne trouvera pas d'emploi et nous allons vivre dans la pauvreté » a sûrement senti l'inquiétude qu'éprouve sa mère.

Les suggestions que font les parents à leurs enfants ne correspondent plus aux réalités actuelles : « inscris-toi à ce cours (ou à tel autre), prends cet emploi (ou une année de congé), reviens habiter à la maison pour économiser le loyer (ou quitte la maison pour qu'il y ait moins de querelles dans la famille) ». Pour des raisons évidentes, ce que les parents considèrent comme la bonne façon de progresser peut différer radicalement de la réalité que vivent leurs enfants. Lisa Wolff ajoute : « Par ce sondage, on invite les parents à demander à leurs enfants "Comment te sens-tu dans ta vie actuelle ? Comment envisages-tu l'avenir ? Qu'est-ce qui te rend heureux ? Qu'est-ce qui te préoccupe ?". Amorcer la conversation amène à comprendre leurs problèmes ».

Selon le sondage RBC de 2012 auprès des parents sur la santé mentale des enfants, la plupart des parents présument que si leur enfant éprouvait des difficultés, l'un d'eux – probablement la mère – serait la première personne à le savoir<sup>5</sup>. Ce n'est pas toujours le cas. En effet, selon les résultats d'un sondage connexe auprès d'enfants et de jeunes réalisé par Jeunesse, J'écoute, les amis sont les confidentes de choix des jeunes, devançant de loin la mère, qui arrive en deuxième place. Vingt pour cent des jeunes affirment qu'ils ne se confieraient à personne. Bref, pour savoir ce qui préoccupe votre enfant, vous devez lui demander – et écouter ce qu'il a à dire.

Les occasions d'aider les jeunes à développer leur résilience ne manquent pas. Lorsqu'un enfant croit que de ne pas avoir été invité à une fête est la preuve que personne ne l'aime, maman ou papa peut le ramener à la réalité. Les parents dont l'adolescent est découragé par ses piètres résultats scolaires peuvent lui poser les questions suivantes : Aurait-il pu étudier davantage ?

Étudie-t-il dans un domaine qui ne lui convient pas ? A-t-il besoin d'une aide supplémentaire ? Une formation universitaire est-elle la seule qui convienne ? Comme le souligne le Dr Manion : « Souvent, on inculque aux jeunes l'idée fausse que des études universitaires sont la voie unique de la réussite, alors que des études autres peuvent mener à un métier très bien rémunéré. Pourquoi accorderait-on plus de valeur à la profession d'avocat qu'au métier d'électricien, par exemple ? ».

Rares sont les parents qui n'ont pas dit, à un moment ou l'autre, « Je ne voudrais pas être jeune aujourd'hui ». Or, l'avenir a beau ne ressembler en rien au passé récent, les jeunes d'aujourd'hui ne sont pas nécessairement destinés à ne vivre que des déceptions. Si nous sommes vraiment déterminés à aider les jeunes à réussir, nous devons redéfinir avec eux ce qu'est la réussite et développer tous ensemble notre capacité de résilience. Tout au long de cette démarche, nous devons transmettre ce que nous avons appris aux éducateurs et à tous les ordres de gouvernement, car il s'agit d'un problème beaucoup trop vaste et trop urgent pour que seuls les parents en portent le fardeau. En prenant chaque année le pouls de l'optimisme chez les jeunes, RBC enrichira ce projet par le point de vue des jeunes sur l'avenir qui les attend. Amorçons la conversation !

L'avenir a beau ne ressembler en rien au passé récent, les jeunes d'aujourd'hui ne sont pas nécessairement destinés à ne vivre que des déceptions.

<sup>5</sup> Sondage RBC auprès des parents sur la santé mentale des enfants, 2012. [http://www.rbc.com/community-sustainability/\\_assets-custom/pdf/2012-RBC-Childrens-Mental-Health-Parents-Poll.pdf](http://www.rbc.com/community-sustainability/_assets-custom/pdf/2012-RBC-Childrens-Mental-Health-Parents-Poll.pdf), 2012 (en anglais seulement).



