

La formation des
futurs parents





François Asselin
Fra.asselin@gmail.com

CHEMINEMENT DE CARRIÈRE

- 2009-2018 Recherche sur des propositions de prévention du suicide et du mal d'être.
- 1990-2009 Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles
Conseiller en immigration
Responsable du service à la clientèle
- 1988-1990 Université du Québec en Outaouais
Cadre-conseil: élaboration d'un programme d'échanges internationaux
- 1987-1988 Ministère du plan du Niger, Direction du développement régional
Coordonnateur adjoint d'un programme de microréalisations
- 1977-1978 Office de planification et de développement du Québec
Directeur régional de la région de l'Outaouais
Président de la Conférence administrative régionale
Coordonnateur du Sommet socioéconomique de l'Outaouais en 1986
- 1976-1977 Organisme régional de développement du Centre-Est au Burkina Faso
Responsable technique et gestionnaire: projet de développement rural
- 1973-1977 Office de planification et de développement du Québec
Agent de recherche et de planification socioéconomique
- 1971-1973 Agence canadienne de développement international
Coordonnateur du Programme expérimental de sensibilisation du public
- 1971-1971 Secrétariat d'État du Canada
Secrétaire à la correspondance du ministre
- 1965-1967 Service universitaire canadien outremer au Tchad
Animateur et formateur: activités socioculturelles et sportives

FORMATION UNIVERSITAIRE

Maîtrise ès arts: option Géographie, Université de Montréal

ENGAGEMENT COMMUNAUTAIRE

Service universitaire canadien outremer: vice-président francophone du C.A.
Centraide du gouvernement du Québec: membre du C.A.
Centraide de l'Outaouais québécois: membre du C.A.
Multirressources inc.: Vice-président du C.A.
Forum international de l'Outaouais: président fondateur
Conseil des relations internationales de l'Outaouais: président fondateur
Centre d'aide 24/7: membre du C.A.

DONNÉES PERSONNELLES

Langues parlées et écrites : Française, Anglaise et Espagnole

La formation des
futurs parents

François Asselin



2018

Première édition: 2018
Version en espagnol et en français

Édition et correction: Francisca Cruz Sánchez et François Asselin
Dessin et composition: María Elena Gil Mc Beath
Image de la couverture: María Teresa Bobbio. Argentine

© François Asselin, 2018

Il est interdit de reproduire en tout ou en partie sans l'autorisation expresse de l'auteur.

Imprimé à Cuba. La Habana, 2018

Ce livre, je le dédie à mes parents qui m'ont accompagné plus de vingt ans sur le chemin de la liberté qui m'est destiné.

Je profite également de cette occasion pour remercier de très nombreux citoyens de La Havane qui m'ont accueilli chaleureusement à une dizaine de reprises depuis 2009. Sans jamais hésités, ils m'ont soutenu et encouragé de plusieurs manières pour la concrétisation du projet inédit que vous avez maintenant sous vos yeux: la formation des futurs parents aux besoins psychologiques essentiels de leurs futurs enfants. Aucune des nombreuses recherches effectuées dans plus de trente pays n'ont encore fait état d'un quelconque projet s'y apparentant. Il reste, à vous comme à moi me semble t'il, à interroger les peuples autochtones, sous estimés pour leurs compétences propres et leurs expériences exceptionnelles, concernant leurs pratiques multi millénaires toujours persistantes en faveur des parents et de leurs enfants.

L'auteur

“Les enfants sont l’espoir du Monde
parce que les enfants sont ceux qui savent aimer”

JOSÉ MARTÍ

Je me demandais que pouvons-nous faire d’autre?
Que peut faire de plus la Révolution? Eh bien, nous devrions
revenir un peu en arrière et commencer à éduquer les enfants
avant qu’ils soient nés. Il y a une formule: éduquer les parents...

FIDEL CASTRO

“Les parents, nous aimairions que nos enfants soient
meilleurs que nous, mais nous ne savons pas comment”

GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ

Durant la vie humaine, il n’y a pas de tâche plus importante
que celle d’être parent, et pourtant il y en a peu pour
les quelles nous soyons si mal préparés.
Il existe aucune école ni cours préparatoires pour devenir parents’

GERMAIN DUCLOS

TABLE DES MATIÈRES

Préface / 3

Conférence du Congrès cubain de Pédiatrie. Palais de Conventions de La Havana / 5

Idées disparates / 11

Conférence du premier Symposium International sur la formation des futurs parents au centre des Conventions. Cienfuegos / 20

Projet international de prévention à long terme du mal d'être, du suicide et de la violence / 35

Pétition:

Introduction de connaissances de base essentielles à la satisfaction des besoins psychologiques des enfants dans les cours prénataux / 39

Mal d'être, suicide et violence / 42

Mémoire au ministre de la Santé et des Services sociaux et Responsable des Aînés / 52

Prévention à long terme du mal d'être et du suicide: voir autrement / 60

Essai / 63

Document d'amorce de discussions / 68

Bibliographie (Livres) / 94

Aimer vraiment / 101

Formation à la parentalité / 103

PRÉFACE

Depuis 2009 l'auteur de ce livre a publié de nombreux documents au sujet de la formation des futurs parents et des besoins psychologiques essentiels de leurs futurs enfants. Le sujet demeure parfaitement inédit, croyons nous.

L'idée originale et plusieurs sujets s'y rattachant directement et en grande simplicité ont été présentés pour la première fois au niveau international au mois d'octobre de 2017 par Monsieur Asselin et d'autres professionnels prestigieux à l'occasion du premier symposium International ADOLECA 2017 qui s'est tenu a Cienfuegos. De nombreux spécialistes de différentes disciplines des Caraïbes et d'Amérique latine de plus de vingt pays ont fait des présentations. Le symposium a reçu l'appui d'organisations des Nations Unies [UNICEF, OPS, FNUAP, PNUD], Société Cubaine de Développement de la Famille (SOCUDEP) ainsi que celui du Conseil National des Sociétés Scientifiques de la Santé de Cuba.

En janvier 2018, a eu lieu à La Havane le 28ème Congrès Cubain de Pédiatrie et le II Symposium international de Puériculture où des réflexions importantes de l'auteur avec les participants sur le sujet de la formation de futurs parents.

Les thèmes présentés dans ce livre, très heureusement publiés simultanément en espagnol et en français ne pouvaient pas exister sans une très forte conviction personnelle et une grande persistance face à de nombreuses difficultés. Maintenant c'est le moment de demander conseil à des professionnels.

Les programmes de formation des futurs parents au sujet de besoins psychologiques de leurs futurs enfants, après d'extensives périodes de validation, d'expérimentation et d'évaluation scientifiques, devraient favoriser l'apparition de parents plus sécures, plus heureux de même que leurs enfants, et mieux informés et préparés pour échanger avec d'autres parents, parfois en difficulté, et des professionnels lorsque cela s'avèrera nécessaire. On peut tout aussi bien imaginer que les formations amélioreront les relations dans le couple et qu'ils contribueront également, peut-être enfin, à une diminution du taux de divorce.

Nous remercions l'auteur pour sa contribution à nos professionnels et son soutien dans la formation de nouvelles générations de parents.

Francisca Cruz Sánchez
Présidente de la Section Adolescence
Société cubaine de pédiatrie

Conférence du Congrès cubain de Pédiatrie. Palais de Conventions de La Havana

- 1 J'ai accepté de vous parler des parents, mais pas de n'importe quels parents: des futurs parents. Croyez-moi, ce ne sont pas des extra terrestres. Il y en a peut-être quelques-un parmi nous. Revenons un instant au cahier du programme. Je n'ai jamais été bon en mathématique. Alors, si je fais erreur, ne m'en voulez pas trop. Le mot pédiatre y est repeté plus de 400 fois, je crois. Le mot parent. Une seule fois. J'ai toujours cru que j'étais, au moins, un peu un pédiatre esestiel.
- 2 À chacune des pages du programme de ce congrès qui nous reunit et que vous avez entre les mains, ou sous les yeux, on nous rappelle que (Rien n'est plus important qu'un enfant). Je ne suis pas pédiatre. Je suis parent et je me sens oublié. Peut-être qu'après tout je ne suis pas important. Ici, je m'interroge. Aurions-nous fait une si grave erreur si la phrase se lisait ainsi: Rien n'est plus important qu'un enfant et ses parents.
- 3 Nous devons nous rendre compte que les futurs enfants et leurs futurs parents seront des millions de fois plus nombreux que les parents actuels. Premettez-moi de vous donner un exemple. Dans vingt ans, il y aura deux millions d'enfants de plus au Québec et entre 12 et 15 % seront des victimes innocentes de diverses formes de maltraitance. Vous connaissez bien les personnes qui abusent. Il est grand temps d'établir des programmes de formation d'abord au sujet de l'incompétence involontaire des parents. Avant de

vous faire part de quelques suggestions considérées inédites internationalement, je vous glisse cette réflexion.

- 4 Si les générations précédentes avaient développé des programmes de formation en faveur des futurs parents au sujet des besoins psychologiques des enfants, nous ne vivrions-nous pas dans un monde un peu meilleur? Alors, nous qui savons un peu mieux qu'elles, que pouvons-nous faire pour les futures générations? À quel point nous savons-nous responsables des futures générations?
- 5 Comment en suis-je venu à m'intéresser aux parents? Il y a près de trente ans, dans mon petit village, un garçon de 15 ans et une jeune fille de 13 ans se sont enlevés la vie. Je connaissais ces deux enfants qui avaient l'âge de deux de mes fils. Je ne sais pas ce qu'ont peut penser de telles situations. Moi, j'ai conclu que ces jeunes n'étaient pas les seuls responsables de leurs actes. Selon moi, une part peut en revenir à la société et l'autre aux parents. On ne peut pas changer une société. Des parents?... Oui ...un par un.
- 6 Beaucoup plus récemment, une série de rencontres a servi de déclencheur à mes recherches. En effet, une personne de soixante ans me confiait en me le répétant avec amertume qu'elle n'avait aucune estime d'elle-même; qu'elle n'avait aucune confiance en elle; qu'elle ne savait pas pourquoi elle vivait ainsi et que malgré tous ses efforts elle ne pourrait jamais changer. J'ai été piqué au vif. J'ai voulu comprendre et cela m'a conduit à lire ou consulter des livres de psychanalystes, qui sans exception, nous rappellent que l'enfance est l'unique plancher de toute notre vie. Il est rapidement devenu évident que cette personne avait subi un ou plusieurs traumatismes dans son jeune âge. Pourquoi ne s'en souvenait-elle pas? Les blessures se sont logées dans sa mémoire inconsciente et elles peuvent y demeurer jusqu'à la fin de sa vie.
- 7 J'ai une question pour vous. Quand un parent blesse un enfant psychologiquement ou émotionnellement, pense-t-il toujours que la blessure qu'il inflige, même inconsciemment, pourra avoir des répercussions négatives durant de très

nombreuses années. Ici, je souhaite que l'on explique bien deux choses dont on ne parle pas suffisamment: la mémoire inconsciente et l'innocence. Au sujet de cette dernière, je ne peux pas me satisfaire d'entendre répéter que les enfants sont innocents. Il faut développer pour comprendre. S'il n'en tenait que de moi, ce mot de quatre syllabes serait le thème d'un congrès international ou le sujet d'un traité universel.

- 8 Au cours des dernières années, j'ai patiemment remis en lumière un concept assez rarement évoqué, soit le mal de vivre, cependant cher à plusieurs psychanalystes, notamment à Alice Miller. Le concept de mal d'être retenu dans le cours de mon étude se réfère au malaise ou à l'inconfort psychique, diffus ou intense, ressenti par un enfant, un adolescent ou un adulte qui peut en ignorer l'origine. Dès leur jeune âge, ils deviennent des [perdants perdants]. D'un côté, ils sont sujets d'abus et de maltraitance dont ils connaissent peu les raisons. D'une part ils encaissent difficilement ou gèrent mal les travers de la société et, d'autre part, ils identifient et profitent moins de ce qu'elle peut leur apporter de bon.
- 9 On reconnaît que tout a son origine. On ne discutera pas ici de l'existence ou non de Dieu ou de quelconque être supérieur. En effet. Ce n'est pas le propos du jour. On peut et on doit s'interroger urgemment sur l'origine de toutes les formes de violences pour chercher des façons de les diminuer autant en nombre qu'en intensité, ne serait-ce qu'un peu. Dans cet esprit, je m'interroge. Dans quelle mesure pouvons-nous dire que beaucoup d'actes de violence sont des conséquences, du moins partiellement du mal d'être vécu directement ou indirectement par des abuseurs lors de leur propre enfance?
- 10 On peut autrement dire que les traumatismes physiques, émotionnels ou psychologiques subis lors de l'enfance pavent une voie royale à un mal de vivre qui peut s'inscrire très tôt dans la vie d'une personne et rejaillir inopinément, à répétition parfois, au cours des ans avec des intensités variables.

- 11 Ces blessures auxquelles nous nous référons peuvent mener à différents types de dépression, aux idées et comportements suicidaires, aux tentatives de suicide et au suicide. Parallèlement, elles peuvent entraîner de nombreux problèmes d'adaptation pour l'individu souffrant ce qui ne me semble pas profondément contesté. Et qui dit ici individu souffrant dit famille, dit société, dit ressources humaines et dit encore ressources financières.
- 12 En voici quelques-uns: alcoolisme-toxicomanie-décrochage scolaire-démêlée avec la justice-jeu compulsif-recherche vaine d'une identité propre ou à sa reconquête-endoctrinement-maladies psychosomatiques-automutilation-intoxications médicamenteuses-recours fréquents au service de la santé et sociaux-refoulement de la colère-développement de sentiments de honte et de culpabilité-minage de l'estime de soi et pas de la confiance en soi-repli communautaire-violence ou à la soumission-l'itinérance-l'exclusion-diverses formes de déviance-recours à des anesthésiants commerciaux ou autres. Chacun ou plusieurs de ces maux peuvent à leur tour ajouter un poids au mal d'être existant et l'amplifier. Si cette roue infernale n'est pas éliminée elle tournera sans fin.
- 13 Allons maintenant ensemble au coeur du présent sujet, si vous me le permettez. Les cours de formation au sujet des besoins psychologiques essentiels des enfants et par extension des adolescents que je suggère porteraient en premier lieu sur l'attachement des mères et des pères au cours des premières années de vie de l'enfant, puis sur des connaissances approfondies de l'estime de soi, de ce qui l'encourage et de ce qui peut l'anéantir. Il en va de même de la confiance en soi, de l'autonomie, de l'indépendance, de l'interdépendance.
- 14 Accompagner des enfants d'abord jour après jour et nuit après nuit, puis durant toute une vie, constitue l'aventure la plus extraordinaire qui puisse être vécue en même temps que celle-là même de tout individu. Sûrement que lors des périodes de formation, des parents aguerris se feront un

grand plaisir de témoigner de leur expérience de vie et ainsi de leur vie de famille.

- 15 Ce merveilleux dont on n'hésite pas à faire état n'est cependant pas sans épreuve et dans cette volonté de les prévoir à long terme et de s'y préparer, on en signale brièvement quelques-unes. Elles ont toutes leurs caractéristiques propres et leur importance. Mais commençons par une situation qui touche directement les femmes et surtout les jeunes femmes et qui plus est des jeunes filles. Très certainement que nous nous référons aux situations des femmes vivant d'heure en heure des grossesses non désirées. Les conséquences sont énormes pour ces femmes elles-mêmes et pour leur enfant. Ce sont seulement des femmes qui vivent une telle injustice. Il est plus que temps que tous les hommes, sans distinction, se solidarisent concrètement et quotidiennement avec les femmes et pas seulement avec leurs paroles.
- 16 Les cours de formation à l'intention des futurs parents offriront des moments privilégiés afin de discuter de la question des grossesses non désirées, mais nous savons que cela ne sera pas suffisant. Des campagnes publiques et permanentes s'imposent. Bien d'autres sujets mériteront l'attention des futurs parents dont la révélation d'une sexualité différente de celle des parents, une maladie physique ou mentale handicapante et les conséquences du divorce sur les enfants, les parents et la famille.
- 17 En réfléchissant en plusieurs occasions à ces quelques contenus présentés précédemment qui ont le plus retenu mon attention, je me suis rendu à une évidence qui m'a d'abord étonné. Il est évident qu'en discutant et en réfléchissant en groupes de futurs parents sur les thèmes identifiés, les futurs parents revivront avec une grande intensité leur histoire personnelle et leur histoire familiale. Qui ne connaît pas l'histoire qu'il a vécue risque de la répéter? L'appropriation de ses histoires est l'un des moments les plus importants et des plus critiques dans la vie d'un jeune adulte et d'un jeune parent. À 50, 60 et 70

ans, il est vain d'y penser, car les auteurs responsables n'y sont généralement plus là pour en discuter avec franchise ou ils ne le veulent pas.

- 18 Quand serait-il le plus approprié d'offrir les cours aux futurs parents? Si vous me le demandiez, je vous dirais à l'école primaire, au secondaire, au collégial, à l'université et enfin lors des cours prénataux ou de préparation au mariage.
- 19 La guerre à l'ignorance et à l'incompétence involontaire des parents affectueux et dédiés constamment à leurs enfants a commencé. Les premières armes avec lesquelles les futurs parents se doivent de se familiariser sont les rôles primordiaux de l'attachement maternel et de l'attachement paternel.

FRANÇOIS ASSELIN

25 janvier 2018

Idées disparates

1 Le sondage au sujet des grossesses non désirées

S'il n'est pas validé par le ministère de la Santé il faudra le corriger. S'il est validé, il devra faire l'objet d'une diffusion. Il y a eu la formation de groupes de femmes et de groupes d'hommes. Avec leurs résultats il serait très intéressant que les deux groupes se rencontrent pour échanger. Mais, dans cette situation il importe d'assurer le parfait anonymat de chaque personne.

Cette formule, groupe d'hommes et de femmes, semble être gagnante et constructive. On peut donc lancer d'autres sujets. On peut aussi la faire connaître dans plusieurs pays. Un sujet osé serait de demander aux femmes ce qu'elles pensent et attendent des hommes et aux hommes ce qu'ils pensent et attendent des femmes. Cette formule peut s'appliquer à tous les âges. On peut penser aux intimidations qui s'observent chez les jeunes qui en ont parfois conduit certain jusqu'au suicide.

2 Comment contribuer au développement de la parentalité?

Voici ce que je suggère d'entreprendre à petite échelle. Demandons à de futurs mères et à de futurs pères, très librement, comment ils aimeraient être outillés pour bien vivre leur proche parentalité. Mon propos ici n'est pas très clair, mais le sens est là. Je le sais. Je le sens. Je n'ai aucun doute qu'on saura nous aider à étayer. Pour une fois les

réponses ne viendront pas des spécialistes qui y trouveront toutefois beaucoup de fraîcheur.

3 Des affiches

J'imagine un concours d'affiches au sujet des grossesses non désirées. À temps pour être présentées lors de la Foire du livre de La Havane? Qui le saurait? De petites reproductions pourraient être offertes à chaque visiteur. Imaginons l'impact. Cela pourrait servir à plusieurs choses auxquelles on a pas encore pensé.

4 Comprendre 1

Je n'arrive encore pas à comprendre pourquoi cette mesure, (la formation des futurs parents) n'est pas une réalité depuis des millénaires. "Depuis le début de l'humanité". Il faut comprendre notre passé et le roc sur lequel on est assis. J'aimerais que des érudits de différentes cultures et religions passent pour nous au crible les nombreux textes qui devraient exister.

5 Comprendre 2

À Cienfuegos, nos grands "amis" péruviens, uruguayens et équatoriens m'ont bien fait comprendre que je n'arriverais jamais à saisir quoique ce soit des relations parents-enfants chez les communautés autochtones, Inuits et d'Amérique à partir du Sud de la frontière canado-américaine jusqu'à la Terre de feu. Suite à leurs avis, j'ai pensé abandonné. Je ne le ferai d'aucune façon. Ces peuples peuvent nous en apprendre bien plus que nous pouvons nous l'imaginer. Pendant des millénaires ils ont réfléchi et validé leurs pratiques. Nous, nous commençons à peine... avec peine...

6 Un projet de société (Texte reçu)

"Avec tout ce qu'on voit et ce qui se passe dans la société actuelle que ce soit au Québec, au Canada ou ailleurs dans le monde, cette formation préalable est même essentielle à tous, pas seulement à ceux qui envisagent de fonder

une famille, d'être même renseignés dès le jeune âge sur ce qui les attend, sur les connaissances préalables de soi, des efforts de compréhension et de respect des autres et surtout, tout ça avant même de s'engager dans un couple et à plus forte raison avant de faire naître des enfants. Et pourquoi pas éventuellement des cessions de rappels de ces importants préalables tout au cours de la vie d'une famille, qui nécessairement évolue au fil des années et au fil des difficultés rencontrées."

7 Chemin à double voie

Voir autrement c'est d'abord favoriser la parole des futurs parents qui cheminera vers les spécialistes. Le chemin contraire perpétue ce que l'on vit que certains qualifient d'outrageant.

8 Un projet inédit

Pour la première fois depuis près d'une décennie, j'ai rappelé, d'une part l'inexistence de cours de formation pour les futurs parents aux besoins psychologiques des enfants, et, surtout, d'autre part, la quasi certitude qu'il y en aura dorénavant toujours. J'ai toujours su cela, mais le temps n'était pas propice pour moi d'en parler. Le symposium sur ce sujet m'a libéré. Je crois que c'est avec un tel nouvel esprit que vos et nos collaborateurs et collaboratrices pourraient être invités à relier fermement la prévention du mal d'être, du suicide et de la violence, à court, à moyen et à long terme. Ce projet n'est pas l'attribut d'une mode passagère.

