

Jeunes en difficulté – Que faire?



Le comportement d'un jeune te préoccupe?

Le comportement d'un ou d'une jeune te préoccupe? Il arrive souvent que les jeunes montrent leur mal-être de manière tout à fait indirecte. En tant qu'entraîneur, tu as peut-être le sentiment que quelque chose ne va pas, mais sans comprendre ce qui se passe vraiment. Sois vigilant et parle de tes inquiétudes à tes collègues.

Prêter attention, mais comment?

Il est important...

- que tu observes avec attention le comportement ou le changement qui t'inquiète chez le ou la jeune
- que tu reconnais les circonstances extérieures qui mettent le ou la jeune dans une situation difficile (ex: il ou elle ne trouve pas de place d'apprentissage);
- que tu t'informes pour savoir si des changements sont également apparus dans d'autres aspects de la vie du ou de la jeune;
- que tu abordes le ou la jeune en lui parlant de ce que tu as remarqué, mais sans lui donner de leçons et sans le ou la condamner.

Les engagements «cool and clean»

En respectant l'engagement «je me comporte avec fair-play», je me positionne contre tout type de harcèlement.

1. **Je veux atteindre mes objectifs!**
(sport des jeunes);
Je veux accéder à l'élite!
(sport de performance de la relève)
2. **Je me comporte avec fair-play!**
3. **Je réussis sans dopage!**
4. **Je renonce au tabac!**
5. **Je renonce à l'alcool!**
5. **Si je bois de l'alcool, je le fais sans me nuire et sans nuire aux autres!**
6. **Je... / Nous...!**
(formulation d'un engagement personnel)

M16

16+

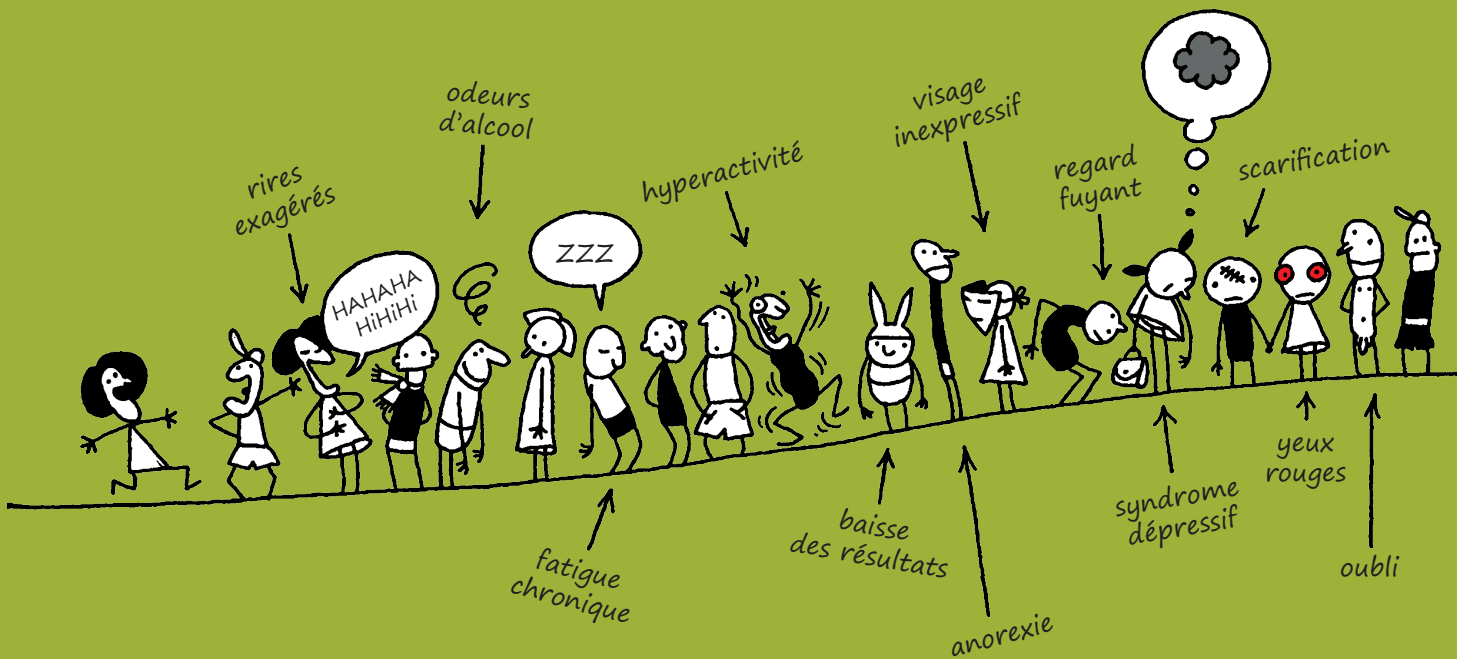
Ton impression de la situation

Comment reconnaître si des jeunes sont en danger?

