

## Conclusion

Vouloir améliorer la gestion du stress des adolescents s'avère une approche prometteuse, mais certainement non définitive, pour contrer le développement de problèmes psychosociaux, des échecs scolaires ou du décrochage scolaire. Comme nous l'avons vu, l'état d'être stressé correspond à une expérience subjective qui aura des retombées sur la physiologie, les cognitions, les émotions et les comportements, d'où l'importance d'agir autant sur le corps que sur l'esprit. Une gestion efficace du stress devrait contribuer, à des degrés divers, à l'épanouissement personnel, au rendement scolaire, à la poursuite des études, ainsi qu'à une meilleure insertion sociale et qualité de vie, actuelle et future. Or, l'état d'être stressé peut être vu comme un outil de croissance ou de contre-performance; de performance ou de contre-performance; un état qui use ou dont on use! Certains en seront « accros », les autres en subiront les effets, ou alors, d'autres s'en serviront comme un levier forçant le développement, et ceci, dans le but de se reconstruire positivement ou d'actualiser son plein potentiel. Le travail sur le corps, les pensées et les comportements, en tant que cibles d'intervention dans la gestion du stress, est central dans la construction de la résilience. Comme le mentionne Cyrulnik (2003), pour se reconstruire après avoir subi un fracas dans sa vie, il faut pouvoir trouver un sens à l'expérience afin de ne pas subir le stress et d'y réagir de façon efficace et équilibrée. Les personnes proactives l'ont compris et considèrent les situations stressantes comme une occasion d'apprendre, de tester leurs capacités, de repousser leurs limites, de profiter de ce « malheur » pour changer quelque chose en eux, de faire preuve d'optimisme. Autrement dit, ils cherchent à améliorer leur sort en dépit des obstacles. Ce programme d'intervention travaille en ce sens. ■

### Références

- Achenbach, T.M. (1991). *Manual for the Child Behavior Check-List 4-18 and 1991 Profile*. Newbury Park, CA : Sage Publications.
- Cyrulnik, B. (2003). *Le murmure des fantômes*. Paris : Odile Jacob.
- Dumont, M., Leclerc, D., & Pronovost, J. (2000). Profils psychopathologiques et stratégies adaptatives chez des adolescents. *Revue européenne de psychologie appliquée*, 50(1), 59-69.
- Dumont, M., & Leclerc, D. (2007). Chronicité du stress, adaptation sociale et résultats scolaires des adolescents. *Revue francophone du Stress et du Trauma*, 7 (3), 173-182.
- Dumont, M., Leclerc, D., & Deslandes, R. (2003). Ressources personnelles et détresse psychologique en lien avec le rendement scolaire et le stress chez des élèves de quatrième secondaire. *Revue canadienne des sciences du comportement*, 35 (3), 254-267.
- Dumont, M., Leclerc, D., & McKinnon, S. (soumis). Évolution temporelle du rendement scolaire et des ressources psychosociales selon cinq profils de détresse psychologique d'adolescents. Dans N. Rousseau (Ed.), *Réussite socioprofessionnelle des jeunes en difficulté – Enjeux et défis*.
- Dumont, M., & Potvin, P. (2006). Gestion du stress. Dans L. Massé, N. Desbiens et C. Lanaris (Éds.), *Les troubles du comportement à l'école : prévention, évaluation et intervention* (pp. 241-252). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Lazarus, S.R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York : Springer Publishing Company.
- Schmeelk-Cone, K. H., & Zimmerman, M. A. (2003). A longitudinal analysis of stress in african american youth: Predictors and outcomes of stress trajectories. *Journal of Youth Adolescence*, 32 (6), 419-430.
- Wadsworth, M. E., & Berger, L. E. (2006). Adolescents coping with poverty-related family stress : prospective predictors of coping and psychological symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 35 (1), 57-70.

## Une pratique remarquable, des intervenants remarquables!



Plusieurs intervenants dans les milieux scolaires déploient de multiples efforts et beaucoup d'énergie pour aider et soutenir les jeunes en difficulté de comportement. Malheureusement, leur travail passe, plus souvent qu'autrement, inaperçu ou du moins n'est que très peu remarqué dans leur milieu. Le CQJDC est fier de son concours « **Une pratique remarquable** » qui permet, à sa manière, de mettre en valeur le travail remarquable de personnes-ressources dans les milieux scolaires œuvrant auprès d'élèves présentant des difficultés de comportement.

Au cours de la présente année, les membres du jury de l'édition 2008, Isabelle Archambault, Julie Beaulieu, Isabelle Gagnon et Mélanie Villeneuve ont évalué plusieurs candidatures d'intervenants œuvrant aux secteurs primaire et secondaire pour finalement sélectionner deux gagnants. La première gagnante, Madame Mélanie Ouellette, est enseignante auprès d'élèves présentant des troubles du comportement à l'école P. G. Ostiguy de St-Césaire. Cette enseignante est très engagée dans son milieu de travail. Elle a le souci d'aider et d'encadrer les nouveaux enseignants dans son école en partageant son matériel didactique et son expérience de travail. De plus, elle sait par son professionnalisme créer un lien d'attachement sécurisant envers ses élèves et leurs parents. La seconde gagnante, Madame Nathalie Pimparé, est directrice adjointe au Centre l'Envolée, une école secondaire spécialisée à Terrebonne. Malgré son horaire chargé, elle anime une fois par semaine un groupe de parents afin de les soutenir dans leur rôle. Son entourage la décrit comme une personne authentique, loyale et qui a le courage de ses convictions. Elle est considérée comme une personne fonceuse, qui par son dynamisme ouvre les portes les plus difficiles à franchir.

Leurs dossiers ont attiré l'attention des membres du jury pour leur professionnalisme et leurs qualités humaines. Leur pratique passionnée, déterminée et leur dévouement pour les jeunes en difficulté de comportement font d'elles des intervenantes dignes de mention. Nous tenons à féliciter nos deux récipiendaires et à remercier les présentateurs qui ont soumis la candidature de nos lauréates. La candidature de Madame Mélanie Ouellette a été présentée par Mesdames Johanne Dubord, psychoéducatrice, et Virginie Gosselin, technicienne en éducation spécialisée. La candidature de Madame Nathalie Pimparé a été présentée par Monsieur Éric Barette, supérieur immédiat, et Madame Louise Danis, collègue de travail.

Le comité des prix « Une pratique remarquable »

Isabelle Archambault, Julie Beaulieu, Isabelle Gagnon et Mélanie Villeneuve