

La santé globale de nos enfants – un incontournable

Comment un adolescent a trouvé l'espoir

par Rona Maynard



« J'étais terrifiée à l'idée qu'il pourrait céder au désespoir si ne nous trouvions pas une solution », dit Kim Devine au sujet de son fils, Christian.

Kim Devine ne s'était jamais sentie aussi désemparée. Son fils Christian, âgé de 14 ans, refusait d'aller à l'école. Il ne s'agissait pas simplement de ne pas assister à ses cours. Il ne se levait plus le matin. Et il ne pouvait expliquer pourquoi à sa mère.

Christian semblait pourtant l'adolescent idéal (affable, poli et plein de compassion). — mais dès qu'il était question de l'école, il se repliait. Depuis la prématurée, il était l'un de ces enfants que les autres enfants tourmentaient parce qu'il ne se défendait pas.

« Lorsque votre enfant a un mal d'oreille, il peut vous le dire. » Cette fois, Kim ignorait ce qui faisait souffrir Christian.

Au fil des rencontres infructueuses avec la direction de l'école, Kim a vu la tristesse envahir son fils. Elle craignait qu'il ne se suicide, le suicide étant la deuxième plus fréquente cause de décès chez les jeunes, après les accidents de voiture¹. Certains jeunes souffrent en silence et un jour se suicident. « J'étais terrifiée à l'idée qu'il pourrait mettre fin à ses jours si nous ne trouvions pas une solution », dit-elle.

Kim et Peter, le père de Christian, ont amené leur fils voir leur médecin de

famille, puis deux psychiatres, et même un service de consultation familiale, en vain. Christian affirmait pourtant être prêt à faire n'importe quoi pour surmonter sa dépression.

Ils songeaient à l'envoyer dans une école privée lorsqu'ils ont entendu parler de STEPS, programme gratuit offert par Lutherwood, de Waterloo, en Ontario. Conçu pour des enfants qui ont de la difficulté à parler de leurs problèmes, STEPS offre un programme combinant études et traitement dans une classe de huit élèves de 12 à 16 ans. Christian a terminé le programme en juin. Voici les bénéfices qu'il en a tirés :

• **Un diagnostic** : L'évaluation psychiatrique complète de Christian a démontré qu'il était atteint d'anxiété et de dépression légère, deux des problèmes les plus répandus chez les enfants². Il prend maintenant des antidépresseurs. « Les médicaments ne

me rendent pas nécessairement plus heureux, mais ils m'aident à réfléchir avant d'agir », affirme-t-il.

• **Une prise de conscience de soi** :

Christian a appris comment gérer ses émotions avant qu'elles ne prennent le dessus. Pianiste de talent, il a réalisé que la musique l'aide à se détendre. Un cours de menuiserie lui a fait découvrir un autre de ses talents, qu'il prévoit mettre à profit dans un métier.

• **Une occasion de se valoriser** :

Christian a rencontré d'autres jeunes encore plus anxieux que lui. Grâce à sa prévenance et à son charme, il a acquis de l'influence sur les autres participants. Un thérapeute a eu recours à lui pour rassurer un camarade qui craignait de pénétrer dans l'immeuble.

• **Un regain de confiance** :

Lors de la remise des diplômes du programme STEPS, Christian a joué l'une des chansons préférées de son parrain, après l'avoir apprise en une soirée.

• **De l'espoir** : Avec le soutien de l'un des intervenants spécialisés dans la transition, Christian est retourné dans une école ordinaire. Maintenant âgé de 16 ans, il a hâte d'entamer ses études postsecondaires. « Ce ne sera pas facile, affirme-t-il, mais je vais essayer, car je crois qu'un bel avenir m'attend. »

Ancienne rédactrice en chef du magazine *Châtelaine*, Rona Maynard est auteure, conférencière et défenseure de la cause de la santé mentale.

RBC® APPUIE DES JEUNES COMME CHRISTIAN

Depuis 2008, le Projet Santé mentale des enfants RBC a versé plus de 12 millions de dollars à plus de 200 organismes d'un bout à l'autre du Canada.

Aidez-nous à venir en aide aux enfants. Allez au www.rbc.com/santementaledesenfants et répondez au jeu-questionnaire sur la santé mentale des enfants. Nous donnerons 2 \$ à Jeunesse, J'écoute pour chaque questionnaire rempli³.

LES ÉTAPES DE LA RÉUSSITE

Dans le domaine de la santé mentale des enfants, Lutherwood offre des programmes spécialisés et personnalisés – comme STEPS, qui regroupe l'enseignement et le traitement sous un même toit.

Grâce à STEPS, des jeunes apprennent des stratégies d'adaptation qui pourront leur servir la vie durant – en un seul semestre. Chaque élève bénéficie des services d'un conseiller principal, ainsi que de l'appui d'une équipe de soutien complète comprenant un psychologue, un musicothérapeute et un récréothérapeute. Les classes de huit élèves sont dirigées par un éducateur spécialisé et un orienteur. Les élèves peuvent s'asseoir par terre, et même quitter la classe le temps de s'éclaircir les idées, s'ils en ressentent le besoin. Nombre d'élèves aimeraient y passer un deuxième trimestre, mais le principal objectif de STEPS est d'outiller les élèves pour la vie à l'extérieur.

Inauguré il y a dix ans par Lutherwood, STEPS a fait ses preuves. Près de 90 % des élèves qui ont suivi le programme améliorent leur adaptation affective. Ils sont aussi nombreux, six mois après avoir terminé le programme, à fréquenter l'école ou à travailler à temps plein. « Au moment où elles font appel à nous, de nombreuses familles ont déjà perdu tout espoir, affirme le Dr John Colangeli, directeur général de Lutherwood. Nous avons atteint notre but lorsque ces enfants repartent munis de stratégies mentales et pleins d'espoir. »

Depuis 1995, RBC Fondation finance Lutherwood, créateur du programme STEPS et d'autres programmes pour les jeunes, dans le cadre du Projet Santé mentale des enfants RBC.



Projet Santé mentale des enfants RBC

Le présent article fait partie d'une série présentée par le Projet Santé mentale des enfants RBC. Allez au www.rbc.com/santementaledesenfants pour lire les articles après leur publication.

¹Statistique Canada

²Children's Health Policy Centre, Faculty of Health Sciences, Simon Fraser University: www.firstcallbc.org/pdfs/Communities/4-alliance.pdf ³Jusqu'à concurrence de 50 000 \$

© / MC Marque(s) de commerce de la Banque Royale du Canada