## Portraits de l'optimisme

# Un survivant du cancer devenu olympien : parcours d'un optimiste



Brian Price, Médaillé olympique

À l'âge de sept ans, alors qu'il était dans sa première année de traitements contre la leucémie, Brian Price a pleuré lorsqu'on lui a appris qu'il devrait subir une nouvelle ponction lombaire. La première avait été l'expérience la plus douloureuse de sa vie. Il en était resté plié en deux, et avait dû ensuite se déplacer en titubant avec un support pour intraveineuse. « Je ne peux pas, c'est trop douloureux », a-t-il protesté. « Brian, si je le pouvais, je changerais de place avec toi, a répondu sa mère. Mais c'est impossible, et c'est la seule solution si tu veux vivre. »

Le jeune Brian n'imaginait pas que pour survivre, il devrait passer par quatre années et demie de ponctions lombaires et de traitements épuisants, au cours desquelles à aucun moment la ligne d'arrivée – la guérison – ne serait en vue. Mais cette période lui a appris que la persévérance permet d'avancer. Il se rappelle : « Quand je voyais un liquide rouge dans la poche intraveineuse, je savais que je devais m'attendre à une ou deux semaines atroces, mais qu'en tenant le coup, j'aurais ensuite trois semaines de répit dont peut-être une où je pourrais aller à l'école. »

Un jour, la ligne d'arrivée à atteindre serait celle d'une épreuve olympique d'aviron dans laquelle il s'élancerait à la conquête de l'or. Après avoir remporté trois fois le Championnat du monde (en 2002, 2003 et 2007), Brian Price a gagné deux médailles olympiques au sein de l'équipe du huit masculin (en 2008 et 2012). Il attribue au cancer qui a marqué son enfance l'orientation de son parcours. Les traitements reçus ayant freiné sa croissance, il a atteint la taille idéale pour un barreur (5 pi 4 po, 120 lb).

Durant les dix années de sa carrière comme athlète, Brian Price a été confronté à des entraîneurs exigeants, à des concurrents redoutables et à son propre doute. Il a dû démontrer sa valeur non seulement en compétition, mais à l'entraînement. À l'approche du Championnat du monde de 2002, il a appris qu'un ancien barreur olympique tenterait de lui ravir sa place dans l'équipe. « Il était plus expérimenté que moi, se rappelle-t-il. La pression commençait à m'affecter mentalement. L'entraîneur [Mike Spracklen] me menait la vie dure. Tout ce que je faisais m'attirait ses critiques. » Il en a été perturbé – jusqu'à ce qu'il lise un livre de Steven Segaloff, qui avait été barreur au sein de l'équipe olympique américaine en 1996 et attribuait une bonne part de son succès aux critiques mordantes de Spracklen. Pour Brian Price, cette lecture a fait remonter des souvenirs de l'époque où il souffrait aux côtés d'autres enfants, dont certains n'avaient pas survécu. Réexaminant la crise dans laquelle il se trouvait comme athlète, il s'est dit : « Tu n'es pas seul ; d'autres ont connu des moments aussi durs, ou pires encore. » Deux semaines plus tard, lors d'une première pour l'équipe canadienne, le huit masculin remportait le Championnat mondial, guidé par Brian Price au poste de barreur.

Tout au long du parcours qui l'a mené d'un lit d'hôpital au sommet de sa discipline, Brian Price a fait preuve d'une ténacité presque inimaginable. Comme d'autres optimistes, y compris les personnes qui ont fourni les réponses les plus positives lors du sondage de RBC, il a su trouver dans chaque journée des moments de plaisir (quand il était trop malade pour aller à l'école, il peignait ou fabriquait des bracelets dans la salle d'artisanat de l'hôpital). Et quand les choses devenaient vraiment difficiles, il puisait de la force dans les encouragements des gens autour de lui – ceux de ses camarades de classe lui souhaitant un prompt rétablissement dans une vidéo envoyée par son professeur, ou ceux de ses coéquipiers avironneurs qui l'avaient aidé à ne pas se laisser démoraliser. Les optimistes prennent grand soin des liens qui les unissent aux autres, et ils en retirent des dividendes toute leur vie.

Brian Price, qui a pris sa retraite de l'aviron en 2013, travaille maintenant à temps partiel au Service national des dons de RBC, en plus de donner des conférences de motivation et de veiller à l'éducation de ses deux filles, âgées de cinq et de sept ans. Lorsque l'aînée s'est heurtée à des difficultés au soccer, il l'a encouragée à continuer d'essayer. « Elle s'est donc entraînée, a été motivée par la camaraderie, a poursuivi ses efforts et est devenue une meilleure joueuse. Et pratiquer un sport, qu'on soit bon ou pas, c'est une occasion d'entrer en contact avec d'autres personnes. » Dans la famille de Brian Price, l'optimisme est contagieux.