9 Histoire personnelle et histoire familiale

Je n'en démoderai probablement jamais. Il est rare qu'une personne puisse changer ses comportements, si le besoin existe, si elle ne connaît pas son histoire propre et celle de sa famille. Il s'agit d'une étape très importante lorsque la paternité et la maternité sont entre autres considérées. Je dis bien entre autres. C'est tôt dans la vie qu'il faut faire cette reconnaissance. À soixante ans il est pas mal trop tard! Il

est trop tard. Ce sont à des pédagogues et des andragogues d'éclairer ce chemin qu'ici nous suggérons d'entreprendre en groupes de travail. Il faut compter sur leurs forces et leurs capacités. Ils sont les maîtres d'œuvre.

10 Andragogue (Google)

“Personne qui analyse la situation de l'éducation des adultes en regard des facteurs (sociaux, politiques, économiques, psychologiques, etc.) susceptibles de la toucher et qui participe au développement d'une relation d'aide éducative dans le but d'améliorer le processus d'apprentissage chez les adultes. Elle commence par bien cerner les besoins individuels de formation, puis contribue à fixer des objectifs d'apprentissage et d'intervention, propose des méthodes pour les atteindre et en évalue les résultats. De plus, elle s'occupe de la mise en œuvre, de la supervision et de l'évaluation des programmes d'activités, du choix et de la formation des éducateurs et des leaders ainsi que de l'élaboration et de la conduite d'enquêtes scientifiques. Elle peut offrir à des particuliers ou à des groupes ses services en enseignement, en assistance professionnelle, en animation ou en counselling”.

11 Quand doivent débiter la formation des futurs parents

Le plus tôt possible. Au primaire? Oui. Déjà au primaire. Tous les systèmes éducatifs se doivent d'identifier leurs responsabilités, leurs compétences et leurs moyens d'intervention à l'égard d'une formation humaine indispensable. La formation humaine des parents doit se poursuivre avec d'autres moyens davantage connus après la naissance des enfants.

12 Les religions

Quels ont été leurs rôles dans la formation des futurs parents? Parler de mariage ce n'est pas parler des enfants. Peuvent-elles jouer un rôle? Je ne suis pas pratiquant, mais je pense qu'elles peuvent jouer un très grand rôle.

13 Que faire aussi?

Un géographe ne peut pas demeurer le pilier du projet. Il faut penser organismes, fondations, centres et chaires de recherche, municipalités... Je n'ai pas les connaissances pour effectuer de semblables études.

14 On écrit n'importe quoi (Texte reçu)

"Le grand mérite de vos initiatives et de vos propositions et de vos projets sont précisément ceux qu'un géographe a écrit. Une personne décontaminée et non influencée par des concepts biologiques. Seulement vous avez pu avoir ces merveilleuses idées de telle sorte qu'elles puissent devenir réalité. Beaucoup de gens ont écrit sur la famille, sur la paternité responsable et la maternité, etc. Mais seul vous avez eu l'idée et le désir de former de nouvelles générations de parents pour un meilleur avenir pour l'humanité."

Mais minute l'encensoir. Ces idées je les ai eu car des millions de gens se les posent quotidiennement, quand ils prennent un instant. Je donne ici pour preuve qu'en dix années personne ne s'est objectée à la mesure proposée. Le hasard a fait que j'ai eu plus d'instant.

15 Des voix qui comptent et résonnent au loin

Beaucoup d'entre vous avez des contacts avec des professionnels canadiens et québécois. J'aimerais qu'on pense, si cela bien sûr convient, que vous communiquiez avec certains afin de leur faire part de vos observations. Je ne suis pas crédible pour les autorités gouvernementales et je le comprends. Mais, je crois que les choses viendraient à changer si les avis leur seraient communiquer par des sources qu'elles considèrent plus fiables.

10 000 — 100 000 — 1 000 000 100 000 000 (Vers un nouveau paradigme). Si les cours étaient offerts et suivis annuellement par 10 000 couples durant dix années à La Havane que pourrait-il se passer dans la société cubaine? Et cent millions dans le monde? Je ne regrette pas d'avoir

écrit il y a longtemps que le développement des individus est indissociable à celui des sociétés et vice versa. Le projet devra faire appel à la sociologie et à l'anthropologie.

16 Qui dit enfants dit parents indissociables

On reconnaît le bien qui pourra être fait aux enfants. Mais combien sont venus témoigner qu'ils y verront aussi des parents plus confiants, plus efficaces et plus heureux? Les formations seront contagieuses. Souvent, elles influenceront les milieux de vie qu'ils soient grands ou petits. Qui a encore affirmer aussi que la mesure aura un impact très important sur les sociétés? Ce n'est pas sans y réfléchir que j'ai écrit et parler d'un changement de paradigme indispensable. Ce n'est pas pour rien non plus que je pense à un symposium dans trois ans ou à un moment opportun.

17 Les coûts

Il y aurait lieu, me semble-t-il que des personnes habilitées et crédibles commencent à se pencher sur cette question excessivement importante, sinon cruciale. Je suis convaincu que les cours aux futurs parents et leurs effets positifs ultérieurement contribueront à des réductions des dépenses personnelles et collectives. Ce n'est en rien mon champ bien restreint de compétence et d'intérêt. Mais, je crois que ce genre d'étude n'est pas nouveau chez les universitaires et les meilleurs fonctionnaires.

18 Relations de couple

Sans en être trop certain, j'ai écrit que les cours pourraient avoir un rapport avec le taux de divorce. Je ne sais pas qui pourra réfléchir un jour à ce propos, car moi j'y vais de mon intuition. Je ne sais pas trop. Cependant, je pense qu'ils devraient aider à l'amélioration et l'approfondissement des relations dans le couple. En écrivant cela, est-ce que je ne me rapprocherais pas quelque peu de l'éducation sentimentale quasi inexistante dans tant de sociétés?

19 Avantage des cours avant et après la naissance des enfants

Je recommanderais qu'une petite équipe ou quelques personnes dressent le tableau des avantages d'offrir des cours de formation à de futurs parents et des cours formation ou de soutien aux parents qui ont des enfants. D'aucune manière, il n'est question de valoriser les premiers au détriment des seconds et vice-versa. Pour moi, ils se doivent d'être complémentaires. Si on le fait pas nous serons confrontés à une levée de boucliers. Je suis très certainement le mieux placé pour confirmer qu'il y a une levée de boucliers.

20 La parole des parents

Nos "amis" ont de très grandes connaissances et une expérience hors du commun. Je pense cependant que de nouveaux outils, souvent très simples, comme le sondage par exemple, peuvent trouver une place dans leurs coffres professionnels. Je rappelle encore ici l'une de mes grandes préoccupations: la reconnaissance et si possible la maîtrise de l'histoire individuelle et de l'histoire familiale. Je suis gêné, car en cela on s'approche de pratiques de la psychanalyse. (bannie, je crois, à Cuba) Or, les psychanalyses prennent beaucoup de temps et coûtent très chers dans la plupart des pays. L'objectif dans le cadre des cours de formation des futurs parents est d'amener ces deniers à parler d'eux, car ils sont les maîtres de l'avenir. Je regrette de ne pouvoir pousser la réflexion plus loin.

21 Auto-analyse et mémoire inconsciente

Les enfants sont aidés et les parents assistés. Cela se répercute durant des générations. Quelles économies quand même! Quelles améliorations de la vie! Quels apports aux familles et à la société. Nous le savons parce que nous vivons parmi des personnes qui traînent leur mal d'être de décennie en décennie très souvent même sans le savoir. Bien sûr que le poids du mal d'être n'est pas aussi lourd chez chacun. Heureusement. Mais, il faut le détecter tôt.

Dans le document d'amorce de discussion (2011/12/4) j'ai écrit quelques mots qui me sont venus à l'esprit. Je me réfère ici à l'auto-analyse et à la mémoire inconsciente. La pratique de la psychanalyse sur une grande échelle est totalement irréaliste. Je me mets toutefois à penser que nos "amis" détectent assez bien les signaux de "désespérance et de détresse". (Discours, silences, comportements, attitudes physiques, dépendances.)

22 Un lien entre la violence et le mal d'être de l'enfance et de l'adolescence?

À tort ou à raison, j'ai émis l'hypothèse que la violence pouvait prendre sa source dans l'enfance et plus particulièrement dans le mal d'être. Moi, je n'arrive pas à bien identifier d'autres sources le démontrant. D'ailleurs, qui s'intéresse aux sources? On s'intéresse au maux Il y a plusieurs "formes" de violence. Celle qui m'a le plus interpellé est celle dirigée vers les femmes. Est-ce qu'il y a un tronc commun aux différentes formes de violence dans nos sociétés? Je pose la question.

23 Définir l'état de l'innocence

Je ne suis ni psy, ni pédiatre. Je n'ai que des questions de novices. Dit-on assez clairement et assez souvent et pédagogiquement aux parents que les enfants sont innocents, bien qu'on peut, peut-être, introduire des nuances? Lesquelles? Je ne sais pas. Je n'ai aucun propos à ce sujet. Chose certaine, les futurs parents qui suivront les cours devraient en ressortir convaincus et convaincus jusqu'à la fin de leurs jours. Parlons-nous de l'innocence des enfants? Comment l'expliquons-nous pour qu'elle s'incruste chez les futurs parents et ceux qui ont des enfants. Ce n'est pas suffisant de dire seulement que les enfants sont innocents. La mémoire inconsciente a selon moi peu à voir avec l'innocence. Il faut un approfondissement du sujet.

24 Rendez-vous aux sources et nulle part ailleurs

Je n'ai qu'un point de vue vraiment et toujours négligé par à peu près de toutes et tous. Je m'intéresse aux sources. Plus elles sont profondes, plus elles sont importantes et indicatives de voies à explorer. Nous sommes dans le domaine de l'Humanité, non celle de la superficialité. Je ne suis pas habileté à aller plus loin. D'autres le peuvent s'ils le veulent. Pourquoi ai-je cette propension à le croire? Parce que cela ne touche pas seulement l'esprit des chercheurs. Cela touche leur être profond, l'être historique de chacun et de chacune. On peut trouver une source dans un oasis? Mais bien certainement. On y va en avion rapidement comme Antoine de Saint-Exupéry ou avec un guide en découvrant, en plus, l'espace et le temps.

28 de décembre 2017

Conférence du premier Symposium International sur la formation des futurs parents au centre des Conventions. Cienfuegos

En priorité, je remercie les autorités de l'Université des sciences médicales de Cienfuegos pour avoir pris la décision d'organiser ce congrès au sujet de la jeunesse du monde, les nombreuses personnes qui l'ont planifié, qui aujourd'hui le concrétisent pour le plus grand intérêt de chacun d'entre nous. Je remercie aussi l'Université de m'avoir invité à vous adresser quelques mots.

Si parfois il vous venait à l'idée que j'exagère, rassurez-vous, vous pourrez très bien avoir raison. L'exagération est un moyen aussi sympathique que surprenant pour dresser des nouvelles perspectives.

Je ne suis ni psychologue, ni psychanalyste, ni psychiatre. Cependant, sans que je m'y attende, j'ai utilisé mes neuf dernières années à réfléchir à la formation des futurs parents, étrangement inexistante selon toutes les sources consultées, des centaines de rencontres et des milliers de correspondances.

Le processus emprunté, soutenu par de très nombreuses lectures et analyses, est intuitif et itératif. Les résultats, les propos et les propositions avancées très concrètes sont complémentaires aux interventions des intervenants du domaine de la prévention et de l'accompagnement de personnes fragilisées et leur soutien en vue d'un rétablissement.

- Jean, 15 ans
- Germaine, 13 ans

- Pierre, 15 ans
- Collette, 62 ans

Comment se fait-il qu'un géographe prenne la parole à ce congrès? Avec un peu de mon histoire vous comprendrez peut-être mieux. En 1995, Jean, le meilleur ami de mon fils aîné, que je connaissais bien, s'est enlevé la vie. L'un et l'autre (Jean et Germaine) n'avaient que quinze ans. Je revois mon fils à l'église assis entre sa mère et moi. Quoi penser? Quoi lui dire? En 1997, Germaine, une fille de 13 ans que je connaissais aussi a posé le même geste. Quelques années plus tard, Pierre, âgé de 15 également a assassiné son père, sa mère et son frère.

Ces tragiques événements m'ont plongé dans une grande réflexion durant des années. Je suis viscéralement devenu convaincu que ces enfants ne pouvaient pas être les seuls responsables de leurs actes. Je ne savais envisager que deux seules voies : la société et les parents. Comme je ne suis pas sociologue et n'ai pas lu "Le Suicide" d'Émile Durkheim, je me suis intéressé qu'aux actions parentales.

À cette époque du milieu des années 90, j'ai pensé retourner aux études et entreprendre une toute nouvelle carrière. Mais, ce n'était pas réaliste. Les années ont passées.

Mais, étonnamment à ma retraite, il y a eu un coup de tonnerre qui m'a secoué et interpellé. Je venais de rencontrer Colette une personne dans la soixantaine qui me disait et me répétait, pour que je ne manque pas de l'entendre, qu'elle n'avait ni estime d'elle-même, ni confiance en elle, qu'elle ne savait pas pourquoi et qu'elle ne pouvait pas changer. Là, j'ai voulu comprendre et vous en auriez fait de même. Quand même. Venant d'une personne de cet âge. Heureusement, j'avais du temps. Beaucoup de temps.

Alors, j'ai cherché et j'ai entre autres lu beaucoup des livres de psychanalystes qui généralement s'accordent pour dire que l'enfance est l'unique plancher de toute notre vie. Il m'est peu à peu devenu évident que cette personne avait subi un ou de très sévères traumatismes au cours de son enfance, mais peut-être aussi au cours de son adolescence.

Mais comment pouvait-elle dire qu'elle n'en savait rien et que conséquemment elle ne pouvait pas changer, car en effet comment changer quand on ne connaît pas la source d'un mal profond? Pour moi, La réponse à cela n'était pas simple. Il appert qu'il existe chez les jeunes individus une mémoire inconsciente qui emmagasine des faits, des émotions et des sentiments qui pourront refaire surface par période tout au cours de la vie adulte avec des intensités variables. J'ai alors considéré que cette personne avait subi, sans les connaître, de sérieuses négligences de la parentalité ou de substituts.

Nous ne sommes pas ici en situation de guerre ou de désastres naturels. Revenant à Jean, Germaine et Pierre, j'ai compris que pour eux comme pour Colette leurs blessures ne provenaient pas, ou vraiment si peu, de leur milieu de vie mais bien de leurs proches généralement inconscients des conséquences de leurs actions à court, moyen et long terme. D'ailleurs sortons-nous pour toujours une chose de la tête. Personne ne pense aux conséquences à long terme de ses actions blessantes.

La période de l'enfance, particulièrement, contient un mélange de bien-être et de mal d'être de poids inégaux. Au cours de mes travaux, j'ai retenu que le mal d'être absorbait énormément d'énergie essentielle quand il ne l'anéantissait pas totalement. Voici la définition que je lui donne.

Le concept de mal d'être retenu dans ce projet réfère au malaise ou à l'inconfort psychique, diffus ou intense, ressenti par un enfant, un adolescent ou un adulte qui peuvent en ignorer l'origine. Dès leur jeune âge, ils deviennent des "perdants perdants". D'un côté, ils sont sujets d'abus et de maltraitance dont ils connaissent peu les raisons. D'une part, ils encaissent difficilement ou gèrent mal des contrariétés de la société et, d'autre part, ils identifient et profitent moins de ce qu'elle peut leur apporter de bon.

Au cours des deux prochaines décennies naîtront au Québec deux-millions d'enfants. Entre 12 et 15 % d'entre eux seront

exposés à de sérieuses blessures physiques, psychologiques et émotionnelles susceptibles de les perturber, parfois jusqu'à leur dernier jour.

Géographe de formation, j'ai rapidement été intéressé à comparer une situation comme celle de Colette à une situation à une grande échelle qui permet de mieux la situer et d'y réagir. Je n'ai aucune idée du nombre d'enfants qui naîtront dans d'autres pays au cours des deux prochaines décennies. Mais au Québec, sachez-le, on aime beaucoup les enfants. Il y en aura deux millions et rien ni personne ne l'empêchera.

"Le chiffre est un être fragile qui soumit à la torture peut dire n'importe quoi" Alfred Sauvy, démographe. Au Québec, on sait aussi qu'au cours de ces deux prochaines décades entre 12 et 15 pourcent des enfants (240 000 et 300 000) seront exposés à de sérieuses blessures physiques, psychologiques et émotionnelles susceptibles de les perturber jusqu'à leur dernier jour.

Voici maintenant de bien tristes réalités auxquelles la société québécoise est aussi confrontée. La Direction de la protection de la jeunesse du Québec déclare chaque jour 20 cas de maltraitance d'enfants. Donc, en un an ce seront 7 300 cas et en 20 ans 146 000 cas! Il doit être parfaitement compris que la maltraitance n'est qu'une pointe d'iceberg.

Je me préoccupe, défend et supporte des mesures de prévention à long terme alors que d'autres très nombreux parmi nous sont pleinement engagés dans le court, le moyen et très souvent l'immédiat. Ma compréhension est que le mal d'être est un important facteur de risque pouvant entraîner le suicide entre autres maux. Le projet a donc initialement porté sur la prévention à long terme du mal d'être et du suicide. Mais, ce sont plusieurs rencontres à La Havane qui m'ont incité à ajouter la violence à ce titre, car je considère désormais que la violence a des racines dans le mal d'être.

Allons-y maintenant d'un ton plus léger. Je veux présenter quatre images de la prévention à long terme

- Les coupes
- La clef

- Les cigarettes
- Le pain
- La formation des futurs parents

Un père dont les enfants sont parfois à l'étranger leur fait parvenir depuis sept ans des objets parfaitement identiques. Il en conserve un pour lui-même, se disant que si l'un d'entre eux se retrouve un jour dans la dèche, voyant ces objets près de lui, il pensera que quelqu'un l'attend sans jugement. Un jour il a donné à chacun des coupes artisanales en terre cuite héritées de sa mère. Le plus jeune de ses fils les a placé sur une petite tablette au beau milieu du mur de son salon.

Une mère a repris une tradition. Elle envoie régulièrement des cartes de vœux à ses enfants qu'elle accompagne d'une enveloppe-retour timbrée qui lui est adressée. Elle a aussi envoyé à son fils qu'elle n'avait pas vu depuis longtemps une petite boîte de chocolats qui ne contenait pas de chocolats, mais... les clés de sa maison.

Mon père a toujours beaucoup fumé. Il en est mort à 53 ans. Moi, j'ai commencé à fumer à treize ans. Mais, quand mon fils aîné a atteint cet âge, j'ai dit à mes trois fils que je leur donnerais 1 000 \$, si le jour de leur dix-huitième anniversaire ils n'avaient pas fumé et ni pris de drogue. Il m'en a coûté 3 000 \$. Ce genre d'engagement à long terme doit se prendre très tôt. Il faut s'y prendre souvent très longtemps à l'avance.

Imaginez maintenant un pain. On peut en couper des tranches de 12 et 13 ans jusqu'à des tranches de 18 et 19 ans. On reconnaît ici une durée de l'adolescence. J'ai souvent souligné que je trouvais créatif et productif de prendre le temps de voir les choses autrement. Alors voici. Pour moi, l'adolescence, c'est le pain en entier avec sa croûte et sa mie. Mais, pas seulement le pain. Aussi sa préparation, sa cuisson, sa présentation et j'ajouterais la société qui cultive les grains indispensables à sa fabrication. Autrement dit, l'adolescence est un chaînon porteur des années à venir comme l'est l'enfance.

Je présente à l'annexe un résumé de mes préoccupations pour l'ensemble du projet que je porte aujourd'hui à votre attention.

Le projet suggéré de formation de futurs parents selon mes recherches est inédit. Il mérite cependant des approfondissements et des validations. Nous en reparlerons un peu plus tard. Pour l'instant, il importe de reconnaître que les besoins psychologiques des enfants n'ont jamais été pris sérieusement en compte, ni lors des cours prénataux, ni des cours de préparation au mariage.

Nous avons mentionné l'intérêt de développer des visions à long terme qui facilitent le cadrage d'une série d'actions à entreprendre si on espère qu'elles se concrétisent au moment opportun. Mais, pourquoi donc des formations de futurs parents alors qu'une panoplie de cours et de nombreuses ressources apparaissent assez facilement disponibles dès qu'on devient père ou mère. Voici deux raisons parmi d'autres qui m'importent.

La première. On doit chercher des moyens de réduire le nombre de blessures infligées aux enfants et aux adolescents, car leurs conséquences peuvent devenir catastrophiques. Il faut s'informer de leur nature et en discuter avant qu'elles soient commises. Quand elles ont lieu après la naissance la honte et la culpabilité peuvent s'installer et il est alors difficile qu'elles soient reconnues et corrigées. Il est dit que la honte et la culpabilité peuvent s'installer chez des parents. Ce sont les deux sentiments les plus difficiles à apaiser.

La deuxième m'a surpris dès le moment où j'en ai pris connaissance. C'est que les futurs parents, accompagnés de personnes formées préféablement en andragogie, auront à échanger entre eux, prioritairement sur l'estime de soi, la confiance en soi et comment elles se développent ou sournoisement s'anéantissent, mais aussi d'autonomie et d'interdépendance.

