

RELATION ENTRE L'ÉQUIPE SPORTIVE ET L'ÉQUIPE-ÉCOLE : BÂTIR DES PONTS POUR MIEUX SOUTENIR LES ADOS

RESSOURCES D'AIDE

À l'adolescence, les jeunes ont besoin de plusieurs adultes significatifs autour d'eux. Les entraîneurs, les enseignants, les TES et les autres membres du personnel scolaire jouent chacun un rôle complémentaire dans leur développement et leur bien-être.

Pourtant, plusieurs ados hésitent à se tourner vers les ressources de leur école. La peur du jugement, d'être étiqueté ou de paraître faible peut les empêcher de demander de l'aide, particulièrement dans certains milieux sportifs où la performance occupe une place importante.

Créer des liens entre l'équipe sportive et les ressources de l'école contribue à encourager la demande d'aide et à montrer aux ados qu'ils sont entourés d'adultes qui travaillent ensemble, pour eux.

Le vécu des élèves-athlètes : enseignements tirés du terrain

- Des mondes qui se côtoient peu : les équipes sportives et les équipes professionnelles et éducatives de l'école (TES, TS, psychoéducatrices, etc.) évoluent souvent en parallèle, ce qui limite les occasions de créer un lien de confiance avec les ados.
- Peur d'être étiqueté : plusieurs ados perçoivent encore le fait d'aller voir une intervenante comme quelque chose de gênant ou un signe de faiblesse. Les ados perçoivent ces ressources pour les élèves « qui vont mal ».
- Le coach comme passeur : lorsqu'un entraîneur valorise ouvertement les ressources de l'école et collabore avec elles, les ados sont beaucoup plus enclins à les percevoir comme accessibles et aidantes.
- Créer le lien avant qu'il y ait un besoin : lorsque les intervenantes vont à la rencontre des jeunes dans leur environnement sportif, de façon informelle et sans qu'une difficulté soit présente, elles deviennent des visages connus et plus accessibles. Il peut ensuite être plus facile pour un ado de se tourner vers elles lorsqu'il en ressent le besoin.



ACTION CONCRÈTE

Présenter les ressources de l'école comme des partenaires de l'équipe.

Au début de la saison, mais idéalement à quelques reprises pendant l'année, inviter un membre de l'équipe-école (TES, psychoéducatrice, psychologue scolaire ou autre intervenante) à venir rencontrer l'équipe pendant quelques minutes.

- Présenter cette personne comme un partenaire de l'équipe, au même titre que les autres adultes qui accompagnent les joueurs.
- Lui permettre d'expliquer simplement son rôle, les situations pour lesquelles les jeunes peuvent la consulter et le caractère confidentiel de ses rencontres.
- Reprendre régulièrement des messages du type:
« Si un jour tu vis quelque chose de difficile, tu n'as pas à traverser ça seul. On est plusieurs adultes ici pour t'aider. »
- Nommer naturellement ces ressources au fil de la saison lorsqu'un sujet s'y prête, afin que leur présence devienne normale plutôt qu'exceptionnelle.

En créant des occasions de rencontre avant qu'un problème survienne, les jeunes développent un premier lien de confiance avec les ressources de l'école. Demander de l'aide devient alors une démarche plus naturelle et moins intimidante.

“

En créant des occasions de rencontre avant qu'un problème survienne, les jeunes développent un premier lien de confiance avec les ressources de l'école. Demander de l'aide devient alors une démarche plus naturelle et moins intimidante.

David, entraîneur M15

