

## JEUNES EN DIFFICULTÉS, SOLUTIONS ÉNERGISANTES

La majorité d'entre vous se prend en main et entre graduellement dans la vie d'adulte; mais vous en connaissez qui traversent des difficultés comme le décrochage scolaire et comme conséquence des emplois au salaire minimum. Parmi vos copains, il y en a qui sont mis à la porte du foyer familial à cause de mésentente majeure avec leurs parents ou leurs beaux-parents souvent à cause de trouble de conduite. D'autres vivent des dépendances à la drogue ou aux jeux vidéo. Certains vont jusqu'à connaître des épisodes de petite délinquance et de démêlés avec la justice. Enfin, il y a ceux qui souffrent de problèmes psychiatriques, affectifs, d'hyperactivité, de troubles alimentaires mal soignés ou tout simplement de malnutrition. Pour ceux dont les troubles d'apprentissage et de comportement n'ont pas été détectés en temps, la scolarisation est pénible et ne peut aboutir sur un diplôme ou un métier.

Heureusement, le vent tourne tel que l'annonce le Rapport Ménard sur la prévention du décrochage scolaire! Bientôt il y aura une mobilisation à l'échelle nationale pour valoriser l'éducation et la persévérance scolaire. C'est une bonne nouvelle surtout pour les jeunes en difficulté qui n'ont pas terminé leurs études scolaires. Déjà, les écoles secondaires apportent un soutien indéniable aux jeunes qui présentent des difficultés. Lorsqu'ils arrivent à l'âge de 18 ans, le passage vers les services de l'éducation aux adultes est facilité à tous les jeunes qui le requièrent. De plus, l'on insistera pour que les parents accompagnent mieux leurs enfants même devenus jeunes adultes.

De plus, l'on favorisera un encadrement pour que vous vous preniez mieux en main. La majorité d'entre vous l'apprennent progressivement. Mais quelles sont les étapes pour y parvenir diront ceux qui y arrivent difficilement?

### 1. Savoir s'organiser.

Normalement, à partir de la première année du secondaire l'utilisation de l'agenda devient normale. Mais certains étudiants du collège n'inscrivent pas les recherches à remettre et perdent des points ainsi. Partir un peu plus tôt, pour être à l'heure. Prévoir les étapes d'une activité, s'habituer à commencer un travail à l'avance sont autant de manières à prendre qui facilitent la réussite.

### 2. Développer une vision de son avenir et en prendre la responsabilité.

Vivre le moment présent c'est charmant; mais pour réaliser des objectifs comme gagner sa vie, choisir un logement, prévoir un mode de vie, il peut être agréable de se visualiser dans quelques années. Entre 18 et 24 ans, c'est la période propice pour imaginer sa vie. Rédiger un texte dans un joli cahier et le conserver, puis le relire et le modifier sont une façon de vérifier si l'on est bien sur sa propre voie.

### 3. Réaliser ses projets.

Pour arriver à ses buts, il faut passer à l'action en bâtissant des projets. Quel travail m'intéresse? Vais-je vivre avec mon copain, ma copine? Irai-je en voyage? Vais-je m'acheter une maison avant l'âge de 30 ans? Et c'est là que le travail commence. Il peut être ardu au début. Mais lorsque l'on est dans sa propre voie, il devient léger et agréable. C'est là que la joie de vivre s'installe.

Si vous souhaitez approfondir votre réflexion et votre développement, je vous recommande de lire un volume publié récemment aux éditions Québec Amérique intitulé : *Comment devenir un VIP, Conseils, trucs et outils pour se tailler une place de choix dans la vie*. Cet excellent volume est rédigé par le Dr Yves Lamontagne, psychiatre et PDG du Collège des médecins.

Voici les moyens qu'il propose :

1. Se poser la question : qui êtes-vous? Et y répondre en décrivant vos qualités, certaines limites et vos rêves.
2. *Ayez confiance en vous, soyez positif et enthousiaste, écoutez les autres, faites preuve d'ouverture et tentez de vous faire apprécier par le plus grand nombre de gens possible.*
3. Se concentrer en cela s'apprend et se développe en créant un espace de travail adéquat; j'ajoute en faisant attention aux gestes quotidiens comme lacer ses chaussures, entrer un numéro de téléphone dans son cellulaire, remplir des formulaires ou conduire une voiture.

Se prendre en main signifie aussi accepter quelques désagréments. Si pour terminer le cours secondaire, il faut reprendre les mathématiques que vous détestez, il vaut mieux accepter cette frustration pour atteindre votre but. Ainsi, vous pourrez être accepté dans la formation ou l'emploi que vous souhaitez.

Tolérer la frustration est l'une des conditions pour acquérir le sens des responsabilités puis la liberté et l'autonomie tant souhaitées.

Références :

Le rapport Ménard sur le décrochage scolaire :

[www.syonsymettait.com](http://www.syonsymettait.com)

Dr Yves Lamontagne, *Comment devenir un VIP, Conseils trucs et outils pour se tailler une place de choix dans la vie*, Québec Amérique, Montréal 2009.