Ce n'est loin d'être tout. Nous entrons ici dans le cœur du projet. En progressant, de session en session, et en s'approfondissant les échanges deviendront amicaux, parfois explosifs et parfois étouffés par des sanglots. Pourquoi donc? Parce un grand nombre de participants reverront alors

immanquablement les traces de leur histoire personnelle et familiale.

S'il y a lieu de changer une personne ne peut très difficilement y arriver si elle ne connaît pas son histoire. Les futurs parents auront une chance unique d'échanger avec leurs propres parents au sujet de leur passé respectif, vu sous des angles différents, et de raccommoder si nécessaire et si possible ce qu'il y a lieu. Nous savons bien qu'il y a des gens qui attendent que leur père ou leur mère ait 60 ou 70 ans. Mais, ils sont morts et eux-mêmes mourront avec leur mal d'être.

Les spécialistes en relations d'aide sont nombreux parmi nous. Alors, l'un peut-il se lever et nous dire si les personnes qui blessent des enfants et des adolescents innocents reconnaissent facilement les conséquences des blessures physiques, émotionnelles et psychologiques, parfois graves, qu'ils leur causent à moyen et à long terme et s'ils sont prompts à s'en repentir et à les réparer? Ces blessures peuvent entraîner différents types de dépressions, des comportements suicidaires, des tentatives de suicides et des suicides.

Apparemment l'innocence est un mot inconnu de plusieurs. Pourtant Alice Miller a écrit que le fœtus veut le bon et le bien. Il en va ainsi de l'enfant nouvellement né qui a des besoins, mais aucun caprice. Il n'y aurait pas une humanité autrement. D'une auteur brésilienne j'ai lu aussi que les oiseaux naissent libres et que libres ils doivent vivre. Par ailleurs je ne suis pas encore déterminé à affirmer que les parents qui n'ont pas d'estime d'eux-mêmes peuvent contribuer au développement de leur enfant. Ici, j'avoue ne pas avoir de réponse. Mais, si c'était le cas, ne devrions-nous pas penser à s'occuper prioritairement des besoins non comblés des parents.

Tous les futurs parents ont besoin d'une formation particulière? Sans doute pas. Pour un grand nombre d'assez bonnes connaissances de l'exercice de la parentalité sont adéquates, car elles sont innées ou héritées souvent depuis plusieurs générations. Cependant, puisque nous vivons en société et que les familles sont les piliers de la société,

comme nous l'avons mentionné, il apparaîtrait heureux que certains d'entre eux se joignent et participent à des groupes de parents en formation. J'aimerais que vous entendiez aussi ce que Germain Duclos, psychoéducateur et orthopédagogue québécois, nous a écrit en 2010 dans son livre "L'estime de soi, un passeport pour la vie".

"Durant la vie humaine, il n'y a pas de tâche plus importante que celle d'être parent, et pourtant il y en a peu pour lesquelles nous soyons si mal préparés. Il existe aucune école ni cours préparatoires pour devenir parents".

Les types de blessures les plus fréquentes dont nous faisons état, occasionnées consciemment ou non, sont reliés aux cinq problématiques abondamment documentées suivantes: l'abus physique, l'abus sexuel, la négligence, l'abandon et les mauvais traitements psychologiques. Mais c'est encore ici une pointe d'iceberg car elle peut entraîner de nombreux problèmes, parfois concurrents, d'adaptation pour l'individu souffrant, sa famille et la société. En voici quelques-uns.

alcoolisme - toxicomanie - décrochage scolaire - démêlés avec la justice - jeu compulsif - recherche vaine d'une identité propre ou à sa reconquête - endoctrinement - maladies psychosomatiques - automutilation - intoxications médicamenteuses - recours fréquents aux services de la santé et sociaux - refoulement de la colère - développement de sentiments de honte et de culpabilité - minage de l'estime de soi et de la confiance en soi - repli communautaire - violence ou à la soumission - l'itinérance - l'exclusion - diverses formes de déviance - recours à des anesthésiants commerciaux ou autres, etc.

Chacun ou plusieurs d'entre eux peuvent à leur tour ajouter un poids au mal d'être existant et l'amplifier. Si cette roue infernale n'est pas éliminée, elle tournera sans fin.

Je ne doute pas qu'ici tous rencontrent régulièrement des personnes aux prises avec le mal d'être. Mais, s'il y en avait encore une, je pourrais lui suggérer d'assister à n'importe quelle

réunion des organismes suivants qui font un extraordinaire travail:

- Alcooliques anonymes
- Outre-mangeurs anonymes
- Narcotiques anonymes
- Déprimés anonymes
- Dépendants affectifs anonymes
- Maniaco-dépressifs anonymes
- Pèlerins anonymes
- Sexe anonyme
- Dépendants affectifs et sexuels anonymes
- Parents anonymes
- Joueurs anonymes
- Sexoliques anonymes
- Anorexiques-boulimiques anonymes
- Polytoxicomanes anonymes

Il y a dix ans, une étude américaine a révélé le coût annuel de 12,4 milliards US, seulement aux États-Unis, pour des millions de cas de mauvais traitements. À ces coûts déjà faramineux, il faut ajouter ceux occasionnés par la délinquance des adolescents, la santé mentale qui en découle, aux personnes incarcérées et à d'autres encore. Ces chiffres voilent le nombre de familles, piliers de toute société, désunies et de divorces semble-t-il toujours en croissance. Ce panorama est attristant et suscite peu d'encouragements. De nouveaux engagements? C'est autre chose.

La formation des futurs parents suggérée pour étude approfondie pourrait prioritairement porter sur l'estime de soi et la confiance en soi. Mais, sérieusement intéressé et préoccupé par la prévention à long terme, il faudra trouver du temps pour parler des conséquences du divorce principalement chez les enfants et les adolescents, les orientations sexuelles possibles, et la vie des fratries au sujet desquelles on nous a fait connaître un sujet tabou. En effet, dans une étude, elle a révélé vingt-six pourcent des cas de viols intrafamiliaux. Enfin conteste-t-on

que le consumérisme et jusqu'à un certain point les nouvelles technologies de l'information et des communications attaquent de front et minent parfois profondément de nombreuses familles mal préparées à affronter autant d'assauts quotidiens.

Avec de semblables formations il y a lieu de croire que les parents seront passablement mieux habilités à devenir les premiers intervenants de la prévention du mal d'être, du suicide et de la violence et des alliés de ceux et celles qui prennent la relève tous les jours après la naissance des enfants. Les cours pour lesquels tout ou presque tout demeure à définir et validés sont des armes, petites mais quand même, afin de permettre à la parentalité de se défendre et d'exercer pleinement son rôle, car elle semble en avoir de plus en plus besoin. Les piliers de toutes sociétés sont les familles.

À quel moment de leur histoire les humains deviennent-ils parents? Moi, je dis que c'est comme le pain. La paternité et la maternité existent dès la période intra-utérine, voir bien avant dans leurs désirs de le devenir. Sinon comment pourrait-il y avoir la constitution d'une humanité?

Les formations des futurs parents sont assurément susceptibles de contribuer à la diminution du mal d'être, du nombre de suicides et de la violence. C'est un investissement parmi les plus important au début de l'âge adulte avec celui de sa santé physique et mentale. On peut changer d'auto. On peut changer de pays. On peut changer de maison. On peut changer de conjoint. On peut changer de travail. Mais, on ne peut pas changer d'enfant qu'il soit fille ou garçon pour ne parler ici que de ceux-là.

Allons, si vous le voulez bien, à quelques petites questions que se posent beaucoup de personnes, souvent sans réponse, de la part de personnes qui reçoivent des nouvelles tragiques de membres immédiats de leur famille ou de mauvaises nouvelles d'autres personnes qu'elles connaissent, chérissent ou admirent.

Si j'avais su.

Si j'avais su quoi?

Si j'avais su quand?
Si j'avais su comment?
Et surtout, si j'avais su de qui.

Au cours de leur vie les parents qui normalement aiment leurs enfants ont agi avec eux de leur mieux avec les connaissances qu'ils avaient afin de leur offrir le meilleur d'eux-mêmes. Leurs connaissances limitées ou erronées n'ont pas toujours empêché des défaillances parfois avec de sévères conséquences. De nos jours, où et comment les futurs parents peuvent-ils se renseigner? Elles comptent sur la famille quand il y en a encore une de présente, sur des amies qui parfois n'en connaissent guère plus qu'eux, la rue, les bars, la télévision, la radio, les films et maintenant l'informatique et quelques rares fois dans les conférences. Cela est fort bien, mais en apparence vraiment insuffisant si l'on prend en compte un grand nombre de blessures évitables. Je ne répondrai pas ici à la dernière question, car dans cette enceinte chacun peut y répondre. C'est du moins ce que je pense.

La parentalité, plus que jamais pouvons-nous le penser, est malmenée de plusieurs côtés simultanément. En effet, on peut identifier un capitalisme effréné alimentant le consumérisme, les nombreux anesthésiants apparaissant sous de multiples formes dont une croissance des recours à de plusieurs types de drogues parfois dévastatrices. À cela, depuis à peine une trentaine d'années a surgi l'utilisation de l'informatique parfois sans brides. Il y a une autre chose qui m'a stupéfait. Il y a un certain temps, j'ai lu deux documents présentant des politiques officielles très élaborées de prévention du suicide: l'un produit par gouvernement du Canada et l'autre par le gouvernement du Québec. Curieux, j'ai très rapidement compté qu'elles totalisaient 190 750 mots. Dans ces documents, au total, on aperçoit dix-sept fois seulement le mot " père " et le mot " mère ". Sommes-nous vraiment sur une bonne voie? Qui dans nos sociétés sont responsables de la prévention du suicide? Qui correctement nous informe de la décroissance du nombre de suicide?

Des cours de formation à la parentalité ne sont pas aussi nécessaires que des cours de conduite automobile tant une

parentalité éclairé est souvent innée ou hérité. Mais, il y a des indications que ce n'est pas le seul point de vue. Mais osons une comparaison qui depuis longtemps m'habite. Pourquoi existe-t-il des cours conduite automobile souvent devenus avec le temps obligatoires dans de nombreux pays? Pour éviter que les carrosseries soient abîmées ou anéanties et qu'elles s'étalent le long des routes pour les rendre inutilisables? Il a des passagers à ne pas blesser ou qui risquent de perdre la vie. C'est à cela que serve les cours de formations.

Des autorités évaluent qu'il y a eu 351 personnes décédées sur les routes du Québec en 2016. On ne parle pas des blessés. On compte par ailleurs 1 116 personnes qui pour la même année se sont enlevées la vie. En deçà de cette comparaison quels opinions des citoyens ont-ils été en mesure de partager?

Plusieurs milliers de personnes et d'organismes publics autant que privés, au Québec, au Canada et dans une vingtaine de pays connaissent bien le sujet à l'étude et la suggestion adjacente de former des futurs parents aux besoins psychologiques des enfants. Les institutions et les organismes sont toujours presque tous demeurés circonspects, voir muets n'osant pas émettre quelque opinion.

Mais, tel qu'il était au tout départ prévu, des gens sensibilisés et informés ont offert leurs opinions lors d'une pétition, parmi ceux-ci de nombreux organismes communautaires, et d'autres lors d'un sondage.

En 2016, la pétition 6181 a été introduite à l'Assemblée nationale du Québec. Elle a été signée par 1 006 organismes ou personnes intéressées à la formation des futurs parents. Il était demandé au ministère de la Santé et des Services sociaux d'introduire dans les cours prénataux les éléments essentiels à la connaissance des besoins psychologiques des enfants, une mesure inédite. La pétition ne demeurera pas lettre morte a fait savoir le ministre Dr Gaétan Barrette.

Mille organismes ne constituent, ni un consensus d'experts, ni révèlent des données probantes. En avril 2017, un sondage CROP conduit auprès de 1 000 Québécois âgés de 18 ans et plus

a alors révélé que 85 pourcent de la population était favorable ou très favorable à la mesure proposée. Cela mérite d'être dit au Québec et ailleurs. Je me suis quelques fois demandé ce qu'il en serait ailleurs qu'au Québec.

Une personne ou un couple pourrait décider de s'inscrire à une formation pour les futurs parents au sujet des besoins psychologiques des enfants. On penserait que c'est bien. Il pourrait y en avoir dix. Cent bien facilement. Et pourquoi pas mille ou dix mille. Enfin, je ne doute pas que le chiffre atteigne cent mille dans plusieurs pays. Nous entrions alors dans un nouveau paradigme au cours duquel les parents seront reconnus comme les premiers intervenants en matière de prévention du mal d'être, du suicide et de la violence.

Les cours sont des armes, petites mais quand même, pour permettre à la parentalité de se défendre et de se protéger qui en a un croissant besoin.

On a fait état de cours à de futurs parents. Je crois qu'il y a lieu d'élargir l'horizon pour parler plutôt d'un programme étalé sur une assez longue période de temps. Ce ne sera ici qu'une hypothèse de travail.

Dans un premier temps, les échanges débuteraient au cours des études supérieures avec une emphase sur l'estime de soi et la confiance en soi. Les raisons sont parfaitement connues. L'éducation sexuelle souvent peu ou mal promue mériterait d'être abordée ainsi que des échanges à propos de l'éducation sentimentale carrément inexistante.

La deuxième étape est celle des cours prénataux, puisque il y a un point critique à bien connaître pour le bien-être de l'enfant et de tout son avenir. Nous parlons ici bien sûr, entre autres des attachements parentaux.

Enfin, une dernière étape après la naissance, encore à situer dans le temps, au cours de laquelle les échanges traiteraient des agissements des enfants, des comportements des parents et vice versa et donc de l'accompagnement et du développement de l'enfant. Ainsi que La Convention relative aux droits de l'enfant de l'Organisation des Nations Unies ne devraient pas être écartée du menu.

Puisque que j'ai pris soin de vous en faire part au début de ma présentation, je me sens moins gêné de vous communiquer une dernière de mes exagérations. Un homme, ou une femme, qui désirerait suivre les formations aux futurs parents et que le conjoint refuserait d'y participer devraient se poser de très sérieuses questions.

Personne ne peut ignorer que des dizaines de milliers d'enfants et adolescents, voire des centaines millions au cours des prochaines décennies, comme cela le fut au cours des précédentes, seront sujets à des molestations physiques, des agressions sexuelles, même à l'intérieur de la fratrie, un sujet tabou, à la négligence, à l'abandon et des mauvais traitements psychologiques. Ces enfants de l'avenir, d'ici et d'ailleurs, en appellent à un partage international sur la formation de leurs futurs parents au sujet de leurs besoins psychologiques. Si on s'y mettait un autre congrès international pourrait se tiendrait au cours des trois prochaines années. C'est mon souhait et mon espérance.

Le projet occasionnera, je crois, un changement de paradigme où le parent deviendra le premier et le principal intervenant de la prévention à long terme du mal d'être, du suicide et de la violence.

Avant de vous quitter laissez-moi vous faire part d'un événement inattendue qui m'a ébranlé et m'invite à poursuivre. Voici qu'une juge à la retraite a donné des conférences dans des pénitenciers en utilisant, à mon insu, tous mes textes et son expérience personnelle et professionnelle très certainement. Cette personne m'a dit qu'à la fin de chacune de ses conférences plusieurs des prisonniers pleuraient. Chacun ici peut tirer ses conclusions. La mienne et celle-ci. Les prisonniers sont coupables de leurs actes mais pas les seuls responsables du chemin qu'ils ont emprunté.

Pour conclure, j'aimerais d'abord vous remercier et valoriser quelques mots, sans plus les commenter qui me sont devenus familiers au cours des ans.

- Prévention à long terme
- Mal d'être de l'enfance et de l'adolescence

- Formation des futurs parents
- Histoire familiale et personnelle
- Diminution du nombre de blessures
- Blessures avec des conséquences à très long terme
- Reconnaissance des parents comme premier intervenant

Le 25 de octobre de 2017

ANNEXE

Projet international de prévention à long terme du mal d'être, du suicide et de la violence

Formation des futurs parents aux besoins psychologiques des enfants

1 Synthèse

VISION ET RAISON D'ÊTRE

- Au cours des deux prochaines décennies naîtront au Québec deux millions d'enfants. Entre 12 et 15 % d'entre eux seront exposés à de sérieuses blessures physiques, psychologiques et émotionnelles susceptibles de les perturber parfois jusqu'à leur dernier jour.

OBJECTIFS

- Diminuer le nombre de blessures générées chez des enfants et des adolescents innocents par des parents insuffisamment informés ou négligents.
- Développer les compétences parentales pour le mieux-être des futurs parents et de leurs enfants.
- Favoriser des relations saines à l'intérieur du couple, de la famille et de la société.

MOYENS

- Formation de futurs parents aux besoins psychologiques de leurs enfants (p. ex.) l'attachement, l'estime de soi, la confiance en soi, l'autonomie, l'interdépendance.

- Reconnaissance par les participants de leur parcours de vie.

RÉSULTATS ATTENDUS

- Nouveau paradigme où les parents exercent le rôle principal pour la prévention du mal d'être et du suicide chez leurs enfants.
- Réduction du nombre de recours à des anesthésiants dommageables.
- Augmentation de la qualité de vie des enfants et de leurs parents à court, moyen et long terme.
- Diminution des dépenses individuelles et des coûts de la santé et des services sociaux.
- Développement d'échanges internationaux à propos de la prévention à long terme du mal d'être, du suicide et de la violence.

2 Un concept

Le concept de mal d'être retenu se réfère au malaise ou à l'inconfort psychique, diffus ou intense, ressenti par un enfant, un adolescent ou un adulte qui peut en ignorer l'origine. D'un côté, ils sont sujets d'abus et de maltraitance dont ils connaissent parfois peu ou aucunement les raisons. D'un autre, ils encaissent difficilement ou gèrent mal les travers de la société les identifiant insuffisamment et ils profitent moins de ce qu'elle peut leur apporter de bon et de réconfortant.

3 La citation

Dans l'estime de soi, un passeport pour la vie, Germain Duclos, psychoéducateur, orthopédagogue et auteur de nombreux ouvrages traitant du développement de l'enfant et de l'estime de soi, nous a écrit ceci: « Durant la vie humaine, il n'y a pas de tâche plus importante que celle d'être parent, et pourtant, il y en a peu pour lesquelles nous

soyons si mal préparés. Il n'existe aucune école ni cours préparatoires pour devenir parents.

4 Une comparaison

Les cours de conduite automobile redevenus obligatoires le 17 janvier 2011 servent à prévenir les accidents qui peuvent occasionner des blessures permanentes ou la mort du conducteur, des passagers et de toute autre personne victime d'un accident. Les biens matériels sont d'une importance secondaire. À remarquer que les cours de conduite sont exigés avant de partir seul sur la route ou avec des passagers. Le coût des cours, s'élève à 850 \$.

Un tel prix pour participer à des formations à la parentalité devrait permettre leur autofinancement et soutenir les personnes moins favorisées économiquement. Les programmes de formation développés, validés, testés et évalués contribueront à une réduction des dépenses gouvernementales, notamment dans les domaines de la santé, de l'éducation et de la justice. Différentes associations à but non lucratifs seront peut-être fortement intéressés à offrir les formations à des coûts moindres.

5 Qui plus est

Les blessures d'intensité et de durée variables, tels des pavés résultent de besoins essentiels, physiques et psychologiques, inadéquatement comblés chez l'enfant par des parents aimant, par méconnaissance, par immaturité ou par inhabilité, conséquence de raisons sociales ou économiques. Les blessures se retrouvent à l'intérieur de cinq problématiques abondamment documentées : l'abus physique, l'abus sexuel, la négligence, l'abandon et les mauvais traitements psychologiques. Enfin, le mal d'être n'est ni inné ni un fruit du hasard ni un mauvais sort. Il est créé et parfois entretenu.

Le mal d'être peut conduire à différents types de dépression, des idées et des comportements suicidaires, des tentatives de suicide, au suicide, voire à des très graves maladies

mentales. Il est encore un terrain très fertile pour le développement de très nombreux maux entraînant des coûts sociaux très importants. Chacun ou plusieurs de ces maux peuvent à leur tour ajouter un poids au mal d'être existant et l'amplifier. Si cette roue infernale n'est pas éliminée, elle tournera sans fin.

FRANÇOIS ASSELIN
2009-2018

Pétition: Introduction de connaissances de base essentielles à la satisfaction des besoins psychologiques des enfants dans les cours prénataux

Texte de la pétition

- Attendu que la famille est une valeur fondamentale dans toute société et que les enfants ont des droits et les parents des devoirs;
- Attendu que des parents mésestiment l'importance des besoins psychologiques des enfants;
- **Attendu que** le mal d'être chez des enfants s'ancre souvent dans leur mémoire inconsciente et y demeure parfois durant toute une vie;
- Attendu que plus de dix pour cent des deux millions d'enfants qui naîtront au Québec au cours des vingt prochaines années expérimenteront une enfance difficile susceptible d'handicaper une partie importante de leur existence, parce que des parents qui les aiment n'auront pas suffisamment acquis de connaissances et de compétences au sujet de l'attachement, le développement de l'estime de soi, l'accompagnement, etc.;
- Attendu que les futurs parents ont droit aux informations indispensables pour assurer un développement harmonieux de leurs enfants;
- Attendu que la mesure proposée est complémentaire aux pratiques actuelles de prévention de la santé mentale, des maladies mentales et du suicide;

- Attendu que les programmes de formation permettront une réduction des dépenses reliées à la santé mentale pour le ministère, les individus, les employeurs, les familles et leurs milieux de vie;
- Attendu que le Québec peut servir d'exemple sur la scène internationale;

Nous, soussignés, demandons au ministère de la Santé et des Services sociaux d'introduire dans les cours prénataux les connaissances de base essentielles à la satisfaction des besoins psychologiques de l'enfant.