Tu observes une situation particulière, une habitude défavorable, des situations dangereuses qui se répètent, ou tu reconnais des signaux d'alerte silencieux (cf. dessins). Ces signes peuvent correspondre à des changements normaux pour un ou une jeune de son âge mais ils peuvent également être des signaux de danger.

Lorsque tu as le sentiment que quelque chose ne va pas chez un ou une jeune, demande-toi:

- Pourquoi ce ou cette jeune me préoccupe-t-il ou elle, même après l'entraînement?
- Est-ce qu'il m'est possible de trouver une raison aux changements que j'ai perçus? Est-ce que je soupçonne quelque chose?
- Qu'est-ce que j'ai observé ou entendu?
- Le comportement du ou de la jeune ne fait-il que m'énerver ou est-ce que je me fais du souci?
- Sur quelles personnes et quelles ressources le ou la jeune peut-il ou elle compter?



Remarques portant sur ...

... le corps

- Manque d'hygiène, laisser aller
- Hyperactivité ou apathie
- Perturbation visible des habitudes alimentaires
- Fatigue chronique
- Différents symptômes ou douleurs corporelles
- Blessures, bleus, cicatrices

... le comportement social

- Déclarations racistes, faisant l'apologie de la violence
- Provocations et agressivité répétée
- Violence verbale et/ou physique
- Isolement, retrait social
- Comportement dominateur, agressif

... les comportements à risque

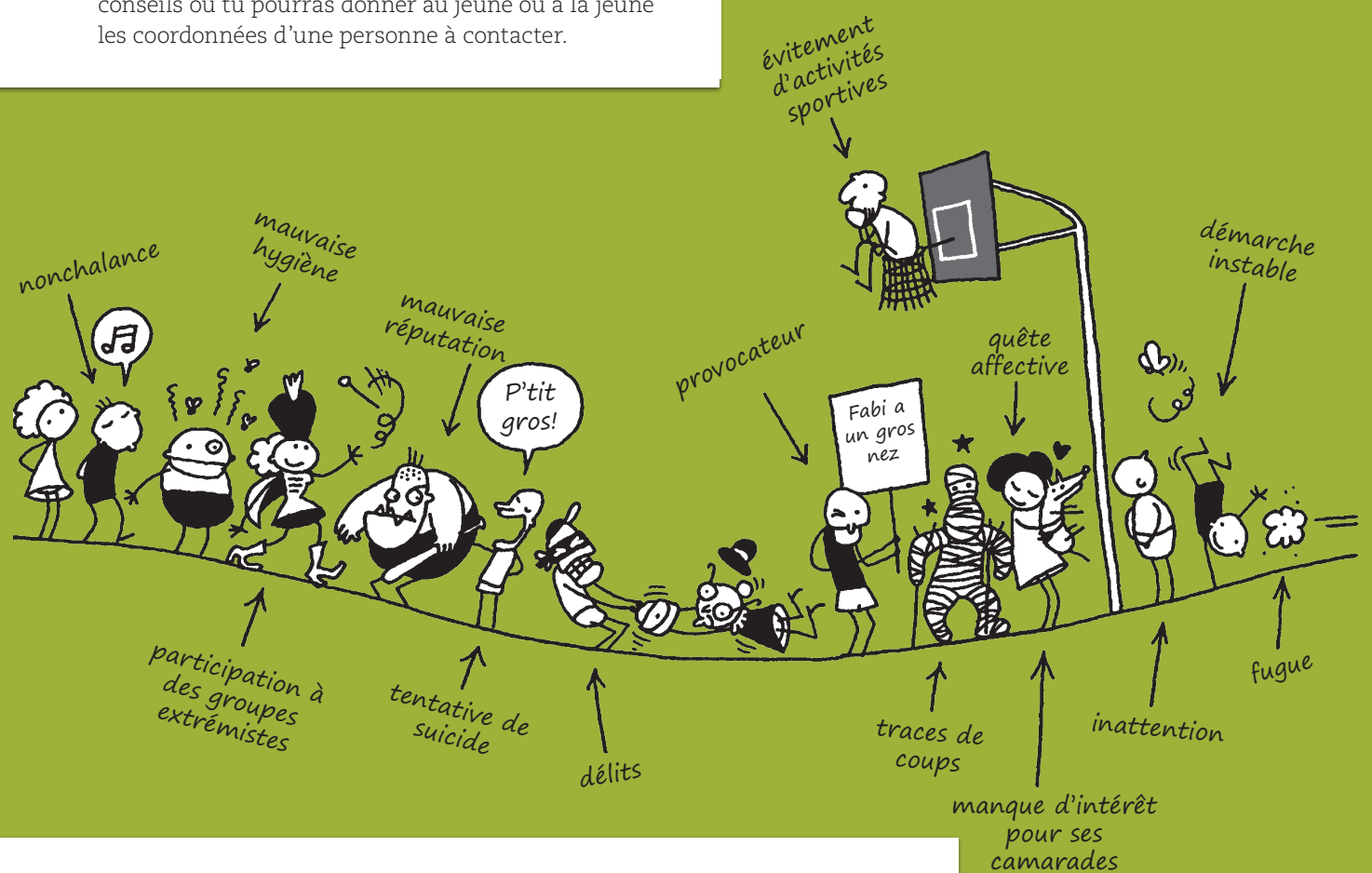
- Consommation problématique d'alcool, de cannabis et d'autres drogues
- Dépendance (avec et/ou sans rapport avec la prise de substances)
- Tentatives de suicide
- Errance, délits
- Possession de matériel servant à la consommation de psychotropes (papier à cigarettes, doses, pipe à eau)