## Portraits de l'optimisme

## Un mentor pour les futurs optimistes



Ron Suzuki et Yan Yee

À huit ans, Yan Yee ne s'était jamais fait dire qu'il ne faut pas monter en voiture avec des inconnus. Fréquentant depuis peu le camp de jour du centre communautaire Strathcona, situé dans le quartier Downtown Eastside de Vancouver, Yan Yee s'était éloignée de son groupe et avait accepté l'invitation de quelques jeunes durs qui, n'ayant rien à faire, lui proposaient gentiment de la raccompagner en voiture. Un employé du centre était intervenu juste à temps, mais c'est Ron Suzuki, l'« âme dirigeante » du centre – où il est responsable de la programmation des activités récréatives –, qui avait dû enseigner une règle de sécurité essentielle à la jeune fille. Celle-ci avait regimbé, estimant ne pas avoir de leçon à recevoir. « Je ne suis pas en train de te faire la leçon, avait répondu Ron Suzuki. Je veux simplement que tu saches que tu aurais pu être blessée. »

Ayant travaillé toute sa vie auprès des jeunes, Ron Suzuki sait une ou deux choses à propos des rebelles comme Yan Yee. Malgré leur indifférence apparente, l'étincelle de l'optimisme peut naître en eux si la magie unique qu'est l'attention soutenue d'un adulte

exerce son action. Ron Suzuki et son équipe comprennent l'art de l'attention. Lorsque ses collègues et lui, de concert avec les enseignants, prennent le temps de créer des liens avec les enfants, ils constatent que chacun d'eux a une passion qui, si on la soutient, peut donner une direction à sa vie. Certains développent un talent pour la musique ou le théâtre, d'autres pour la cuisine. La passion de Yan Yee était le basketball. En septième année, elle a mené son équipe à la conquête du championnat de la ville, devant les 92 autres écoles participantes. Sa confiance en elle s'est épanouie. « Toutes les autres jeunes filles la respectaient et lui faisaient confiance comme leader », se rappelle Ron Suzuki. L'enfant qui ne voulait pas suivre les règles est devenue une capitaine attentive à ses coéquipières – donnant aux autres la même attention que Ron Suzuki lui avait prodiguée. Quand celui-ci l'a vue donner sa collation à une coéquipière qui semblait affamée, il a su qu'elle se conformait à son mot d'ordre : « Donnez plus que vous n'attendez des autres. » À 16 ans, Yan Yee a décroché son premier emploi rémunéré, devenant entraîneuse auprès des jeunes du centre Strathcona.

Ce centre ressemble à un village où chacun veille sur les autres, indépendamment de leur âge – et le programme destiné aux enfants est une source de fierté particulière. Situé dans l'un des quartiers les plus pauvres et les plus diversifiés culturellement du Canada, un milieu où plus de la moitié des familles sont monoparentales, le centre Strathcona est toute l'année un point de ralliement pour les jeunes en quête d'une piscine, d'un repas chaud ou d'une foule d'autres choses. Les cours d'art et les leçons de musique – des luxes impensables dans le milieu d'où viennent les jeunes – bourdonnent d'activité. Dirigées par Ron Suzuki et financées par RBC depuis 1999, ces initiatives reflètent le dévouement du personnel du centre, des enseignants des écoles partenaires, et aussi chaque année de 40 leaders bénévoles, eux-mêmes diplômés du programme. « Les bénévoles savent que leur tâche ne consiste pas simplement à suivre des consignes, dit Ron Suzuki. Leur rôle est de donner l'exemple à des enfants dont beaucoup n'ont pas de père à la maison. Nous leur rappelons : "De 9 heures à 15 heures, vous suppléez à une lacune dans la vie de ces enfants." »

À 62 ans, même s'il n'a pas lui-même d'enfants, Ron Suzuki se plaît à dire qu'il en a des centaines : les anciens leaders bénévoles du centre Strathcona, qui ont tous poursuivi leurs études jusqu'au niveau postsecondaire et se préparent à faire carrière au service des gens.

Yan Yee est un bel exemple de l'esprit de générosité qui les anime. Aujourd'hui âgée de 24 ans et se préparant à une carrière comme travailleuse sociale, la rebelle d'hier obtient systématiquement des « A » dans ses cours au Langara College (pas mal pour une jeune femme dont les résultats scolaires étaient si médiocres au secondaire que le directeur d'école croyait qu'elle avait un trouble d'apprentissage). Dans ses temps libres, elle prépare un cadeau très spécial pour les finissants de septième année de l'école adjacente : la tenue chic que leurs parents n'ont pas les moyens de leur acheter pour l'événement couronnant cette étape de leurs études. Yan Yee et une étudiante de l'Université de la Colombie-Britannique ont lancé une initiative visant à fournir aux jeunes une tenue élégante pour l'occasion. « Elle est la preuve que nous formons non seulement d'excellents leaders, mais des citoyens exemplaires, dit Ron Suzuki. Si chaque enfant pouvait devenir aussi attentif aux autres, quel monde merveilleux nous aurions ! »



Ce rapport est également accessible en anglais à [www.rbc.com/kids](http://www.rbc.com/kids). Si vous souhaitez obtenir un complément d'information, nous vous invitons à consulter le sondage RBC sur l'optimisme des jeunes. Vous trouverez le sondage dans son intégralité à [www.rbc.com/jeunes](http://www.rbc.com/jeunes).