La période de signature de la pétition est terminée.

Date limite pour signer : 30 septembre 2016

Nombre de signataires : 1006

Le ministre



Gaétan Barrette

Québec 

Gouvernement du Québec
Le ministre de la Santé et des Services sociaux

Québec, le 1^{er} novembre 2016

Monsieur Jean-Marc Fournier
Leader parlementaire du gouvernement Cabinet du leader parlementaire
du gouvernement
Édifice Pamphile-Le May 1^{er} étage, bureau 1.39
1035, rue des Parlementaires Québec (Québec) G1A 1A4

Cher collègue,

Le 6 octobre dernier, le député de Mercier, monsieur Amir Khadir, déposait une pétition adressée à l'Assemblée nationale demandant au ministère de la Santé et des Services sociaux d'introduire dans les cours prénataux des connaissances de base concernant les besoins psychologiques de l'enfant.

Le Portail d'information périnatale est l'outil privilégié pour les professionnels qui préparent les rencontres prénatales. Il contient de l'information validée, consensuelle et mise à jour régulièrement. Le thème de l'attachement et son importance pour le bon développement psychologique de l'enfant sont abordés dans la fiche intitulée "Adaptation à la parentalité".

Il est prévu que cette fiche sera révisée au cours de l'année 2017 afin de refléter l'état d'avancement des connaissances. Une attention particulière sera portée aux besoins psychologiques de l'enfant et aux moyens pour mieux outiller les parents en période périnatale.

Veuillez agréer, cher collègue, l'expression de mes sentiments les meilleurs.

Le ministre



Gaétan Barrette

N/Réf. : 16-MS-05608
Québec
1075, chemin Sainte-Foy, 1^{er} étage
Québec (Québec) G1S 2M1 Téléphone:
418 266-7171
Télécopieur: 418 266-7197 •
www.msss.gouv.qc.ca

Montréal
2021, avenue Union, bureau 10.051
Montréal (Québec) H3A 2S9
Téléphone: 514 873-3700
Télécopieur: 514 873-7488

Mal d'être, suicide et violence

Chacun est généralement fort occupé, tiraillé entre maints projets, interpellé de toutes parts et de plus en plus sollicité par la multiplication des réseaux sociaux. Confrontés à ces réalités, aux priorités et urgences qui en découlent, de futurs parents voudraient-ils échapper un tant soit peu à une telle dictature afin de participer à des séances d'information et de sensibilisation au cours desquelles les besoins psychologiques des enfants seraient abordés, réfléchis et approfondis. Les besoins de formation ne sont pas les mêmes pour tous. La majorité des futurs parents sont des bénis des dieux et leurs enfants le seront aussi. Pendant près de vingt ans, ils ont reçu de leurs propres parents le meilleur exemple et les connaissances pour leur permettre de devenir à leur tour de "bons" parents.

Le projet international de prévention à long terme du mal d'être et du suicide a trois objectifs interdépendants. D'abord la diminution, avant qu'elles ne surviennent, des nombreuses blessures physiques, psychologiques et émotionnelles infligées à des enfants ou à des adolescents innocents par des parents immatures, négligents ou mal informés des conséquences dommageables, à court, moyen ou à long terme, de leurs actes, propos et comportements. Puis l'amélioration de la qualité de vie des parents par le perfectionnement de leurs compétences parentales. Enfin des enfants, des adolescents et des adultes de tout âge plus heureux qui influenceront plus positivement le bien-être de leurs proches et de la société.

Le concept de mal d'être retenu dans ce projet réfère au malaise ou à l'inconfort psychique, diffus ou intense, ressenti par un enfant, un adolescent ou un adulte qui peut en ignorer l'origine. Dès leur jeune âge, ils deviennent des "perdants perdants". D'un côté, ils sont sujets d'abus et de maltraitance dont ils connaissent peu les raisons. D'une part, ils encaissent difficilement ou gèrent mal les travers de la société et, d'autre part, ils identifient et profitent moins de ce qu'elle peut leur apporter de bon. S'enlever la vie est une décision personnelle, mais ceux et celles qui la prennent demeurent des membres de plein droit de la société jusqu'à l'ultime moment où ils s'en retirent. Le suicide est l'affaire d'une société, de chacun et de tous.

Le chiffre est un être fragile qui soumis à la torture peut dire n'importe quoi. (Alfred Sauvy, démographe.) Ce n'est pas parce que les chiffres sont grands qu'ils mentent. On peut estimer que deux millions d'enfants naîtront au Québec au cours des deux prochaines décennies. Combien en naîtront-ils durant ces décennies dans chaque pays et dans le monde? Sans un changement important de culture sociétale des statistiques, par exemple celles provenant de la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse du Gouvernement du Québec, nous laisserons longtemps voir qu'entre douze et quinze pour cent d'entre eux, soit entre 240 et 300 milles, seront des victimes innocentes handicapées temporairement ou durant une très longue partie de leur vie.

L'Organisation mondiale de la santé -OMS- rapporte que plus de 2 millions d'enfants sont maltraités annuellement au Royaume-Uni. Dans les pays dits développés, 15 % des filles de moins de 18 ans ont été abusées sexuellement. Chaque année dans le monde 155 000 enfants de moins de 15 ans meurent de maltraitance. Deux enfants victimes de maltraitance meurent tous les jours en France. 80 % des auteurs de maltraitance ont eux-mêmes été victimes de maltraitance dans leur enfance. 40 millions d'enfants âgés de 0 à 14 ans souffrent de mauvais traitements. Une étude américaine a révélé le coût annuel de 12,4 milliards US \$ pour des millions de cas de mauvais

traitements. Il est impensable de s'imaginer et de croire que seuls les gouvernements, les institutions, les fondations et d'autres organismes publics et privés réussiront à améliorer seuls le sort des enfants maltraités et leurs perspectives d'avenir sans l'engagement d'une multitude de parents conscients de leurs responsabilités et de leurs pouvoirs d'action dans chaque région et dans chaque pays.

Planetoscope estime qu'il y aura 139 millions de naissances dans le monde en 2014. En multipliant par vingt ans on obtient le nombre de 2,780 milliards de naissances pour cette période. Si l'on accordait le même ratio d'enfants maltraités que semble connaître le Québec, le monde se retrouverait avec un nombre d'enfants de l'ordre de 333 à 417 millions. L'OMS estime encore qu'il y a 800 000 personnes qui se suicident dans le monde chaque année, soit une toutes les quarante secondes. L'OMS, qui a comme stratégie de réduire de 10 % le taux de suicide dans l'ensemble des pays d'ici 2020, ne pourrait cependant pas rapporter le nombre de ceux et celles qui cultivent des idées suicidaires. De plus, différentes sources rapportent que les tentatives de suicide pourraient être, selon les pays et les régions, en nombre de dix à vingt fois supérieur à celui des suicides rapportés. En 2008 au Québec la Direction générale de la santé publique du ministère de la Santé et des Services sociaux annonçait que 2,3 % de la population québécoise avait songé sérieusement au suicide au cours de la dernière année, soit 144 000.

Les enfants du mal d'être peuvent ignorer quelles sont les personnes responsables de leurs blessures et pourquoi ils ont à les subir. Il n'est pas rare qu'ils se refusent à les identifier pour différentes raisons, dont l'amour qu'ils conservent et témoignent à leurs parents malgré tous les torts qu'ils subissent, parce qu'ils s'en pensent responsables ou encore parce c'est dans leur culture. C'est aussi souvent un sujet dont ils ne voudront pas parler pour les motifs précédemment évoqués ou ils ne se permettront pas de faire ouvertement état de leur enfance malheureuse. Les conséquences de tels enfermements sont à ces points dommageables qu'ils peuvent

les entrainer à poser des gestes tragiques. Le mal d'être peut rejaillir inopinément au cours de la vie de l'adulte et perdurer avec des intensités variables de période en période, même durant toute une vie.

Il est vain de tenir responsables des parents de générations antérieures. Mais bien peu doutent que des parents ne reproduisent pas, très souvent inconsciemment, des comportements qui les ont fait souffrir, qui leur ont nui dans leur cheminement et qui peuvent encore les handicaper. Aucun groupe humain ne peut totalement échapper à cette réalité pas plus qu'aux mœurs et coutumes. Tout le mal d'être n'est donc pas qu'une stricte affaire de parents. Les parents vivent dans une société dont ils subissent aussi les influences positives et négatives. Les parents peuvent changer leurs attitudes et modifier leurs comportements au bénéfice de leurs enfants uniquement s'ils savent pourquoi et si les intervenants y croient. C'est à d'autres qu'eux, sans les exclure, qu'il revient de contribuer à l'amélioration des conditions de vie des communautés et des sociétés.

Les blessures causées à des enfants et à des adolescents, qu'elles soient uniques ou ponctuelles, involontaires ou non, persistantes ou uniquement rejaillissantes lors d'évènements inattendus de la vie qui les ramènent à la surface, sont d'ordre physique, psychologique ou émotionnel. Les cinq problématiques les plus documentées qui affectent les enfants et les adolescents qui risquent d'hypothéquer leur avenir sont les molestations physiques, les agressions sexuelles, la négligence, l'abandon et les mauvais traitements psychologiques.

Ces blessures peuvent mener à différents types de dépression; aux idées et aux comportements suicidaires; aux tentatives de suicide et au suicide. Parallèlement, elles peuvent entrainer de nombreux problèmes d'adaptation pour l'individu souffrant; en voici quelques-uns:

alcoolisme - toxicomanie - décrochage scolaire - démêlés avec la justice - jeu compulsif - recherche vaine d'une

identité propre ou à sa reconquête - endoctrinement - maladies psychosomatiques - automutilation - intoxications médicamenteuses - recours fréquents aux services de la santé et sociaux -refoulement de la colère - développement de sentiments de honte et de culpabilité - minage de l'estime de soi et de la confiance en soi - repli communautaire - violence ou à la soumission - l'itinérance - l'exclusion - diverses formes de déviance - recours à des anesthésiants commerciaux ou autres, etc.

Chacun ou plusieurs de ces maux peuvent à leur tour ajouter un poids au mal d'être existant et l'amplifier. Si cette roue infernale n'est pas éliminée, elle tournera sans fin.

Dire que les connaissances des besoins psychologiques des enfants sont innées ou héritées chez la plupart des futures mères et futurs pères, c'est affirmer du même coup qu'elles le sont à de moindres degrés chez d'autres parents en devenir. Depuis la fin du dernier demi-siècle des institutions et des organismes publics et privés se sont multipliés et diversifiés afin de venir en aide à des enfants, des adolescents et des adultes de tout âge afin de prévenir leur suicide. Aux institutions et organismes s'ajoute un grand nombre de personnes spécialisées en relation d'aide. Heureusement un très grand nombre parmi eux démontrent des capacités de résilience extraordinaires leur permettant de surmonter leurs épreuves alors que d'autres bénéficient du support de personnes et significatives à leurs yeux.

En France, le Service de psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent du Centre hospitalier universitaire d'Amiens rapporte qu'il est de plus en plus admis, dans la littérature anglo-saxonne, qu'il existe un continuum qui va des comportements auto agressifs, aux idées suicidaires, menaces de suicide, comportements suicidaires et tentatives de suicide avec des degrés de gravité différents jusqu'à l'acte ultime qu'est le suicide. Une hypothèse voudrait que l'on puisse réfléchir à l'existence de quelques étapes précédant à des comportements auto-agressifs.

Afin d'éviter de se blesser grièvement ou de blesser des personnes totalement innocentes, susceptibles de demeurer handicapées de façon permanente ainsi que pour prévenir des accidents entraînant la mort, il existe de nombreuses et onéreuses campagnes de sensibilisation. Parmi celles-là se trouve, par exemple, celle promouvant le port de la ceinture et cette autre qui vise à prévenir les accidents sur les lieux de travail. Ce mode de sensibilisation est privilégié lorsqu'il y a lieu de rejoindre un très grand nombre d'individus sans tenir compte des caractéristiques de chacun. Pour des considérations identiques de protection, des formations obligatoires sont offertes à des clientèles ciblées pour des cours de conduite automobile étalés sur quelques mois, le pilotage d'embarcation de plaisance ou le maniement d'armes. Il serait peinant que ceux et celles qui ont accumulé des informations au sujet des besoins psychologiques des enfants et des adolescents ne réussissent pas à les retransmettre à de futurs parents par le biais de cours particulièrement bien structurés et soutenus par une pédagogie appropriée.

C'est seulement au cours de la deuxième moitié du XIX^e siècle, donc très récemment dans l'histoire de l'humanité, que des psychiatres, des psychanalystes et des psychologues ont commencé à fournir des éclairages sur les conséquences immédiates et les répercussions à long terme du bien ou du mal engendré chez les enfants dès leur plus jeune âge, voir au cours de leur vie intra-utérine.

Au fil des décennies subséquentes, de recherche en recherche et d'un scientifique à un autre, les besoins psychologiques fondamentaux des enfants ont été de mieux en mieux identifiés, compris et exprimés. Par exemple, depuis une trentaine d'années, l'attachement parental a pris une très grande importance parmi ces besoins. Il est venu se greffer aux connaissances de l'estime de soi, de la confiance en soi, de l'autonomie, de l'indépendance, des aptitudes aux interdépendances, etc. Ces mêmes connaissances, inlassablement à approfondir, sont innées ou héritées chez une grande majorité des parents.

Des milliers de colloques, congrès, symposiums, forums, ateliers et d'autres formes encore de rencontres traitant de la prévention du suicide sont planifiés et tenus annuellement dans plusieurs pays où il n'est plus tabou d'en parler publiquement. Ces événements réunissent des centaines de milliers, peut-être plus d'un million, de spécialistes nationaux autant qu'internationaux, des administrateurs de programmes, des intervenants de première ligne et d'autres personnes en quête d'informations pour eux-mêmes ou pour des êtres très proches. Au cours des échanges qui se tiennent au Nord comme au Sud il est fait bien peu de cas de la prévention du mal qui peut s'introduire lors de l'enfance et de l'adolescence et conduire parfois à des tentatives de suicide et à des suicides.

La documentation est abondante au sujet de la prévention de l'acte du suicide. Elle l'est apparemment beaucoup moins au sujet des idées suicidaires et des tentatives de suicide. Elle est anémique en ce qui concerne le mal d'être qui peut les précéder et quasi inexistante à propos des pères et des mères qui ont les plus grandes et les plus déterminantes influences sur la vie des enfants et des adolescents et leur avenir.

Les étagères des librairies et les rayons des bibliothèques publiques et personnelles craquent sous le poids des livres de psychologie, très peu présents toutefois dans plusieurs pays affligés de forts taux d'analphabétisme.. "Environ 1,2 million de Québécois ont une maîtrise si faible de la lecture, ce qu'on appelle maintenant la littératie, qu'ils ne peuvent pas fonctionner normalement. Un autre 2,2 millions n'a pas le niveau de littératie suffisant pour pleinement se développer". (Alain Dubuc, La Presse, 11 novembre 2013)

Parallèlement aux rencontres de sensibilisation et de formation offertes par les institutions et les organismes publics et privés, chaque année plusieurs conférenciers renommés sillonnent le Québec. dans le but de présenter à des auditeurs de nouvelles avenues de réflexion, de nouvelles pratiques ou méthodes, des guides, des recettes et des outils d'épanouissement personnel. Le médium est le

message. Comment mesurer l'efficacité des cours aux adultes comparativement à d'autres moyens d'information? Aurait-on tort de ne pas imaginer les futurs parents comme des leviers et des fers de lance dans toute société où la famille, peu importe la forme sous laquelle elle se présente, demeure l'un des piliers?

Les coûts des campagnes publiques de sensibilisation, d'information et de mobilisation sont assumés par les gouvernements. D'autres campagnes plus modestes et moins onéreuses que les précédentes, sont prises en charge par organismes privés. Différents cours de formation sont rendus possibles grâce au financement offert par des programmes de différentes origines alors que d'autres n'existent que grâce aux deniers des individus.

Les cours éventuellement offerts à de futurs parents devraient être assumés par eux, sauf pour des personnes vulnérables et dans le besoin à l'instar de ce qui se fait dans quelques pays. On pense ici particulièrement à certaines rencontres d'informations consacrées à des adolescentes enceintes et démunies au cours desquelles, malheureusement, la fréquentation des pères est très limitée sinon inexistante. Au cours de ces rencontres, on y parle de plus en plus de l'attachement mère-enfant? Oui. De l'attachement père-enfant? Rarement. En regard des cours il ne s'agit pas de penser uniquement en dépenses, mais bien en investissements avec de très hauts rendements attendus pour les parents, les enfants, les adolescents et la société. Les coûts d'une série de cours seront-ils plus élevés, par exemple, que ceux qu'assume une famille pour une fin de semaine de ski? Il n'y a pas lieu de le croire.

De nombreuses informations qui ont trait au bien être des enfants, des adolescents et des adultes de tous âges sont transmises lors d'émissions radiophoniques. Les sujets sont souvent traités en quinze minutes à des heures qui ne conviennent pas à tous. Les séries télévisées sont aussi des moyens de vulgarisation et de réflexion au cours desquelles les auditeurs sollicités par la publicité toutes les quinze minutes

sont isolés passablement laissés à eux-mêmes. Les contenus à la radio et à la télévision sont décidés par ceux qui les développent et les diffusent publiquement. Ils ne correspondent pas nécessairement aux contenus et aux besoins recherchés par la personne auditrice ou téléspectatrice.

Les cours qui peuvent être offerts à de futurs parents sont d'une tout autre nature et remplissent d'autres fins qu'unique-ment celle d'informer ou de divertir. Certains pourront être offerts durant la grossesse, jumelés ou non à des cours prénataux, ou en d'autres temps et lieux. En réfléchissant en petits groupes sur des sujets tels l'attachement, l'estime de soi, la confiance en soi, l'autonomie, l'indépendance les participants se sentiront nécessairement invités à réfléchir sur leur histoire de vie et donc sur la nature des relations qu'ils ont eux-mêmes entretenues avec leurs propres parents. Ici, ce sont les futurs parents qui détiennent les contenus qu'ils pourront compléter, si cela s'avère nécessaire, avec le concours des membres de famille. Il est en effet tout à fait souhaitable que de jeunes adultes prennent le temps de régler autant que faire se peut tous différends ou incompréhensions entre eux et leurs parents, sinon ils pourront les trainer et en être gênés une partie de leur vie ou toute leur vie. Cet exercice de rétrospection est aussi important, car la tendance est forte pour les nouveaux parents de reproduire le modèle hérité de leurs parents.

Les psychiatres, les psychanalystes, les psychologues, les universitaires et d'autres personnes formées en relation d'aide et agissant au sein d'organismes publics et privés ou même individuellement ont acquis beaucoup de connaissances sur le phénomène des suicides et sur les moyens pour les prévenir. Toutes ces personnes ont ainsi développé de grandes compétences. Voilà donc, pense-t-on, les responsables de la prévention du suicide. Oui. Sans le moindre doute. Mais toutes ces personnes doivent-elles demeurer les seules habilitées à devoir et à pouvoir se préoccuper d'une telle problématique? Il y a peu de temps, le gouvernement du Québec et celui du Canada ont publié des documents de politiques substantielles

dans le but de contrer le suicide. Au cours d'environ 350 pages, des mots aussi simples que ceux de "pères", de "mères" et de "parents" ne sont apparus au total que 17 fois alors que ces personnes sont incontestablement les premiers responsables du bien être ou mal d'être de chacun de leurs enfants, et en plus d'être des collaborateurs indispensables et incontournables.

Le 11 décembre 2014

Mémoire au ministre de la Santé et des Services sociaux et Responsable des Aînés

OBJET: *Prévention à long terme du mal d'être et du suicide*

1 Exposé de la situation présente et future

Au Québec seulement, bien plus d'un million d'enfants naîtront au cours des deux prochaines décennies. Parmi ceux-ci, entre dix et quinze pour cent, selon diverses sources, connaîtra une enfance malheureuse qui engendra des conséquences négatives durant une partie importante de leur vie ou de leur vie entière. Nous savons pourquoi. Ils auront des parents bien qu'aimant très sincèrement leurs enfants, parfois immatures, seront mal ou insuffisamment informés des besoins psychologiques fondamentaux de leurs enfants, des manières de les satisfaire et de qui doit leur être évité.

Au cours de ces prochains vingt ans, des enfants et des adolescents seront des victimes innocentes de mauvais traitements physiques et psychologiques, de négligences, d'abus de pouvoir ou à l'insu, d'incestes commis par des parents ou à l'intérieur des fratries, etc. L'attachement parental sera limité, l'estime de soi bafouée, leur confiance minée, leur capacité d'autonomie sabotée, leur capacité d'interdépendance réduite, etc.

Ces différentes atteintes au droit et au bien-être de l'enfant seront souvent responsables d'un mal d'être persistant

susceptible de créer les conditions qui verront apparaître chez les enfants, les adolescents et les adultes, d'une période de vie à une autre avec des intensités variables, des idées noires, des pensées suicidaires et des suicides, etc. Les conséquences pour les personnes ainsi affligées sont nombreuses et elles atteignent fréquemment en permanence les proches, les milieux de vie et la société.

Plus chanceux que bien d'autres, plusieurs enfants se rétabliront partiellement ou quasi entièrement de ce qu'ils ont subi au cours de leur enfance et de leur adolescence grâce à leur capacité de résilience, des parents substituts, d'autres adultes ou à la suite de soins offerts par des psychiatres, des psychanalystes, des psychologues et d'autres personnes spécialisées en relation d'aide.