Aborde ces changements avec le ou la jeune. Il ou elle sentira alors qu'on le ou la prend au sérieux et qu'il ou elle compte à nos yeux. A ce point, tu en as déjà beaucoup fait pour le ou la jeune.

Ta responsabilité se réduit au sport au sein du club. Tu n'es pas spécialiste. Si tu as l'impression que le ou la jeune est sérieusement en danger, adresse-toi à un service spécialisé de ton canton. Tu y recevras des conseils ou tu pourras donner au jeune ou à la jeune les coordonnées d'une personne à contacter.

Règle d'or

Si le comportement d'un ou d'une jeune t'interpelle et que tu te demandes si tu devrais lui parler, alors parle-lui!



... le comportement au sein du club sportif

- Diminution de l'engagement sportif
- Diminution des performances sportives
- Oubli répété des exercices
- Retards répétés, absences fréquentes
- Retrait du club soudain et durable

... le mental

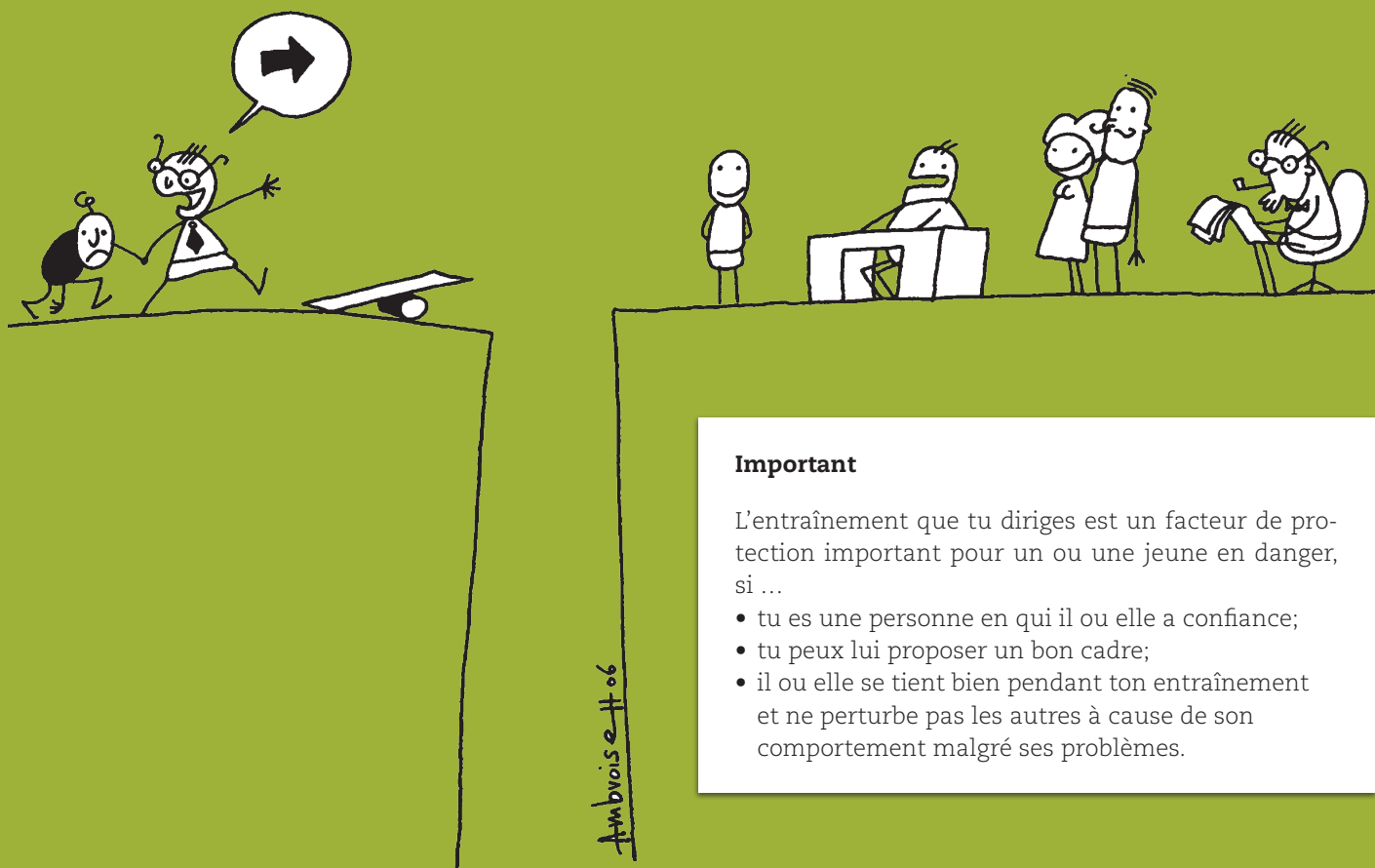
- Difficultés de concentration
- Pensées désordonnées, pertes de mémoire
- Sentiment d'infériorité, d'échec et de culpabilité
- Manque de motivation
- Difficultés d'élocution
- Rire exagéré, euphorique
- Inattention
- Tristesse, angoisse
- Nervosité

isolement



S'il faut agir, voici les possibilités à ta disposition ...

- Continue d'observer le comportement du ou de la jeune: Note ce que tu remarques.
- Discute de tes observations avec une autre personne (du club) qui connaît aussi le ou la jeune: Vos remarques se recourent-elles?
