



Aperçu de recherche

Expériences vécues par les membres d'une AGS dans le cadre d'un programme structuré de promotion du bien-être

Objet de la recherche

Cette étude décrit les expériences vécues par des jeunes dans le cadre du [Programme sur les relations saines pour les jeunes lesbiennes, gais, bisexuels, trans, bispirituels, queer et en questionnement \(LGBT2Q+\)](#), un programme de promotion de la santé mentale qui se greffe aux alliances de genre et de sexualité (AGS) et qui peut être dispensé à des groupes de jeunes dans les communautés. Un grand nombre de jeunes LGBT2Q+ font l'objet d'hétéro/cissexisme et d'autres formes d'oppression à l'école et ailleurs. Ce programme permet d'affirmer et de valider leur identité, leurs modes d'expression et leurs expériences. Il offre des activités structurées au cours desquelles les jeunes LGBT2Q+ peuvent discuter du stress qu'ils subissent en tant que

Ce que vous devez savoir

Le PRS pour les jeunes LGBT2Q+, qui s'inscrit dans le cadre de L'ABC des relations saines, favorise le mieux-être mental et le développement d'habiletés chez les jeunes queer, trans et ayant une identité autre. Il a été adapté du Programme sur les relations saines Plus, un programme universel fondé sur des données probantes dispensé en petits groupes qui favorise la bonne santé mentale des jeunes et les aide à éviter les comportements risqués. Le PRS pour les jeunes LGBT2Q+ a été élaboré en collaboration avec des universitaires, des éducateurs et des jeunes. Il comprend 17 séances de 45 minutes chacune.

Séances du PRS pour les jeunes LGBT2Q+

Séance	Sujet abordé
1 ^{re} séance	J'ai une voix : Introduction
2 ^e séance	Je me nomme : Identités et façons d'être
3 ^e séance	Reconnaissance et respect : Valeurs et limites
4 ^e séance	Mon cheminement : Coming Out
5 ^e séance	Ma santé mentale est importante : Santé mentale et bien-être
6 ^e séance	Je le sais : Répercussions de l'utilisation et de l'abus d'une substance
7 ^e séance	Appartenance : Communautés et connexions
8 ^e séance	Mon super pouvoir : Relever les défis
9 ^e séance	Nous avons tous notre mot à dire : Droits, responsabilités et consentement
10 ^e séance	Ma voix, ta voix : Écoute active et communication
11 ^e séance	Le bon ton : Styles de communication
12 ^e séance	Paroles et gestes : La communication lors d'un conflit
13 ^e séance	Les relations : Saines et malsaines
14 ^e séance	(Re)Nouer des liens : Faire face à la violence dans les relations
15 ^e séance	Ma sécurité : Issues et plans de sécurité
16 ^e séance	Alliés : Offrir son soutien
17 ^e séance	Cercle de conclusion : Partage et célébration

minorité et des moyens d'y faire face, et élaborer des stratégies d'adaptation qui favorisent leur bien-être et les aide à composer avec les relations toxiques.

Déroulement de la recherche

Environ 65 jeunes de sept écoles urbaines et d'une école rurale réparties dans deux districts scolaires laïques publics ont participé au programme au cours de l'année scolaire 2016-2017. Sur ce nombre, 15 élèves de six écoles secondaires urbaines ont participé à des groupes de discussion en juin 2017 et fait part de leurs commentaires sur le PRS pour les jeunes LGBT2Q+. Les membres du groupe de discussion se sont rencontrés pendant environ 45 minutes lors des réunions ordinaires de l'AGS. Voici des exemples des questions posées : Quels sujets, séances ou activités avez-vous aimés le plus? Pourquoi? Quels sujets, séances ou activités avez-vous aimés le moins? Pourquoi?

Principales constatations

En participant au PRS pour les jeunes LGBT2Q+, les membres de l'AGS ont pu discuter en profondeur de la diversité sexuelle et des autres identités, réfléchir à leur identité, à leur façon d'être et à leurs modes d'expression et en être fiers, échanger avec leurs pairs et apprendre les uns des autres, et former des réseaux de soutien avec des personnes qui subissent un stress semblable parce qu'elles font partie d'une minorité.

« ... J'ai bien aimé la 2^e séance, car j'ai pu décrire mon identité et les autres participants ont reconnu sa validité. Personne n'a dit que ce n'était pas une véritable identité. »

« ... J'ai bien aimé la séance sur le coming out... Tous les participants ont raconté leur histoire ou décrit comment ils prévoyaient le faire... Je l'ai dit à des amis, mais pas à mes parents. En écoutant les gens parler, je me suis dit : ' Je pourrais faire ça, ou je pourrais attendre ' Ça m'a donné des idées. Les gens parlaient de leurs projets et racontaient des expériences positives et négatives que je reconnaissais pour les avoir vécues. J'ai beaucoup aimé les entendre parler. Je pourrais m'en servir à l'avenir. »

« Les discussions ont été houleuses parfois. Certains participants sont devenus enragés en parlant de leur famille. Nous avons parlé des façons de réagir aux comportements de nos amis, notre famille et notre partenaire. »

Utilisation des résultats de la recherche

Les résultats de l'étude révèlent que le PRS pour les jeunes LGBT2Q+ a été bien accueilli par les participants, ce qui renforce les preuves à l'appui de l'acceptabilité de la prestation de programmes de promotion de la santé mentale au sein des AGS. Comme le programme se greffe aux programmes habituels des AGS, il faut consulter les membres des alliances pour déterminer s'ils souhaitent participer à un programme officiel. Notre recherche indique que, idéalement, les jeunes consacraient la moitié de leurs réunions ordinaires au PRS pour les jeunes LGBT2Q+. Cela leur laisserait assez de temps pour avoir des discussions animées par des élèves et réaliser toute initiative éducative et activiste qui les intéresse.

Article de recherche initial

Pour une description complète de la recherche et de ses résultats, veuillez consulter l'article de recherche intégral :

Lapointe, A., et C.V. Crooks. « GSA members' experiences with a structured program to promote well-being », *Journal of LGBT Youth*, 2018. doi : <https://doi.org/10.1080/19361653.2018.1479672>

Auteurs

Alicia Lapointe, associée en recherche, Centre for School Mental Health, faculté d'éducation, Université Western. **Claire Crooks**, professeure agrégée et directrice du Centre for School Mental Health, faculté d'éducation, Université Western.

Mots clés : stratégies d'adaptation, AGS, relations saines, jeunes LGBT2Q, santé mentale, programme

À propos du présent résumé : Le présent résumé a été rédigé par Alicia Lapointe, Ph.D., équité et éducation inclusive. Elle est associée en recherche au Centre for School Mental Health de l'Université Western. Pour plus de renseignements sur le Centre for School Mental Health de l'Université Western, consultez le site www.csmh.uwo.ca.