Les abus et les négligences subis par des êtres sans défense occasionnent une ou plusieurs des grandes blessures émotionnelles souvent ancrées dans la mémoire inconsciente de l'enfant, de l'adolescent et de l'adulte qui les revivront en des moments inattendus au cours de leur vie. Il s'agit de la domination, de l'humiliation, de l'impuissance, de l'injustice, du rejet, de l'abandon et de la trahison.

Le mal d'être qui a retenu l'attention offre autant de visages qu'il y a d'individus. Il prend essentiellement sa source dans la prime enfance, voir dans la vie intra-utérine et il perdure durant l'enfance, l'adolescence et la vie adulte et ne disparaît parfois qu'au dernier moment de la vie. Ce mal d'être qui surgit dans l'enfance et l'adolescence n'est donc pas ici celui qui survient à la suite d'un événement ponctuel tels un deuil, un échec amoureux, une séparation, un accident, une maladie, une perte d'emploi, un manque de revenu, etc.

Ce mal d'être d'origine, s'il n'est pas circonscrit et endigué tôt, en plus de confectionner les maillons de la chaîne qui peut mener jusqu'au suicide, peut créer des conditions propices au développement de maladies mentales, d'abus d'alcool, de consommation de drogues et de médicaments, au recours à une multitude d'anesthésiants offerts dans plusieurs domaines sous plusieurs formes Il n'est pas non plus à l'abri

d'états dépressifs persistants et de dépressions répétitives. Lorsque des souvenirs logés dans la mémoire négative de l'enfant refont surface, l'incompréhension, la désespérance et l'impuissance reviennent rapidement.

De nombreuses interventions afin diminuer le nombre de suicides ont vu pris place au Québec depuis vingt ans autant dans le domaine de la santé publique et privée que dans les milieux de l'éducation et des entreprises. Les recommandations présentées dans ce document offrent une vision élargie de la situation en s'attardant davantage au mal d'être qu'à la seule réalité du suicide émergeant comme la pointe d'un iceberg.

Les organismes communautaires, les institutions et les professionnels oeuvrant en sa santé mentale ont développé et développent toujours de nombreux moyens pour lutter contre le suicide. Les présentes propositions font pour leur part un urgent et pressant appel aux futurs parents puisqu'il est assurément possible qu'ils soient mieux sensibilisés et informés des besoins psychologiques de leurs enfants avant même de leur naissance de ces derniers. Après la naissance tout roule pour assurer leur développement. Les pots involontairement et malencontreusement cassés au cours de l'enfance et de l'adolescence ne se réparent pas facilement. Lorsque c'est toujours possible, c'est souvent à grand prix pour les institutions et les organismes. Des économies seront possibles à court, à moyen et à long terme si nous accordons beaucoup d'attention à la formation des parents.

2. Attendus

ATTENDU QU'il vaut mieux prévenir que guérir;

ATTENDU QUE la famille est une valeur fondamentale de toute société;

ATTENDU QUE les enfants ont des droits et les parents des devoirs;

ATTEDU QUE les intervenants de première ligne en matière de prévention du mal d'être et du suicide demeurent toujours les parents;

ATTENDU QUE naîtront au Québec environ deux millions d'enfants au cours des vingt prochaines années;

ATTENDU QU'entre dix et quinze pour cent d'entre eux, soit entre deux cent mille et trois cents milles, expérimenteront bien malgré eux une enfance et une adolescence difficiles susceptibles de handicaper une partie importante de leur existence ou leur vie entière, parce que leurs parents qui les aiment, involontairement, n'auront pas suffisamment acquis de connaissances et de compétences, généralement innées ou héritées chez la plupart des parents, au sujet des différents types d'attachement, le développement de l'estime de soi, la confiance en soi, l'autonomie, l'interdépendance, etc.

ATTENDU QUE plusieurs parents ne réfléchissent normalement pas aux conséquences que leurs comportements entraîneront chez leurs enfants au cours de leurs décennies subséquentes;

ATTENDU QUE les parents sont habituellement davantage préoccupés par les besoins physiques à combler dans l'immédiat que par leurs besoins psychologiques de leurs enfants;

ATTENDU QUE chaque parent transporte, consciemment ou inconsciemment, une histoire individuelle et familiale favorable ou défavorable, ou les deux, à son enfant dont il n'a pas toujours conscience;

ATTENDU QUE de nombreuses blessures infligées lors de l'enfance et de l'adolescence ne sont pas diagnostiquées, voire déclarées, au meilleur moment qui faciliterait l'identification d'une offre de soins et un suivi adéquat;

ATTENDU QUE le mal d'être chez des enfants, des victimes innocentes, qui s'installe pour des années dans leur mémoire inconsciente, peut être le terreau d'une vie malheureuse à différentes étapes avec des intensités variables, voire les mener à des tentatives de suicide et au suicide;

ATTENDU QU'une partie seulement des jeunes personnes qui auront subi des préjudices sévères profiteront d'une force de résilience réparatrice, de professionnels de la santé mentale, de parents substituts ou d'autres personnes ou milieux compensatoires enrichissants;

ATTENDU QUE les futurs parents ont un droit indéniable aux informations indispensables qui les habilitent à assurer le meilleur développement possible de leurs futurs enfants;

ATTENDU QUE des auxiliaires du domaine public et privé qui accompagnent des personnes âgées dans leur fin de vie attestent que pour plusieurs de celles-ci le mal d'être ne les aura jamais quitté;

ATTENDU QUE, bien que les recherches se poursuivront, les psychiatres, les psychanalystes, les psychologues et les institutions d'enseignement supérieur ont déjà beaucoup d'informations d'accumulées, rapidement et facilement accessibles, qui faciliteront l'élaboration des contenus des cours appropriés;

ATTENDU QU'il n'existe aucun programme de formation à la parentalité offert avant la naissance qui prend en considération les besoins psychologiques de l'enfant;

ATTENDU QUE les cours où participeraient pleinement les futurs parents offriraient, mieux que par d'autres moyens, la meilleure sensibilisation, la meilleure formation et des outils de conscientisation;

ATTENDU QUE les contenus permettront une meilleure communication entre les personnes affligées et les tiers privés et institutionnels;

ATTENDU QUE les contenus des cours circuleront dans de nombreux foyers et qu'ils seront des sujets multiplicateurs de discussions et d'approfondissement;

ATTENDU QU'une mobilisation québécoise et des campagnes d'information et de sensibilisation peuvent être déployées

comme le furent, par exemple, les campagnes du port de la ceinture au Québec;

ATTENDU QUE des organismes communautaires et des institutions publiques et privées sont aptes à offrir les cours et que leurs infrastructures sont suffisantes;

ATTENDU QUE les prochaines générations bénéficieront des retombées positives des formations offertes au bénéfice des futurs parents et de leurs enfants;

ATTENDU QUE les parents des Premières Nations qui ont vu douloureusement partir tour à tour leurs enfants durant des décennies vers les pensionnats, dont plus de dix mille au Québec, se seraient révoltés s'ils avaient été informés des tourments qu'allaient subir leurs enfants avec les conséquences familiales et communautaires s'étendant sur plusieurs générations;

ATTENDU QUE les mesures proposées seront complémentaires aux pratiques actuelles de prévention de la santé mentale, des maladies mentales et du suicide;

ATTENDU QUE les contenus des cours proposés permettront à de nombreux adultes et aînés d'avoir de meilleures conditions de santé mentale;

ATTENDU QUE les programmes de formation n'auront pas un caractère obligatoire, aucune réelle opposition n'est à prévoir de la part ni des différentes églises, ni des communautés culturelles et ni des personnes quelque soit leur tranche d'âge;

ATTENDU QU'une soixantaine de dirigeants d'organismes, d'institutions, fondations et de personnes oeuvrant en santé mentale au Québec et ailleurs au Canada, informés à cinq reprises depuis 2011 par des documents d'amorce de discussions qui leur ont été communiqués n'ont jusqu'à présent manifesté d'objections à l'approche proposée et n'ont jamais contesté la pertinence des recommandations présentées dans ce mémoire;

ATTENDU QU'une centaine de personnes citoyennes, au Québec et à Cuba, ont clairement manifesté que la vision

dégagée leur est apparue fondée sur le sens commun et leur expérience de vie, et que les recommandations présentées contribueraient à réduire le mal d'être qui s'implante et s'enracine au cours de l'enfance et l'adolescence conduisant en maintes reprises à des tentatives de suicide et au suicide;

ATTENDU QUE les coûts de préparation et de dispensation des cours prénataux sont déjà inscrits au budget du ministère de la Santé et des Services sociaux et que l'ajout de renseignements sensibles portant sur les besoins psychologiques de l'enfant ne représente aucune dépense supplémentaire excessive;

ATTENDU QUE les programmes de formation permettront une réduction importante des dépenses reliées à la santé mentale pour le ministère, les individus, les employeurs, les familles et leurs milieux de vie;

ATTENDU QUE la réduction des coûts dans le domaine de la santé et des services sociaux réduira la demande de services qui permettra de rejoindre plus de personnes en attente de soins;

ATTENDU QUE les cours de formation autres que les cours prénataux seraient largement à la charge des futurs parents participants;

ATTENDU QUE, s'il y avait lieu de procéder progressivement, des projets-pilotes peuvent raisonnablement être mis en place dans une période de deux ans ou plus tôt, et que s'ils s'avèrent positifs un plein développement des programmes de formation des parents, avant la naissance des enfants, peut être envisagé par la suite;

ATTENDU QUE le programme de cours et leurs contenus s'apparentent à un projet majeur inédit de société;

International

ATTENDU QUE le Québec peut servir d'exemple sur la scène internationale puisque les cours ne semblent pas offerts dans aucun pays;

3. Recommandations

Il est recommandé le déploiement d'un programme de cours d'information, de sensibilisation et de responsabilisation à l'attention des futurs parents dans toutes les régions du Québec incluant les territoires des Premières Nations qui porteront essentiellement sur les besoins psychologiques des enfants, de ce qu'ils doivent privilégier et de ce qu'ils doivent éviter;

Il est recommandé d'introduire dans les cours prénataux les connaissances de base essentielles à la satisfaction des besoins psychologiques de l'enfant.

4 juin 2013

Prévention à long terme du mal d'être et du suicide: voir autrement

Analogie

L'Institut national de santé publique du Québec a révélé que le taux ajusté de mortalité, par suicide par 100 000 habitants a diminué de 17,0 à 16,7 entre 1991 et 2005. Durant cette période des institutions, des organismes et des fondations ayant pour but la prévention du suicide ont foisonné. Quel serait le taux sans ces ressources qui ont été mobilisées? De très nombreux intervenants participent quotidiennement à la prévention du suicide. Est-ce qu'il y aurait d'autres partenaires, approches et programmes en complémentarité avec ceux qui existent susceptibles de faire une plus grande différence et qui n'ont pas encore retenu l'attention? Des observateurs et des analystes recommandent d'évaluer les programmes existants et de ne pas craindre d'identifier de nouvelles idées. C'est ce que récemment les professeurs Diego de Leo* et Brian Mishara**, entre autres chercheurs, on fait valoir.

Le psychiatre Hubert Wallot*** considère pour sa part que les centres de prévention du suicide, bien qu'ils aient leur utilité, n'étaient pas la solution au fait que le Québec détient le plus

* Directeur de l'Institut australien de la recherche et de la prévention du suicide

** Directeur du Centre de recherche et d'intervention sur le suicide et l'euthanasie

*** Professeur à la Tél-université de l'Université du Québec à Montréal

haut taux de suicide au Canada tout particulièrement chez les hommes. La multiplication des communications sur les réseaux sociaux et l'institution d'une forme de sentinelles virtuelles sur Facebook aux États-Unis permet maintenant à de nombreuses personnes en détresse de composer un message plutôt que de demander de l'assistance dans un centre d'appel.

Au début des années 1960, moins de 200 personnes s'enlevaient la vie au Québec chaque année. Maintenant c'est plus de 1 000. Le Dr Wallot reprend des propos maintes fois entendus : les trois piliers habituels d'une société sont la famille, l'intégration sociale et la religion. Au Québec, contrairement à de nombreux pays et peuples, la religion a un passé certain et l'intégration sociale un avenir incertain. Le pilier fragilisé par des assauts répétés de l'individualisme et du consumérisme est encore la famille. Et qui dit famille dit des parents et de futurs parents, de nombreux nouveaux partenaires potentiels pour la prévention du mal d'être, des idées noires, des tentatives de suicide et des suicides sont connus, mais plusieurs sont insuffisamment informés des conséquences à court, moyen et long terme de leurs actions envers les enfants.

On peut imaginer que les parents des Premières nations qui ont vu partir leurs enfants vers les pensionnats se seraient révoltés s'ils avaient été informés des tourments qu'allaient subir leurs enfants avec des conséquences s'étendant sur des générations. Une partie du mal a été identifié. Il ressemble dans son essence à celui de nombreuses Québécoises et Québécois. Dans un cas comme dans l'autre, les proches et les sociétés subissent des torts considérables et parfois irréparables.

Paulo Freire, grand éducateur brésilien, qui a mis en piste le mot conscientisation dirait qu'on ne conscientise personne. Seuls les individus peuvent se conscientiser et agir. Cependant, les informations qui peuvent être rendues disponibles sous différentes formes sont des outils de la conscientisation qui s'ajoutent à l'expérience personnelle. Ceux et celles qui détiennent des informations pertinentes au sujet des besoins psychologiques de l'enfant ont une grande responsabilité pour trouver la meilleure façon de les transmettre. Freire dirait encore que la conscientisation s'applique d'abord à ces personnes.

Afin de partager des éléments de base essentiels portant sur les besoins psychologiques des enfants, des cours sous

différentes formes seraient offerts avant la naissance même de l'enfant. Après celle-ci, il peut être trop tard. Les cours viseraient deux objectifs. D'une part, améliorer les conditions de vie de l'enfant pour toute sa vie et possiblement enrichir celles des générations subséquentes. D'autre part, en échangeant avec leurs pairs et des personnes-ressources, appelés à réfléchir sur les notions de base telles l'attachement parental, l'estime de soi, la confiance en soi... Les futurs parents revisiteront nécessairement la première partie de leur vie. Ils pourront mieux la comprendre pendant qu'ils sont encore parmi les leurs plutôt que d'attendre à soixante ans toujours avec leur mal d'être, alors qu'il y a des parents ou amis disparus qui ne pourront plus rien expliquer. Sans exclure personne, les cours pourraient être offerts aux parents de ce quart de millions d'enfants susceptibles de vivre une enfance et une adolescence difficiles qui naîtront au cours des vingt-cinq prochaines années.

Si les parents autochtones et les membres de leur famille avaient été informés des traitements qu'allaient subir physiquement, psychologiquement, sexuellement et culturellement leurs enfants dans les pensionnats, il n'y aucun doute qu'ils se seraient révoltés. Leurs proches voisins non autochtones en auraient fait autant. Jamais personne n'avait anticipé que les sévices auraient souvent des répercussions durant plusieurs décennies. Mais contrairement à nos jours, peu était formellement connu au sujet des besoins psychologiques des enfants. Aujourd'hui, les connaissances évoluent. Nous n'en sommes plus au point zéro.

Grâce aux connaissances acquises par les psychanalystes, les psychiatres, les psychologues et autres personnes spécialisées en relation d'aide, beaucoup d'information de base sont disponibles au sujet de ce qui doit être fait et de ce qui doit être évité pour répondre aux besoins psychologiques de l'enfant afin de les accompagner dans leur développement et ainsi favoriser leur épanouissement et leur indépendance. Ce qui est inné, hérité ou acquis en ce domaine par une majorité de parents ne l'est pas pour une minorité.

À suivre.

3 mars 2013

Essai

Cet essai est porteur de deux objectifs. Le premier vise à susciter la réflexion et la discussion au sujet de l'opportunité de cours prénataux enrichis de plus d'informations sur les besoins psychologiques de l'enfant. Le second porte sur l'intérêt de développer une offre de cours à la parentalité.

Les cliniques médico sociales du Dr Gille Julien récupérèrent et remettent dans de meilleures pistes des centaines d'enfants souffrant de maltraitance, de carences affectives ou les deux. Pour y arriver, elles associent dans leurs pratiques – la praxis – leurs parents et différentes ressources essentielles du domaine de l'éducation, de la santé, de la justice et d'autres encore. Oui, c'est le domaine de l'intervention humanitaire urgente qui permet la reconstruction d'assises solides pour prévenir d'autres graves problèmes qui autrement ont la chance d'affecter négativement toutes les périodes de la vie adulte et parfois jusqu'à la toute dernière. Mais il est aussi une évidence. Tous les parents aimant viscéralement leurs enfants, sauf en de rares occasions, jamais ils ne doivent être blâmés et ostracisés pour avoir été insuffisamment informés de l'ensemble des besoins physiques et psychologiques de leurs enfants, de ce qu'il faut faire et de ce qu'il faut éviter.

L'une des questions qui viennent à l'esprit et à laquelle il y a lieu de répondre collectivement est celle-ci. Doit-on nécessairement attendre que l'enfant soit né, rapidement mal en point pour certains, avant de commencer à transmettre

des informations essentielles à l'exercice des responsabilités parentales en fonction des droits de leurs enfants et qui permettront à ces premiers d'étendre le champ de leurs réflexions? Qui détiennent ces informations et comment sont-elles diffusées et au bénéfice de qui?

Si le futur parent mérite d'être le plus adéquatement informé des besoins futurs de son enfant et des conséquences de leurs insatisfactions à court et à moyen terme, sans oublier l'approfondissement de ses propres besoins, il y a aussi lieu qu'il puisse s'accorder également du temps afin de réfléchir sur celles qui surgissent au cours de leur vie d'adulte. D'une façon générale, les parents héritent beaucoup de leurs modèles parentaux. Lequel à leur tour désireront-ils laisser en héritage à leurs enfants sinon le meilleur? Le temps pris à réfléchir sur l'héritage reçu de la ou des générations précédentes ne peut pas être une perte de temps.

Autrement vu, dans quelle mesure est-il raisonnable de penser limiter le nombre d'enfants — près de deux millions naîtront au cours des deux prochaines décennies — qui entreront, consciemment ou non, dans l'entonnoir de la souffrance, du mal d'être, des tentatives de suicide, du suicide et qui entraîneront leurs proches dans l'incompréhension et l'incertitude ou qui, quelques fois, seront eux-mêmes des victimes occasionnellement tragiques. Est-ce qu'elles sont plus nombreuses à manifester différentes formes de violence contre elles-mêmes et contre les autres les personnes qui ont un parcours de vie heureux dès leur enfance que celles qui dès le départ dans la vie auront connu des débuts difficiles? Aucune femme et aucun homme ne naît avec les germes de la violence pas plus qu'ils en ont été des porteurs lors de leur vie intra-utérine. D'où viennent donc ces germes? Qui les sème, les nourrit et les propage?

Un travail de conscientisation comporte quatre actions principales: l'écoute et le respect de l'autre sans jugement, la transmission d'informations pertinentes, des outils qui invitent à la réflexion et la confiance. Écouter les enfants est une chose: écouter les parents en est une autre. Peuvent être considérés comme deux des leviers, accessibles dans chaque des milieu

de vie, des cours prénataux révisés tenant bien en compte les besoins psychologiques de l'enfant et des cours de préparation à devenir parent. Ils seront plus pertinents et profitables si des psychanalystes, des psychologues, des parents et des grands-parents avertis s'associent pour en développer les contenus. Les dispensateurs de ces cours devront être convaincus de leur à-propos et se sentir à l'aise d'emprunter de nouveaux sentiers. "Il faut tout un village pour élever un enfant".

Il ne s'agit pas de dire aux parents ou futurs parents quoi penser. Mais ce qui devrait leur être utile, ce sont des points d'appui et le soutien qui peuvent leur être fournis dans leur processus permanent de conscientisation. Selon Paulo Freire, un grand éducateur brésilien, le verbe conscientiser ne peut être autre qu'un verbe pronominal réfléchi. On ne conscientise personne. Seul l'être humain se conscientise en réfléchissant sur son parcours de vie, l'origine de ses pensées, de ses comportements, de ses agissements et sur l'impact qu'il peut avoir sur lui-même et sur les autres.

Ainsi que le répétait le Dr Gilles Julien lors d'une récente entrevue des Francs-Tireurs dont il était l'invité, - <http://lesfrancstireurs.telequebec.tv/> - les enfants, victimes ou non de maltraitance, de carences affectives ou de problèmes mentaux ou physiques ont de multiples droits. Or, il rappelait d'un même souffle que leurs parents sont tout autant des victimes. Rares sont les mauvais parents. Ils ont donc le droit d'être informés et appuyés, ce qui ouvre une voie qui permet à ceux qui ainsi en ont le plus besoin de se conscientiser selon leur rythme propre.

Dans les cliniques du Dr Julien, les équipes s'attachent à identifier les causes des souffrances des enfants avant d'établir pour chacun d'entre eux un plan d'action approprié et concerté. Parmi les causes se retrouvent les parents également victimes d'un déficit évident d'informations et ils doivent faire partie de la solution. On peut se demander quels organismes ou institutions en 2012 sont responsables de ces manques dans la transmission des renseignements, quand et est sous quelles formes ils peuvent être communiqués.

Doit-on nécessairement attendre passivement la naissance de l'enfant? De futurs parents mieux équipés ne réduiraient-ils pas le nombre de situations parfois carrément dramatiques qui peuvent avoir une très longue vie ou se terminer abruptement souvent sans avertissement précurseur? Combien de fois entend-on des pères et des mères affirmer avec regret et amertume: "J'ai fait au meilleur des connaissances que j'avais acquises, mais si j'avais su, j'aurais agi autrement". Combien garderont-ils pour eux-mêmes leurs secrets par honte ou culpabilité, deux sentiments parmi les plus difficiles à résorber?