- Parle avec le ou la jeune, dis-lui ce qui te préoccupe et demande-lui qui pourrait le ou la soutenir (parents, proches, enseignant ou enseignante, travailleur social ou travailleuse sociale, éducateur ou éducatrice, médecin).
- Dis-lui que tu souhaites prendre contact avec ses parents ou une autre personne proche. Sois attentif à ses réactions et vérifie bien que tu l'aides en voulant prendre contact avec une personne de son entourage et que tu ne le ou la mets pas en danger.
- Adresse-toi à un service spécialisé pour te faire conseiller.
- Cherche du soutien au sein du club, en particulier si le ou la jeune est en grand danger (ex: abus sexuels, etc.).
- Sois conscient ou consciente du fait que tu ne peux aider le ou la jeune que dans le cadre de ton activité d'entraîneur. C'est aux spécialistes de trouver la cause de problèmes plus profonds.



Important

L'entraînement que tu diriges est un facteur de protection important pour un ou une jeune en danger, si ...

- tu es une personne en qui il ou elle a confiance;
- tu peux lui proposer un bon cadre;
- il ou elle se tient bien pendant ton entraînement et ne perturbe pas les autres à cause de son comportement malgré ses problèmes.

Swiss Olympic
«cool and clean»
Maison du Sport
Talgut-Zentrum 27
3063 Ittigen près de Berne
Téléphone +41 31 359 72 27
coolandclean@swissolympic.ch
www.coolandclean.ch

Un engagement de



Partie intégrante du Programme pour
l'enfance et la jeunesse du Fonds de prévention
du tabagisme

Free.
Fair.
Future.

En collaboration avec