Constater la souffrance des enfants autant que celle des parents commande de s'y dévouer sept jours sur sept. C'est à cela que prioritairement entre autres les centres de détresse se dédient avec insuffisamment de ressources. C'est l'essentiel, c'est prioritaire, c'est l'urgence. Mais ne manifeste-t-on pas un certain état de désintéressement à des causes moins visibles, en aval et plus lointaines, et ne nous privons-nous pas de la sorte d'identifier de moyens d'intervenir plus tôt dans la chaîne. Les deux types d'interventions suggérées ici aux fins de réflexions et de discussions sont parfaitement complémentaires à celles qui ont déjà cours. À moyen et à long terme, elles sont susceptibles de permettre, dans une certaine mesure, une réduction du nombre d'appels d'aide et les nécessités d'interventions souvent brutales. On peut ainsi espérer limiter le nombre de personnes souffrantes qui tous les jours entrent dans le grand entonnoir de la misère, dont parfois celle inconsciente gravée très tôt de la Psychée, si nous nous en donnons collectivement la chance. Ne s'agit-il pas d'une avenue qui peut en devenir une gagnante gagnante pour les individus, les organismes et le tissu social? Cela peut être confirmé ou invalidé à la suite d'expériences-pilotes et des témoignages.

Nous avons déjà des professionnels, des institutions et des organismes qui peuvent se concerter afin de concevoir, de promouvoir, d'expérimenter et d'implanter dans chaque communauté, un programme de cours prénataux enrichis tenant davantage en considération les besoins psychologiques des enfants et des cours de parentalité. Le peu qu'il en coûterait

à court terme serait très largement compensé au cours des années subséquentes.

Dans la foulée immédiate du Sommet socioéconomique de l'Outaouais en 1986, les échanges internationaux voulus équitables s'y sont multipliés dans plusieurs secteurs d'activités, incluant très certainement celles de l'Université du Québec en Outaouais. On peut aussi mentionner à titre d'exemple la fondation de l'école internationale de l'Outaouais par la Commission scolaire d'Aylmer. Ces initiatives ont facilité la concrétisation de nombreux projets. Fort des expériences acquises, il est permis de penser que nous pourrions avoir avantage à regarder ce qui se fait dans d'autres pays et peut-être d'entreprendre des projets en collaboration au sujet de ce qu'ici il nous intéresserait d'être promu.

Le 2 avril 2012

Document d'amorce de discussions

Prevention à long terme du mal d'être et du suicide: *Voir autrement.*

INTRODUCTION

Confronté à des situations pénibles qui se perpétuent et qui semblent toujours connaître, d'une décennie à l'autre, les mêmes issus, il est quelquefois heureux de voir, pour un moment, les choses autrement. Dans sa première partie, le document constitue une invitation à la réflexion à propos du mal d'être et du suicide. Au départ, le mal d'être qui est retenu est défini et plusieurs données soulignent son importance et les conséquences qu'il entraîne chez les individus, les proches et dans la société. La responsabilité des futurs parents est maintes fois soulignée, des organismes sont interpellés ainsi que des contributions de chercheurs afin de permettre la connaissance et le partage de quelques notions essentielles.

Le document ne craint pas de soulever non plus quelques sujets apparemment tabous. Dans sa seconde partie, le document s'intéresse à ce qui, dans un futur proche, pourrait être entrepris afin réduire à long terme le nombre de personnes affectées et il suggère des initiatives susceptibles d'en faire germer d'autres.

PRÉMISSSES

“L’enquête Événements de vie et santé (2005-2006) montre que les liens entre des violences subies et un état de santé dégradé s’établissent dans des contextes biographiques difficiles.

Si les deux tiers de la population âgée de 18 à 75 ans apparaissent “protégés” des atteintes violentes et des événements difficiles de la vie, le dernier tiers cumule violences subies (atteintes psychologiques, physiques ou sexuelles, état de santé mentale dégradée et parcours biographique heurté).

Car c’est en matière de santé mentale, plutôt que physique, que femmes et hommes expriment le retentissement sur leur santé de diverses brutalités endurées, l’état de santé mentale constituant probablement aussi une caisse de résonance aux violences et aux autres difficultés éprouvées”.⁽¹⁾

“Le chiffre est un être fragile qui, soumis à la torture, peut dire n’importe quoi”. Alfred Sauvy, démographe. On peut en dire autant des résultats de nombre d’enquêtes, de sondages et d’études. En 2011, en France, on compte environ 42 000 000 d’êtres humains âgés de 18 à 75 ans dont un tiers, soit 14 000 000 selon cette étude, souffre de ce qu’on appellera ici le mal d’être ou le mal de vivre. Ce n’est pas rien. Au Québec nous sommes 8 000 000. En appliquant au nombre précédent le même ratio, soit celui d’un tiers, on pourrait compter plus de 2 500 000 Québécoises et Québécois qui souffrent aussi du mal d’être pour les mêmes raisons. Ce n’est pas rien non plus. Il est impossible de chiffrer le nombre de personnes malheureuses ou très malheureuses qui souffrent à divers degrés au Québec. Vraiment?! Qui ne peut pas en identifier une ou deux dans le voisinage? Est-ce un problème d’individus prédestinés au malheur? Est-ce un problème de société? Ou les deux?

Le mal d’être conséquent à des maladies mentales ou physiques sévères, ou à des événements fortuits de la vie n’est pas un domaine privilégié dans ce document d’amorce de discussions. L’approche ne concerne pas l’action des professionnels en relation d’aide, pas plus que les organismes

ou institutions préoccupés par la détresse humaine. Aucune critique ne sera formulée à leur égard. L'intention est bien autre. Enfin, le propos et les suggestions se réfèrent aux parents, passés, présents et futurs, mais il n'y aura aucun jugement à leur sujet.

Le mal d'être qui a retenu l'attention, qui a autant de visages que d'individus, est essentiellement celui qui prend sa source dans la prime enfance, voire déjà dans la vie intra-utérine, et qui se poursuit durant l'enfance, l'adolescence et la vie adulte avec une intensité variable, de période en période ou de façon permanente, et qui ne disparaît très souvent qu'au dernier moment de la vie, ce que tout accompagnateur de personnes en fin de vie confirmera. Peu importe l'exactitude des nombres, ce sont plusieurs centaines de milliers de personnes qui vivent dans le maelström du mal d'être, fragilisées, fracturées et vulnérables.

Ce mal d'être résulte de besoins essentiels, physiques et psychologiques inadéquatement comblés chez l'enfant, de l'immaturité des parents et de la difficulté ou de l'impossibilité d'exprimer des sentiments et des émotions, et d'abus et de violences diverses, dont le pernicious abus à l'insu de l'enfant. Les cinq problématiques abondamment documentées sont l'abus physique, l'abus sexuel, la négligence, l'abandon et les mauvais traitements psychologiques. D'après l'UNICEF, dans les pays industrialisés, durant toute leur enfance, voire bébés, cinq à dix pour cent des filles et jusqu'à cinq pour cent des garçons sont victimes de viols, et un nombre jusqu'à trois fois supérieur subit une autre forme d'abus sexuels. Ces négligences et abus, lorsqu'ils débutent dans la prime enfance occasionnent une ou plusieurs des grandes blessures émotionnelles que l'adolescent et l'adulte revivront au cours de leur vie. On parle ici de domination, d'humiliation, d'impuissance, d'injustice, de rejet, d'abandon et de trahison. Il y aura toujours au cours de la vie des événements spontanés ou se prolongeant, souvent les mêmes, qui rouvriront ces blessures sans que l'individu sache pourquoi et sans qu'il puisse comprendre.

Les effets négatifs, parfois dévastateurs, de ces négligences, de ces abus et des sentiments qu'ils entraînent durant la prime

enfance se poursuivent généralement, si les parents n'ont pas su reconnaître leurs propres comportements, et les impacts qu'ils ont eus sur l'enfant, ou qui ne les ont pas modifiés lors de l'enfance et de l'adolescence. Lorsque surviennent dans la prime enfance des événements négatifs pour le développement de l'enfant, des événements qui affectent son estime de lui-même et sa confiance en soi indispensables à son autonomie, les émotions et les sentiments qui ne pouvaient s'exprimer clairement durant cette période de la vie seront piégés dans la mémoire négative inconsciente pendant une très grande partie de la vie ou même durant toute la vie.

Si les individus prenaient conscience de l'origine de leur mal de vivre et en identifiaient les causes et les responsables, ils auraient moins recours à une grande variété de moyens compensatoires facilement accessibles, d'anesthésiants divertissants, de médicaments, d'alcool et de drogues pour en réduire l'intensité avec des succès peu probants, toujours temporaires, tout en sachant que plusieurs de ces moyens compensatoires sont carrément contre-indiqués et nocifs. Ce mal de vivre n'est pas à l'abri d'épisodes dépressifs, de dépressions, et il peut entraîner des morts prématurées. Lorsque des souvenirs logés dans la mémoire négative de l'individu refont surface, l'incompréhension, la désespérance et l'impuissance reviennent rapidement au rendez-vous.

Alice Miller rappelle que le cerveau du jeune enfant n'est pas assez développé pour formuler des émotions et des sentiments qui se logent nécessairement dans la mémoire difficilement accessible de chacun, et c'est cette même mémoire qui cherchera en vain à s'exprimer au cours des étapes subséquentes de la vie. Car les individus, malgré tous les efforts consentis, affirmeront qu'ils ne peuvent pas changer et accepteront leur mal d'être comme une fatalité. Ils recourront à plusieurs méthodes compensatoires qui empêcheront la rencontre avec le vrai moi, mais assureront leur survie et protégeront leur image publique.

Il est rassurant de reconnaître, très tôt, et de le faire savoir au besoin, que l'enfance a été heureuse et que les parents ont été à la hauteur de leurs responsabilités, qu'ils

ont répondu adéquatement aux besoins autant physiques que psychologiques, assuré l'accompagnement de qualité requis par l'enfant pour son développement normal vers l'acquisition de la confiance, de la liberté de l'adulte, de son indépendance et de ses capacités de créer des interdépendances. Si ce développement n'est pas atteint, c'est qu'il y a eu des manquements et des défaillances, et l'individu n'est pas en mesure, compte tenu de la charge négative de la "conscience inconsciente", de les identifier, de les nommer, de les dire et de leur faire face.

Affirmer la défaillance ou l'incompétence parentale, même de parents très aimants, est terriblement douloureux. Beaucoup ne pourront se le représenter ou bien nieront que cela a pu exister. Coupés de la vérité, à moins de bénéficier d'une forte capacité de résilience ou d'avoir été favorisés dans leur jeunesse par des substituts parentaux appropriés, les individus ayant un mal d'être d'origine seront dans l'impossibilité de retrouver leur vrai moi, l'enfant en eux.

Il n'est pas étonnant que les personnes atteintes d'un tel mal d'être disent et redisent qu'il y a des choses qu'elles ne comprennent toujours pas à l'intérieur d'elles-mêmes, même après avoir déployé des efforts considérables sur une très longue période. Elles n'ont jamais retrouvé leur vrai moi parce qu'elles ont recouru à des diversions de toutes sortes, parfois périlleuses et coûteuses, qui les ont éloignées d'elles-mêmes, sans qu'elles s'en rendent compte. Cet échec les dévalorise à leurs yeux, les culpabilise, les rend honteuses et les figent. L'instinct de survie étant très puissant, ces personnes, qui jamais ne manquent de courage face au mal intérieur qui les gruge, en arriveront à se persuader qu'elles ne peuvent pas changer, c'est-à-dire retrouver leur vrai moi, puisqu'elles s'imaginent, consciemment ou non, que tout changement pourrait les conduire dans une situation pire encore que celle qu'elles vivent. "Un tiens vaut mieux que deux tu l'auras".

Le besoin initial d'attachement, si critique dans la prime enfance, est l'une des pierres d'assise de la sécurité d'une personne pour toute sa vie. Si ce besoin n'a pas été vécu et

comblé tel qu'il se doit de l'être, les individus ne peuvent pas s'imaginer que d'autres qu'eux-mêmes soient responsables de la situation dont ils se savent affligés, d'où naît la dépréciation accompagnée encore de la culpabilité et de la honte de ne pas réussir sa vie comme les autres.

Peu importe le nombre exact de personnes qui se retrouvent dans la mer d'un mal d'être dont elles ignorent l'origine, les raisons et les premiers responsables, elles sont extraordinairement nombreuses. Et si l'on dit qu'une personne qui se suicide en affecte sept autres, on peut croire que celles qui souffrent du mal d'être en touchent quatre, sinon davantage, et ce, durant de nombreuses décennies.

En 2010, la population de l'Outaouais âgée de 15 à 69 ans était de 276 627 personnes : celle du Québec pour ce même groupe d'âge de 4 389 439 personnes. Le Centre d'aide 24/7, un organisme à but non lucratif de la région de l'Outaouais a reçu cette année-là 13 753 demandes d'aide formulées par 3 887 personnes dans le besoin ou en détresse. La situation dans les autres régions du Québec ne devrait pas être si différente de celle de l'Outaouais. Et ce n'est pas tout. On estime que les deux tiers des personnes qui sont dans le besoin ne font appel ni aux différentes ressources communautaires, ni à des ressources professionnelles. Elles souffrent dans le silence du vaste pays de l'anonymat. C'est beaucoup de vraies personnes.

Le "pays de l'anonymat" est surpeuplé de personnes blessées, victimes d'inceste, de violence conjugale, de pédophilie, d'intimidation à de multiples degrés et à tout âge, de maltraitance physique et psychologique d'enfants et, avec le vieillissement de la population, de plus en plus de personnes âgées, etc. Où voit-on toutes ces personnes, ailleurs que dans le cœur des proches et des organismes communautaires sous-financés ou auprès des ressources professionnelles en relation d'aide en nombre bien insuffisant? Sont-elles vraiment les seules responsables de leur sort misérable, qui n'a rien de spontané d'ailleurs, sauf pour les vicissitudes de la vie - deuils, séparations, accidents, maladies et autres événements, sans oublier le stress de diverses origines qui perdure souvent une

vie entière? Les parents avaient-ils contribué, dans la période où cela était nécessaire, à résoudre les complexes de castration, d'Édipe et dans certains cas de Caïn, ou le complexe fraternel? Il est difficile de bien évaluer le poids de l'armure plombée que portent quotidiennement, consciemment ou non, les gens affligés du mal d'être d'origine. Comment ne pas les admirer? Comment ne pas tout faire pour les encourager et les appuyer?

Sur une balance, la solidarité peut-elle faire contrepoids à un individualisme de bon aloi? Par exemple, sont-ce des gens qui vivent dans les milieux de vie proches, voire même dans les familles très étroites ou plus élargies, qui acceptent de participer aux activités des organismes œuvrant dans un parfait anonymat? Combien de ces personnes qui ont de grandes compétences demeurent-elles malheureusement dans des zones d'ombre alors que la société a tant besoin d'elles et qu'elles pourraient réorienter leur parcours de vie? Et pourquoi?

Ces anonymes qui se regroupent en associations, sont-ils tous si responsables de tout ce qui leur est arrivé ou bien est-ce que la plupart d'entre eux l'ignoraient encore ou n'y prêterait pas suffisamment attention?

- Cocaïnomanes anonymes
- Émotifs anonymes
- Alcooliques anonymes
- Outre-mangeurs anonymes
- Narcotiques anonymes
- Déprimés anonymes
- Dépendants affectifs anonymes
- Maniaco-dépressifs anonymes
- Pèlerins anonymes
- Sexe anonyme
- Dépendants affectifs et sexuels anonymes
- Parents anonymes
- Joueurs anonymes
- Sexoliques anonymes
- Anorexiques-boulimiques anonymes
- Polytoxicomanes anonymes

On porte encore bien peu d'attention à ces personnes souffrant dans nos milieux de vie qui choisissent souvent pour survivre d'accorder moins d'importance au mal d'être qu'au mal paraître. Pourtant, bien qu'elles soient toutes différentes par leur vécu singulier et leur personnalité, elles sont généralement bien identifiables à la répétition évidente de leurs comportements et attitudes semblables, en privé comme en public, de l'état de leur mal d'être - que tout observateur sensible ressent profondément à partir de sa propre expérience de vie.

Si la situation de chaque individu est unique, les sentiments que chacun génère se ressemblent étonnamment d'un individu à un autre. L'isolement dans lequel se confinent les éprouvés les maintient dans l'idée qu'ils sont différents et donc uniques.

Confrontés à la difficulté qu'ont beaucoup de gens à trouver un sens profond à leur vie, apaisant et satisfaisant, ils se retrouvent plus souvent paradoxalement aussi dépendants et isolés des autres dans les avenues de la consommation à outrance, de l'alcool, du jeu, des drogues, de la délinquance, de la violence, etc. En réalisant que le mal de vivre provient d'un ensemble de besoins non comblés ou encore de valeurs non actualisées, on comprend mieux pourquoi ces comportements destructeurs sont présents. On tente de survivre au mal de vivre et au vide de sens intérieur dans un combat aux forces contradictoires du vrai soi et du faux soi. Les comportements influencés par la personnalité et l'itinéraire emprunté dans l'enfance par chacun contribuent de façon consciente ou inconsciente à perpétuer une situation accablante et variable dans le temps. La peur de l'inconnu et du changement résultant de l'expérience des premières années est souvent plus grande que celle connue initialement.

Vu l'ampleur du mal d'être dans notre société, les réflexions portent essentiellement sur la recherche d'une amélioration à long terme des situations des personnes qui seront constamment affligées par une présentation de leviers communautaires susceptibles de les modifier. Les suggestions présentées à des fins de discussions cherchent à susciter l'émergence de nouvelles idées et de nouvelles initiatives. Nous arriverons à

peu si nous ne nous permettons pas de voir autrement. Une attention particulière a été accordée afin que l'accomplissement de l'une ou l'autre des suggestions ne nécessite pas des fonds démesurés, des fonds qui sont nécessairement limités.

Le mal d'être occasionne des coûts, qui sont importants pour chaque individu qui en est victime et très importants pour la collectivité. Comme des centaines de milliers de personnes pataugent dans la mer du mal d'être en manquant d'estime et de confiance en elles-mêmes, la collectivité se voit ainsi privée de ressources précieuses et incalculables. À un certain point de vue, les personnes qui demeurent silencieusement dans le mal d'être et dans l'anonymat entretiennent des ressemblances avec les personnes homosexuelles en ce qu'elles ne sont pas encore sorties à l'air libre ou ne se sont pas encore libérées de leur placard.

Dans chacune de ces deux situations, les images négatives d'autrui sur elles, que ces images soient réelles ou le plus souvent attribuées à autrui, comme en fait part Boris Cyrulnik dans "Mourir de dire la honte", continuent à miner leur confiance en elles-mêmes et à les insécuriser. Le Québec se situe sur la première ligne pour les divorces et les séparations, le taux de suicide et le décrochage scolaire. En 2006, le Québec avait le plus haut taux de mortalité par suicide de toutes les provinces canadiennes. Pour Émile Durkheim, le taux de suicide varie en raison inverse du degré d'intégration des groupes sociaux dont fait partie l'individu (Le suicide, 1897). Il est tout à fait improbable que mal d'être et suicide soient strictement des aventures individuelles et familiales et des épiphénomènes passagers.

Il y a six décennies, le docteur Fitzhugh Dodson publia "Tout se joue avant six ans", un ouvrage de référence à l'intention du grand public qui devint rapidement un livre à succès traduit en plusieurs langues. En mars 2007, une étude du Council for Early Child Development a fait la démonstration scientifique, en s'appuyant sur le fonctionnement du cerveau, que tout ne se joue pas avant six ans. Les chercheurs ont démontré que tout se joue avant trois ans. Cela offre encore moins de temps aux parents pour qu'ils répondent, le plus adéquatement possible,

à tous les besoins que l'enfant requiert. Un jeune enfant n'a pas de caprices : il n'a que des besoins.

Dès sa vie intra-utérine, l'être humain est bon et veut le bien. Il ne peut en être autrement sinon l'humanité n'existerait pas. Que peut-il bien arriver à l'enfant dès sa naissance? L'enfant, jusqu'à un certain âge, ne peut être tenu responsable de ce qu'il subit de bien ou de mal, pas plus que d'aucune manière il ne doit s'en sentir responsable. Très souvent la culpabilité et la honte, parfois bien ancrées dans l'inconscient, s'enchaînent. Ces deux sentiments sont parmi les plus difficiles à traiter à l'âge adulte.

En 1983, Alice Miller publie *Le drame de l'enfant doué*: à la recherche du vrai Soi, un livre que l'éditeur a présenté ainsi:

"Le drame de l'enfant doué, de l'enfant sensible et éveillé, consiste dans le fait qu'il ressent très tôt les besoins et les troubles de ses parents et s'y adapte. Il apprend alors à dissimuler ses sentiments les plus intenses, que ses parents supportent mal. Quoique ces sentiments, par exemple la colère, l'indignation, le désespoir, la jalousie ou la peur, l'impuissance, puissent resurgir au cours de la vie future, ils ne seront jamais intégrés à la personnalité. C'est ainsi que la partie la plus vitale de l'individu, la source du vrai Soi, ne sera pas vécue. Cette répression des sentiments même, même chez les personnes très intelligentes et pleines de talent, à une insécurité sur le plan émotionnel s'exprimant soit par la dépression (perte du Soi), soit dans la grandiosité - qui est en fait une défense contre la dépression. Les exemples décrits par l'auteur sensibilisent le lecteur à la souffrance inarticulée de ceux qui, comme enfant, n'ont pas eu la chance d'apprendre à vivre et à exprimer leurs vrais sentiments".⁽²⁾

À qui s'adresse le document de réflexion?

"La solidarité est le plus souvent identifiée à générosité, altruisme, voire charité. En réalité, une société est solidaire lorsqu'elle est composée de citoyens responsables vis-à-vis de la vie, des autres, de l'ensemble de la société et des générations futures".⁽³⁾

Essentiellement, le document s'adresse aux futurs parents qui emprunteront, à leur tour, au cours des années à venir, la piste de la parentalité, qui devront être mieux accompagnés, renseignés et soutenus dans cette entreprise, alors qu'ils n'ont souvent comme seul modèle celui de leurs propres parents.

Prendre le monde comme modèle ou le modeler? Dans la seconde partie du document sont suggérés, à des fins de réflexion et de discussion, et à titre d'exemple, quelques leviers susceptibles d'apporter de nouvelles façons de voir et de susciter de nouvelles initiatives. Bien que les suggestions mises à l'essai peuvent toucher tous les futurs enfants et parents, elles sont fortement axées sur les parents, en particulier sur ceux qui au début de l'âge adulte connaissent le mal d'être tel que précédemment évoqué et qui très souvent ne savent pas vraiment d'où ça vient. Ces parents ne doivent en aucun cas s'en sentir responsables, en portant le poids toute leur vie d'un vécu qui demeure souvent inconscient, d'un héritage remontant parfois très loin dans l'histoire familiale, et qu'ils risquent de transmettre tout aussi inconsciemment à leurs enfants.

1 Cours prénataux

Le contenu de tous les cours prénataux mérite d'être réexaminé afin qu'ils accordent une place accrue et de choix à tous les besoins psychologiques de l'enfant, à la manière de les combler le plus adéquatement possible et identifier clairement ce qu'il faut à tout prix éviter afin d'assurer chez l'enfant, à tout âge, le développement de l'estime de soi et de la confiance en soi qui lui sont essentiels en vue d'assurer son autonomie, et ses aptitudes à développer les interdépendances bénéfiques dont il aura besoin toute sa vie.

2 Éducation sentimentale

Est-ce que l'éducation sentimentale est toujours demeurée une grande priorité dans les familles québécoises et est-

elle bien assumée par les parents? Beaucoup répondent négativement, opinant que cette situation influe sur le taux de divorce et du suicide, et aggrave les conditions des personnes affectées par le mal d'être, qui ont souvent été privées d'une franche affection, et les conditions de ceux qui les estiment ou les aiment. S'il y a une forte corrélation entre le taux de divorce et le taux de suicide, il va de soi que la corrélation s'étend à ceux qui vivent dans le mal d'être, qui sont plus susceptibles que d'autres de connaître des échecs amoureux répétitifs. Souvent, prendre conscience d'un problème permet d'envisager des solutions. À ce sujet, voici, à titre de démonstration, une initiative prise par des universités chinoises.

"Les campus chinois sont en proie à une nouvelle affection: les peines de cœur. Les étudiants sont de plus en plus nombreux à vivre des relations sentimentales, ce qui ne va pas toujours sans heurt. Mais un cours maintenant obligatoire sur les relations de couple pourrait bien mettre du baume au cœur à tous les éclopés de l'amour... But des cours, qui abordent notamment le thème de la rupture et celui de l'homosexualité: éviter que de simples revers amoureux ne se transforment en véritables tragédies. Optionnels à l'origine, ils sont aujourd'hui obligatoires... Certains étudiants n'arrivent pas à exprimer leurs sentiments ou ne savent pas ce qu'ils cherchent chez l'autre, continue Xia...

Animant depuis quatre ans un cours sur les relations personnelles et l'épanouissement, elle n'en pense pas moins que les jeunes ont besoin d'être guidés dans leurs histoires d'amour afin qu'ils puissent se construire de façon saine... Pour elle, les problèmes que rencontre la jeunesse doivent être envisagés dans le contexte d'une société en mutation, où les critères qui président au choix d'un conjoint ont complètement changé en quelques décennies. De plus en plus, c'est le rang social et l'argent qui sont considérés comme principaux attraits. Et beaucoup de jeunes manquent complètement d'un système de valeurs qui les guideraient dans leur choix amoureux, assure-t-elle".⁽⁴⁾

3 Devenir parents

Pourquoi donne-t-on des cours obligatoires pour conduire un véhicule ou une embarcation, ou pour manier des armes à feu, si ce n'est pour sauver la vie de ceux qui les suivent et la vie d'autrui, et s'éviter à soi et à autrui des blessures qui pourraient gâcher irrémédiablement des vies entières?

Non. Bien certainement, pas de cours obligatoires pour devenir parents, mais des cours offerts présentés sous une forme ou sous une autre. Pas quand il est trop tard et que le rattrapage est plus que dû: mais quand il est encore temps. Dès la fin de l'adolescence, un programme d'une année environ comptant deux phases, sous forme de réflexions, peut être présenté aux jeunes adultes.

En lui indiquant au départ plusieurs moyens de s'y prendre et d'y arriver, l'individu serait invité à faire le plus minutieusement possible l'historique de sa vie depuis sa naissance, à discuter avec franchise de son vécu avec ceux et celles qui en ont été les responsables et à régler, s'il y a lieu, tout sujet demeuré sensible ou incompris. Cette étape permettra de mieux réfléchir sur le modèle parental ainsi que sur l'éducation sentimentale reçue, qui risquent d'être reproduits lors de la prochaine génération. Dans la très grande majorité des situations, le modèle apparaîtra tout à fait adéquat. Dans d'autres situations, l'individu qui rencontrera des nœuds par lui indénouables, au lieu d'attendre et de souffrir du mal d'être durant des décennies, aura avantage à consulter des professionnels compétents. C'est définitivement et prioritairement le plus important investissement qui puisse être fait au début de l'âge adulte.

Des confrontations seront possibles, mais salutaires s'il y a eu des manquements importants ou de la maltraitance. On pourra entendre des demandes d'excuses et de pardon au sujet desquelles le jeune adulte aura le choix de pardonner ou de refermer les portes. Les carences affectives subies sont multiformes. Les conséquences peuvent être les mêmes. L'attachement si fondamental dans le processus du développement peut demeurer en souffrance et ne jamais être compensé.

La deuxième phase sera l'amorce de réflexions sur tout ce qui entoure la parentalité, peu importe quand elle surviendra. Encore ici, "un tiens vaut mieux que deux tu l'auras". C'est le moment où le futur parent s'informerait des besoins d'un enfant, notamment de ses besoins psychologiques, de la manière d'y répondre et de ce qu'il faut éviter. Les bénéfices de cet exercice seront accrus lorsqu'il participera à des cours prénataux.

Connaissant mieux leur histoire de vie et plus assurés de leur identité profonde, les jeunes adultes pourront maintenant amorcer, si ce n'est déjà fait, des réflexions sur leurs motivations à devenir à leur tour des parents. Pour bon nombre de personnes, ce désir est inné ou un ressenti qui ne peut pas les tromper. Certains désireront plus d'un enfant alors que d'autres n'en voudront qu'un seul ou ne souhaiteront pas en avoir. Certains espéreront seulement la naissance d'un garçon et d'autres seulement d'une fille. Certains considéreront une naissance hâtive, d'autres la retarderont. Quand de tels choix individuels sont bien ancrés, ils sont toujours quelque peu révélateurs du contexte sociologique autant que de l'histoire de vie de chacun. Pour ceux qui endurent le mal d'être, l'insécurité complique souvent les prises de décisions. Cet important sujet est encore peu documenté. Il y a donc lieu d'outiller les jeunes adultes afin qu'ils puissent approfondir leurs motivations, les inviter à en discuter avec leurs pairs et ainsi mieux éclairer leurs choix, qui auront des conséquences à court, moyen et long terme de chaque enfant.

La décision d'avoir un premier enfant à tel ou tel âge n'est pas que personnelle. En 2008, au Canada, l'âge moyen des mères à la naissance était de 29,3 ans à quelques années à peine ou les grossesses deviennent davantage à risque et il est désolant d'entendre dire de la part d'hommes ou des femmes, à 40, 50 ou 60 ans qu'ils auraient aimé avoir un enfant ou qu'ils en auraient aimé en avoir plus d'un. Que de deuils la société annonce ! On peut imaginer que ce ne soit pas qu'une question personnelle et comme cela ne l'est pas de toute évidence, un dialogue est souhaitable. Il y eut un temps, encore très récent, où dans les grandes familles se trouvaient un ou deux samaritains pour

s'occuper des parents âgés en les maintenant dans leur milieu de vie. Qu'en sera-t-il des familles recomposées qui comptent plusieurs grands-parents de sang ou d'adoption?

“La structure des familles canadiennes et québécoises se diversifie. La famille traditionnelle de deux parents et de leurs enfants n'est plus la norme au Canada. En 2006, les couples légalement mariés ayant des enfants représentaient 34,6 % de l'ensemble des familles. Seulement 25 ans plus tôt, en 1981, 55 % de toutes les familles étaient constituées d'un couple légalement marié et de ses enfants”.⁽⁵⁾

Des inquiétudes ne surgissent-elles pas à la lecture de ce qui suit et cela ne dépeint-il pas un certain mal d'être de la société québécoise? Environ soixante-trois pour cent des naissances de 2009 surviennent en dehors des liens du mariage, ce qui classe le Québec au second rang mondial, en la matière, après l'Islande (64,1 %). La progression des familles avec un seul enfant ne se dément pas. Plus associées aux couples en union libre et aux familles monoparentales, elles représentent 47,4 % des familles avec enfants en 2006 (45 % en 1996). La famille nombreuse (dans les pays développés, ce sont les familles de trois enfants ou plus) voit diminuer son importance: de 15,8 % qu'elle était en 2001, elle est passée à 14,6 % en 2006.⁽⁶⁾ En 2006 il y avait au Québec un peu plus de 600 000 enfants uniques, soit plus du quart de tous les enfants, ce qui n'apparaît pas comme une situation idéale pour le développement d'un enfant.

Qui s'occupera des parents, qui à un âge avancé seront demeurés dans le maelström du mal d'être? Au Québec, le taux de décès par suicide des personnes âgées de 65 ans et plus a augmenté de 85,4 % entre 1977 et 1999. Cette croissance s'est produite malgré l'amélioration des conditions de vie et de santé des personnes âgées. Les experts estiment que le nombre de suicides augmentera de 248 % d'ici 2043.⁽⁷⁾

4 Auto-analyse

Réaliser méticuleusement une auto-analyse ne peut, à son terme et par la suite, donner que la plus grande satisfaction,

une plus grande confiance, plus d'autonomie et plus d'indépendance. L'auto-analyse, pour les gens du mal d'être, est la seule opération qui permet à l'individu de se comprendre vraiment. Souvent, elle nécessitera l'apport de ressources expérimentées extérieures qui l'aideront à accéder à sa mémoire inconsciente. Au fur et à mesure qu'elle progresse, l'auto-analyse favorise étonnamment une bien meilleure écoute et la compréhension des autres avec de meilleures connaissances, auprès de ceux qui sont aimés, estimés ou croisés dans différents milieux de vie.

L'auto-analyse, qui nécessite autant de patience que de détermination n'a rien de proprement scientifique puisque l'individu est son principal guide, car il s'appuie sur son histoire de vie depuis son origine et sur le gros bon sens. Afin d'encourager et assister les individus dans ce cheminement qui, une fois entrepris, ne connaît pas de retour tant il est fascinant, il serait avantageux de rassembler des témoignages singuliers de ceux et celles qui l'ont complété en leur demandant de bien identifier les objets significatifs qui ont permis son accomplissement. Parmi ceux-ci il y a particulièrement la recherche de l'origine des comportements toujours tellement révélateurs, souvent inconscients, qui sont mis au jour par les ressentis des proches, les connaissances qu'ils ont acquises et l'expérience de leur propre vie.

Quelles seraient les options si le jeune adulte faisait l'hypothèse qu'il pourrait avoir à vivre dans le mal d'être une grande partie de sa vie, voire sa vie entière? Un autre avantage de faire cet exercice, une fois au moins, à cet âge charnière de la vie, tient au fait que ceux qui ont été les responsables de l'accompagnement et du développement des individus dans l'enfance sont encore généralement vivants et qu'ils peuvent se remémorer des situations avec plus de précisions que trente ou quarante ans plus tard, quand il sera peut-être trop tard. Enfin, et ce n'est pas négligeable, un jeune parent apprendra ainsi à mieux accompagner ses enfants dans leur développement.

Une étude canadienne, menée en 2001 par le ministère de la Santé du gouvernement du Canada et qui utilise la définition de l'Organisation mondiale de la santé, a permis d'obtenir les

résultats suivants concernant les cas de maltraitance d'enfants en milieu familial, cas qui généralement auront de malheureux rebondissements durant toute la vie adulte :

Violence physique 31 %
Abus sexuels 10 %
Négligence 40 %
Violence psychologique 19 %

Les responsables de l'ensemble de ces violences sont :

Mère biologique 61 %
Père biologique 38 %
Beau-père 9 %
Belle-mère 3 %
Famille d'accueil 1 %
Autre membre de la famille 7 %

(Le total est supérieur à 100 %, car un acte de maltraitance peut être pratiqué par plus d'une personne.)

5 La mémoire inconsciente

Les événements vécus durant la prime enfance et l'enfance ne disparaissent pas. Ils demeurent enregistrés pour toujours tels quels dans la mémoire négative ou positive consciente ou inconsciente. Plus tôt dans sa vie la personne du mal d'être découvrira comment accéder à cette mémoire de l'enfance, plus tôt elle pourra se comprendre et retrouver son vrai moi qui jamais plus ne l'abandonnera. Aussi, souvent, l'individu pourra se rendre compte combien, inconsciemment ou pas, on lui a menti, voire à quel point on l'a trahi.

Les années et les décennies s'écoulant, il a, en tout, en lui-même et dans les autres, de moins en moins confiance, ce qui risque de le conduire à vivre renfermé et désenchanté. Le drame est que cette perte de confiance s'étend à sa propre mémoire dont il se méfie pour différentes raisons. Il est donc

important que des personnes compétentes et autorisées fassent connaître de manière simple, au plus grand bénéfice des personnes du mal d'être les immenses bienfaits d'accéder à la mémoire inconsciente. Il est presque impossible d'atteindre sans aide professionnelle le contenu compressé de la mémoire inconsciente qu'il soit négatif ou positif. Or, c'est justement ce dont les personnes du mal d'être ont le plus besoin pour enfin comprendre leurs comportements instinctifs maintes fois répétés et ce qu'elles n'ont jamais pu comprendre malgré les énormes efforts qu'elles ont généralement consentis pour s'extraire d'une condition entravant leurs potentialités et limitant leur plein épanouissement.

Les gens du mal d'être, ayant à peu près tout essayé pour avec une grande détermination pour se comprendre ne croient plus pouvoir s'en sortir et donc changer. Le plus souvent, avec le temps, ils ne le veulent plus par la crainte qu'ils cultivent de se retrouver confrontés à des difficultés plus grandes encore et parce qu'il leur a été si difficile d'atteindre un équilibre qui leur permet de vivre ou de survivre.

Donc, empêchés d'accéder à leur inconscient, jamais ils ne peuvent retrouver leur vrai soi, et c'est ainsi que leur faux soi demeurera pour toujours leur accompagnateur dans le parcours de leur vie. Le moins qu'on puisse faire est d'illustrer par des mots et des témoignages simples le rôle et le fonctionnement de la mémoire inconsciente et l'espoir que cela peut susciter pour la résolution de situations complexes comme celles vécues par les personnes affectées du mal d'être dont l'origine vient de la prime enfance et de l'enfance.

6. La fratrie

Il y a très peu d'études sur la fratrie malgré l'importance du sujet et sa complexité. Elle peut avoir sur chacun de ses membres un rôle positif autant que négatif. L'inquiétant c'est, entre autres réalités, que beaucoup d'aînés dominant leurs cadets, ce qui mine l'estime et la confiance en soi de ces derniers. Si ces cadets sont déjà fragilisés parce que les parents

n'ont pas réussi à répondre adéquatement à leurs besoins psychologiques, les conséquences perdureront longtemps, en laissant des blessures qui se cicatriseront difficilement. Il y a à l'intérieur de la fratrie, et bien plus fréquemment qu'on en fait état, des situations d'inceste dont jamais les responsables ne seront sanctionnés tout comme on parle très peu de l'inceste au féminin. L'enfant unique, avec quelques avantages et beaucoup d'inconvénients selon plusieurs études, vit une situation particulière beaucoup mieux documentée que la fratrie.

Non seulement les parents ont-ils intérêt à être bien davantage sensibilisés à la réalité de la fratrie et vigilants, mais encore les membres de la fratrie eux-mêmes doivent-ils se conscientiser. Cela signifie pour eux de prendre conscience de leur mode d'action et des effets qu'ils provoquent chez leurs frères et sœurs. Le Journal de victimologie, tome 1, no 3, d'avril 2003, rapporte que la fratrie était responsable d'environ 25 % des voies de fait et de 26 % des agressions sexuelles familiales. Ce n'est pas rien.

7 Le devoir d'assistance

Le devoir d'assistance d'une personne subitement en danger n'est pas contesté. Qu'en est-il maintenant, quand il n'est pas éminent, mais qu'il y a de bonnes raisons de croire que des personnes pensent à mettre fin à leurs jours? Heureusement, les personnes du mal d'être ne sont pas toutes suicidaires, bien que presque toutes ont pensé au suicide en plus d'une occasion. N'y a-t-il vraiment rien à faire? Ces personnes qui souffrent sans que la responsabilité leur incombe sont toutes différentes les unes des autres. Peu importe le type de personnalité, l'ensemble de leurs comportements en privé et en public sont fort semblables et révélateurs, avec quelques exceptions, de leur état de détresse dont elles ont honte et dont elles se sentent responsables et coupables. Très souvent ces personnes se mettent à l'écart afin de ne pas s'offrir en spectacle ou afin de panser seules leurs plaies, ou encore elles sont tenues à distance par des gens peu emphatiques.

Si on est mieux informé des comportements caractéristiques du mal d'être qu'expriment les personnes qui en souffrent et si on est plus attentifs à ces personnes, dans le respect de la vie privée, on pourra leur apporter beaucoup de chaleur humaine. Ce qui sera fait ne sera jamais inutile et ce serait déjà là une première réponse au devoir d'assistance lorsqu'il n'est pas possible de faire davantage.

Les organismes qui viennent à l'aide de personnes en détresse n'accueillent peut-être pas le tiers des appels de personnes qui ont besoin d'assistance. Combien des personnes dans les deux autres tiers ne préféreraient-elles pas être accueillies, sans jugement, par des membres de leur famille ou des amis afin qu'elles puissent se confier et sortir de leur isolement? Tous sont susceptibles d'être atteints un jour ou l'autre tout autant que chacun des proches. Il apparaît sage, comme pour

les plans d'évacuation, d'élaborer longtemps à l'avance un plan de match au cas où s'inviterait la détresse pour soi-même et pour les autres.

"L'Organisation mondiale de la santé compile des statistiques. De 5 % à 10 % qu'il était en 1890, les taux de divorce sont passés à 18 % en 1920 et à 30 % en 1950. Pour les couples mariés depuis 1990 à 67 % ".⁽⁸⁾ Est-ce que les deuxièmes unions ont plus de chance de réussite? Détrompons-nous, nous dit Daniel Goleman. Elles ont un taux de 15 % supérieur à ces chiffres. Et les enfants conçus dans l'amour dans tout cela? De nouveaux marins sur la mer du mal d'être avec de pauvres bouées de sauvetage? Goleman ajoute ceci: "Les conséquences psychologiques du divorce sont deux fois plus élevées chez les hommes que chez les femmes: ces conséquences peuvent les mener en psychiatrie ou au suicide".

Au Québec, on fait état d'une diminution moyenne du taux de suicide de 4 % par année, diminution répertoriée depuis 10 ans. En 2008, 1 103 personnes ont officiellement été répertoriées comme s'étant enlevé la vie, alors qu'un nombre indéterminé ne l'a pas été. Ce qui est aussi indéterminé, c'est le nombre de personnes qui, malheureuses à divers degrés

de gravité, vivent dans le mal d'être durant des décennies. On n'en connaît pas le nombre. Cependant, puisque nous pouvons estimer grossièrement le nombre d'enfants maltraités d'une manière ou d'une autre, nous pouvons en extrapoler un nombre. "Au Québec, les mauvais traitements à l'endroit des enfants sont explicitement sanctionnés par la Loi de la protection de la jeunesse depuis 1979. Or, malgré la législation, seules les situations les plus sévères sont signalées aux autorités". (Trocme, N., Santé, société et solidarité, no 1, 2009).

Le bilan 2008-2009 des centres jeunesse du Québec fait état de ce qu'ils ont retenu: 30 022 signalements d'enfants en comparaison de 29 771 l'année précédente. D'année en année, le nombre de signalements augmente. Par exemple, en 2004-2005, ils avaient retenu 28 149 signalements; en 1994-1995, 24 946; et en 1979-1980, 21 979. Les principaux motifs de signalements retenus sont la négligence, l'abus physique, le risque sérieux de négligence, les mauvais traitements psychologiques et les troubles de comportement sérieux. Bien sûr il est rassurant de penser que plusieurs jeunes s'en sortiront sans qu'on en connaisse le pourcentage. Est-il besoin de redire que le mal d'être n'est pas seulement du domaine privé?

8 Les déménagements

Les parents n'accordent pas suffisamment d'attention à la préparation des enfants lorsqu'un déménagement doit survenir. Annuellement au Québec, il y en a un grand nombre qui survient à la suite d'un divorce, d'une séparation, ou pour toute autre raison. Tout peut très bien se passer. Or, ce n'est pas toujours le cas, notamment pour les enfants fragilisés par le mal d'être et les immigrants.

L'enfant, avant de subir son déménagement a souvent développé un réseau d'amis au sein duquel il a sa place. S'il n'est pas bien préparé à affronter les difficultés d'adaptation qu'il rencontrera nécessairement, il risque de se retrouver lui aussi immigrant dans son propre pays et de se sentir marginalisé

ou rejeté dans de nouveaux groupes qui se sont constitués sans lui. Ceci contribuera à miner davantage l'estime qu'il a de lui-même et sa confiance, ce qui accroîtra sa méfiance à l'égard d'autrui. Le désenchantement et l'isolement le guettent. Les conséquences des déménagements demeurent un autre sujet peu documenté.

9 Signaux de solidarité

L'individualisme gruge les fondements mêmes de la société et peu est fait pour renverser cette tendance comme si on n'y pouvait rien. Il y a cependant des moyens d'accroître modestement la qualité et la quantité des relations interpersonnelles et de voisinage. Les réseaux sociaux offrent autant d'avantages que de désavantages, puisque jamais ils ne pourront se substituer à la richesse des contacts physiques des personnes entre elles. En tout temps, il importe de faire connaître une disponibilité d'écoute auprès de quiconque susceptible d'en avoir besoin. Un recueil d'initiatives démontrant en permanence une ouverture à l'accueil de ceux qui nous sont chers ou que nous estimons particulièrement fragiles peut s'avérer utile. À chacun de déterminer les signaux qu'il veut que son phare transmette des mois ou des années à l'avance avant même qu'une crise survienne.

Voici quatre exemples. Un père divorcé dont les enfants sont parfois à l'étranger leur fait parvenir depuis cinq ans des objets identiques; il en conserve un pour lui-même, se disant que si l'un d'eux se retrouve un jour dans la dèche, il pensera que quelqu'un l'attend sans jugement. Une mère a repris une tradition: elle envoie régulièrement des cartes de vœux qu'elle accompagne d'une enveloppe-retour timbrée qui lui est pré-adressée. Trois matins par semaine, un jeune couple avec deux enfants reconduit une étudiante jusqu'à son école secondaire. Une mère qui n'avait pas vu son fils depuis longtemps lui a envoyé un jour une petite boîte de chocolats qui ne contenait pas de chocolats, mais... les clés de sa maison!

10 La petite enfance

Près de 20 000 personnes travaillent dans les centres de la petite enfance et les garderies en milieu familial et privé. Ce chiffre rappelle l'engouement de ces jeunes adultes qui se sont installés en très grand nombre dans le nouveau débouché créé par le système d'enseignement lors de la Révolution tranquille, et les Cubains qui en ont fait autant dans le secteur de la médecine. Il y a plusieurs domaines pour lesquels les formations ne suffisent pas, autant pour ceux qui offrent leurs services que pour ceux qui les reçoivent. Parmi ces Québécois et ces Cubains tous n'ont pas su ou pu relever adéquatement les défis qui leur ont été présentés. Cela a eu de nombreuses conséquences fâcheuses pour eux-mêmes et pour ceux dont ils avaient la responsabilité parce qu'ils n'avaient pas la vocation pour travailler dans l'un ou l'autre de ces domaines. Il faut plus que des connaissances ou de l'expérience pour œuvrer auprès des jeunes enfants ou des malades. L'enseignement et la médecine sont des vocations.

En mars 2009, tous statuts confondus, 19 485 éducateurs, essentiellement des femmes, étaient responsables d'une grande partie du temps d'accompagnement et du développement de 216 673 enfants issus de 184 582 familles. Dans cinq ou six ans, ce sera plus de 22 000 éducateurs qui prendront en charge, au nom des parents et de la société, un quart de millions de Québécois âgés de 0 à 6 ans, soit pendant la période la plus déterminante de leur vie. Si l'éducatrice ou l'éducateur se rend compte que cette mission n'est pas inscrite dans son cœur, un programme d'assistance à la recherche d'un emploi qui correspondrait mieux à ses compétences et ses intérêts pourrait être imaginé et développé.

Les garderies sont un monde féminin à environ 98 %; ce monde s'étend au préscolaire, avec 97,8 % de femmes, et au primaire, avec 84 % (1999-2000). Est-ce une situation enviable eu égard à ce que cela entraîne autant dans la psyché des jeunes filles que dans celle des jeunes garçons et pour leurs rapports

entre eux? Voir autrement, la tête dans le sable, l'autruche en est incapable!

Par leurs attitudes, leurs comportements et leur propos, les jeunes enfants expriment des sentiments et des émotions positifs ou négatifs dont ils ne sont pas conscients au cours de leurs premières années de vie. Ces sentiments et émotions se logeront dans leur mémoire inconsciente, qui sera très difficile d'accès lorsque l'adulte vivant le mal d'être aura besoin d'y recourir. La connaissance de ces sentiments et de ces émotions est la matière première qui permet aux parents de suivre et d'accompagner l'enfant dans son développement. C'est au cours de ces premières années que l'attachement parental indispensable au développement de l'enfant connaîtra un succès ou un échec qui se répercutera tout au long de sa vie. Les éducateurs et les enseignants, de la garderie à la fin du primaire, devraient donc ne rien négliger en ce sens afin de constamment informer les parents du vécu des enfants, compte tenu aussi du nombre d'heures où ces derniers ne sont plus en contact avec leurs enfants. Un attachement privilégié et prioritaire doit se développer entre l'enfant et ses parents.

11 Voir autrement

Tel qu'il a été vu antérieurement, le nombre de suicides chez les personnes de plus de 65 ans s'accroîtra considérablement au cours des prochaines années. En 1995, les personnes ainsi âgées étaient au nombre de 864 928, en 2010, elles sont 1 217 474, et en 2025, elles seront 1 960 800. Combien de ces personnes auront vécu dans le mal d'être toute leur vie? Qu'est-ce que la réalité du suicide représentera pour elles, pour leurs proches et pour la société? Il en faut peu pour imaginer que le taux de suicide chez les personnes âgées dépassera, entre aujourd'hui et 2043, le 228 % annoncé par des experts. Un plan de prévention à long terme ne s'imposerait-il pas? Ne s'impose-t-il pas déjà?

De plus, au cours des dix prochaines années la société québécoise invitera de 400 000 à 500 000 immigrants et immigrantes à relever ses défis. Les ressources en santé mentale

pour les personnes immigrantes qui connaissent dans une très large proportion des difficultés d'intégration, sont très limitées. Faut-il prévoir davantage de soutien?

Finalement, le taux de suicide est de cinq à sept fois plus élevé chez les jeunes des Premières Nations que chez les jeunes non autochtones. Le taux de suicide chez les jeunes Inuit est également parmi les plus élevés au monde: il est 11 fois plus élevé que la moyenne nationale.⁽⁸⁾ La population des Autochtones du Québec s'élevait à 96 400 en 2001 et à 104 400 en 2006, elle sera de 123 300 en 2017. Devons-nous considérer les Autochtones comme des étrangers? Se pourrait-il que la société québécoise, désormais composée de plus en plus d'immigrants et immigrantes, ait des responsabilités à assumer en ce qui concerne cette triste réalité? Assurément, certains le croient. Voir autrement ! Pourquoi pas?

12 Sommet de solidarités sociales et plan d'action

La prévention à long terme du mal d'être et du suicide n'interpelle pas uniquement ceux qui œuvrent professionnellement en relation d'aide, les chercheurs dans ce domaine, les institutions publiques et les organismes communautaires qui dispensent des services aux personnes en détresse. La prévention à court, moyen et long terme est aussi une affaire de responsabilité individuelle, de famille, de voisinage, de milieux de vie et donc de toute de société.

Dans ce document d'amorce de discussion, quelques réflexions ont été apportées et des actions, suggérées, dans le but d'éveiller l'intérêt envers pour planification et la tenue d'un sommet québécois des solidarités sociales en vue d'établir un plan d'action qui serait amorcé ou lancé par des organismes à la base des collectivités.

Citations

⁽¹⁾ CAVALIN, Catherine, Santé dégradée, surexposition aux violences et parcours biographiques difficiles pour un tiers de la population:

- résultats de l'enquête Événements de vie et santé (2005-2006), DRESS, Études de résultats, no 707, octobre 2009.
- (2) MILLER, Alice, *Le drame de l'enfant doué : À la recherche du vrai Soi*, PUF, Paris, 1983, première de page, 130 p.
 - (3) PETRELLA, Riccardo, *Désir d'humanité - Le droit de rêver*, Écosociété, Montréal, 2004, 208 p, page 136.
 - (4) CHINA DAILY, "Une éducation sentimentale", 10 mai 2011.
 - (4) RESSOURCES HUMAINES ET DÉVELOPPEMENT DE COMPÉTENCES CANADA, "Canadiens en contexte - Ménage et famille", sur <http://www4.hrsdc.gc.ca/.3ndic.1t.4r@-fra.jsp?iid=37>, consulté le 17 septembre 2011 à 14 h 18.
 - (5) MINISTÈRE DE LA FAMILLE ET DES AÎNÉS, "Un portrait statistique des familles au Québec", sur http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/SF_Portrait_stat_complet_11.pdf, consulté le 11 octobre 2011 à 11 h 31.
 - (6) MINISTÈRE DE LA FAMILLE ET DES AÎNÉS, "Un portrait statistique des familles au Québec", sur http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/SF_Portrait_stat_complet_11.pdf, consulté le 11 octobre 2011 à 11 h 31.
 - (7) RÉSEAU D'INFORMATION DES AÎNÉS DU QUÉBEC, Région de l'Abitibi-Témiscamingue, sur <http://sante.riac.ca/default.asp?ACT=5&content=554&id=35&mnu=35>, consulté le 11 octobre à 13 h 20.
 - (8) Statistiques rapportées par Daniel Goleman, *L'intelligence émotionnelle, comment transformer ses émotions en intelligences*, Éditions Robert Lafont, 1997, p.169.

Bibliographie (Livres)

- BERSIHAND, Geneviève, *Les filles et leurs pères*, Robert Lafont, Paris, 1987, 219 p.
- BONAPARTE, Marie, *Sexualité de la femme*, PUF, Paris 1957, 156 p.
- BOUCHARD, Camil, et coll. (1991). "Un Québec fou de ses enfants, rapport du groupe de travail pour les jeunes", Gouvernement du Québec, ministère de la Santé et des Services sociaux, Québec, 14 avril 1991, 179 p.
- BUISSON, Monique, *La fratrie, creuset de paradoxes*, l'Harmattan, Paris, 2003, 161 p.
- CAVALIN, Catherine, "Santé dégradée, surexposition aux violences et parcours biographiques difficiles pour un tiers de la population: résultats de l'enquête Événements de vie et santé (2005-2006)", dans DRESS, *Études de résultats*, no 707, octobre 2009
- CHAUCHARD, Paul, *La maîtrise de soi: Psychophysiologie de la volonté*, Dessart, Bruxelles, 1963, 240 p.
- CYRULNIK, Boris, *Mourir de dire la honte*, Odile Jacob, Paris, 2010, 260 p.
- DELACOMPAGNE, Christian, *Antipsychiatrie ou les voies du sacré*, Grasset & Fasquelle, Paris, 315 p.
- DOLTO, Françoise, *Au jeu du désir: Essais cliniques*, Paris, Seuil, 1981, 346 p.
- DOLTO, Françoise, *Sexualité féminine: Libido / Érotisme / Frigidité*, Scarabée & compagnie, Paris, 1982, 346 p.
- ÉDITEUR OFFICIEL DU QUÉBEC, *Charte des droits et libertés de la personne*, à jour le 1er octobre 2011.
- ÉDITEUR OFFICIEL DU QUÉBEC, *Code de la sécurité routière*, L.R.Q., chapitre C-24,2, à jour le 1er octobre 2011.

- ÉDITEUR OFFICIEL DU QUÉBEC, Loi sur la protection de la jeunesse, L.R.Q., chapitre P-34-1, à jour le 1er octobre 2011.
- FRANKL, Viktor E., Découvrir un sens à sa vie avec la logothérapie, Éditions de l'Homme, Montréal, 2006, 130 p.
- HEINISCH, Rebecca, Anna et la mer, Fédération des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale (FFAPAMM), Sainte-Foy (Québec), 2005, 43 p.
- KIROUAC, Gilles, Les émotions, Sillery: Presses de l'Université du Québec, 1990, 132 p.
- KLUGER, Jeffrey. "The New Science of Siblings", Time Magazine Science, Monday, July 10, 2006.
- LAING, Ronald D., Le moi divisé: De la santé mentale à la folie, Stock, Paris, 1960 [?], 184 p.
- L'AUTRE CÔTÉ DU MIROIR, Le complexe de Caïn, sur <http://www.cleomede.com/article-le-complexe-de-cain-43905316.html>, consulté le 25 octobre 2011 à 17 h 01.
- McCAIN, Margaret Norrie, et al. "Early Years Study 2: Putting Science into Action", March 2007, Council for Early Child Development, Toronto, 185 p.
- McDREMOTT, Jr, John F., Frères-Soeurs: La rivalité fraternelle, Les Éditions de l'Homme, Montréal, 1982, 272 p.
- MILLER, Alice, C'est pour ton bien: Racines de la violence dans l'éducation de l'enfant, Aubier, Paris, 1985, 324 p.
- MILLER, Alice, La souffrance muette de l'enfant: L'expression du refoulement dans l'art et la politique, Paris, Aubier, 1990, 180 p.
- MILLER, Alice, Le drame de l'enfant doué: À la recherche du vrai Soi, PUF, Paris, 1983, 130 p.
- MINISTERIO DE EDUCATION, Programa "Educa a tu hijo", Pueblo y Educación, La Havana, Cuba, 1992, 153 p.
- MINISTERIO DE SALUD PUBLICA Y DE EDUCACIÓN, Para la vida: Un reto de comunicación, Editorial Pueblo y Educación, Havana, 1992, 173 p.
- MITCHELL, Juliet, Psychanalyse et féminisme, Éditions des femmes, Paris, 1975, 634 p.
- MITCHELL, Juliet, Psychanalyse et féminisme 2, Éditions des femmes, Paris, 1975, 592 p.
- OLIVIER, Christiane, Le fils d'Oreste ou la question du père, Flammarion, Paris, 1994, 200 p.
- PAUPST, James C. et Toni ROBINSON, La conquête de soi, Les éditions Le jour, Montréal, 1981, 185 p.

- PETRELLA, Riccardo, *Désir d'humanité: Le droit de rêver*, Écosociété, Montréal, 2004, 208 p.
- PROULX, Mario et al., *Une enfance pour la vie*, Bayard Canada Livres, Montréal, 2011, 299 p.
- SAUVY, Alfred, *Démocratie et refus de voir*, sur http://www.population-demographie.org/pdf/Demographie_et_refus_de_voir.pdf, consulté le 16 mars 2011 à 19 h 45.
- STETTBACHER, J. Konrad, *Pourquoi la souffrance: La rencontre salvatrice avec sa propre histoire*, Aubier, Paris, 1991, 172 p.
- TROCMÉ, Nico et al., "Épidémiologie de la maltraitance et de la violence envers les enfants au Québec", dans *Santé, Société et Solidarité*, vol. 8, no 1, 2009, Violence et maltraitance envers les enfants, pp. 27-38.
- ZETKIN, Clara, *Batailles pour les femmes*, Éditions sociales, Paris, 1980, 444 p.

Rapports

- CENTRE D'AIDE 24/7 INC., *Rapport annuel 2010-2011*, Gatineau, juin 2011, 46 p.

Mémoires et documents

- RÉSEAU DES CARREFOURS JEUNESSE-EMPLOI DU QUÉBEC, *Renouvellement de la stratégie d'action jeunesse*, sur <http://www.cjereseau.org/telechargement.php?id=762>, consulté le 25 octobre 2011, à 10 h 50.
- CORTONI, Franca, R. Karl HANSON, *Examen des taux de récidive chez les délinquantes sexuelles adultes*, Service correctionnel du Canada, mai 2005, 17 p.

Articles

- HOULE, Benoît, "Saint-Pierre préconise la création d'un service civil volontaire", dans *La Presse*, 14 mai 1971.
- MALBOEUF, Marie-Claude, "Enfants maltraités: les centres ne suffisent plus à la demande et les autochtones surreprésentés", sur <http://www.cyberpresse.ca/actualites/quebec-canada/national/201010/26/01-4336235-enfants-maltraites-les-centres-ne-suffisent-pas-a-la-demande.php>, consulté le 25 octobre 2011 à 19 h 53.

LESSARD, Louis, "Les Africains éberlués par les suicides des Canadiens", sur <http://journal.alternatives.ca/fra/journal-alternatives/publications/archives/2004/volume-11-no-02/article/les-africains-eberlues-par-les>, consulté le 30 septembre 2011, à 12 h 37.

Autres sites web consultés

AGENCE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DE L'OUTAOUAIS, Projection de population 2010-2014, sur http://www.santepubliqueoutaouais.qc.ca/pages/index_f5e3e.html?CategoryId=1631, consulté le 21 octobre 2011 à 21 h 23.

ARRIJTS, Omer, Questionnement à partir de Paolo Freire, sur <http://users.skynet.be/parlecriture/freire.htm>, consulté le 25 octobre 2011 à 16 h 35.

BACQUÉ, Marie-Frédérique Bacqué, "Suicide maternel et psychanalyse", dans *Études sur la mort* 1/2005 (no 127), sur <http://www.cairn.info/revue-etudes-sur-la-mort-2005-1-page-79.htm>, p. 79-90, consulté le 25 septembre 2011 à 11 h 05.

CHINA DAILY, "Une éducation sentimentale", sur http://www.chinadaily.com.cn/fr/selection/2011-05/10/content_12484495.htm, consulté le 26 octobre 2011 à 14 h 53.

CHOOSEN, Le manque de confiance en soi, un terrible handicap, sur http://adekoujames.blog4ever.com/blog/lire-article-416474-2202708-le_manque_de_confiance_en_soi_un_terrible_handica.html, consulté le 12 avril 2011, à 9 h 21.

CÔTÉ, Pierre, Concept abstrait ou réalité concrète, sur <http://www.indicedebonheur.com/le-bonheur.htm>, consulté le 12 septembre 2011 à 9 h 20.

CÔTÉ, Pierre, L'indice du bonheur (IRB), sur <http://www.indicedebonheur.com/irb-cest-quoi.htm>, consulté le 12 septembre 2011 à 9 h 30.

DALLAIRE, Yvon, Le divorce et le suicide au masculin, sur <http://laviedeperes.overblog.com/article-18606917.html>, consulté le 25 octobre 2005 à 18 h 39.

DEROCHES, Armand, Les incontournables engrammes émotionnels inhibés dans l'inconscient mental, sur http://use.qc.ca/download/Capsule_psy_3.pdf, consulté le 13 septembre à 21 h 30.

FAMILLE ET AÎNÉS, Profil des utilisateurs - Situation 2009, sur <http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/services-de-garde/portrait/>

- profil-utilisateurs/Pages/index.aspx, consulté le 24 octobre 2011 à 11 h 11.
- DOCSTOC, Le complexe fraternel, sur <http://www.docstoc.com/docs/11011872/LECOMPLEXE-FRATERNEL>, consulté le 25 octobre 2011 à 17 h 46.
- FONTAINE, Andrée, "L'attachement parent-enfant au coeur de l'intervention précoce et préventive de la mésadaptation socio-affective", dans *Défi jeunesse* 2(2): 3-9, 1996, en ligne via le catalogue "L'ATTACHEMENT" à <http://www.centrejeunessedemontreal.qc.ca/publications/default.htm>, consulté le 7 septembre 2011 à 15 h 37.
- FORGET, Dominique, Le ras-le-bol des congés parentaux, sur <http://carriere.jobboom.com/marche-travail/dossiers-chauds/2011/08/12/18544131-jm.html>, consulté le 13 octobre 2011 à 15 h 45.
- FORTIN, Nadine, Le suicide chez les personnes âgées, sur http://www.usherbrooke.ca/liaison_vol38/n12/a_suicide.html, consulté le 7 janvier 2011, à 17 h 44.
- GAUTHIER, Madeleine, Johanne et Johanne CHARBONNEAU, Jeunes et fécondité: Les facteurs en cause, sur <http://www.obsjeunes.qc.ca/pdf/Jeunes%20et%20fecondite.pdf>, consulté le 17 octobre 2011 à 09 h 47.
- GENDARMERIE ROYALE DU CANADA, "Qu'entend-on par la violence faite aux enfants", sur <http://www.cjereseau.org/telechargement.php?id=762>, consulté le 24 septembre 2011, à 11 h 40.
- INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC, Population par groupe d'âge, Canada et régions, 1er juillet 2011, sur http://www.stat.gouv.qc.ca/donstat/societe/demographie/struc_poplt/104.htm, consulté le 21 octobre 2011 à 21 h 10.
- INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC, Taux ajusté de mortalité par suicide, Québec, provinces canadiennes et Canada, 2006, sur <http://www.inspq.qc.ca/Santescope/element.asp?NoEle=64>, consulté le 23 octobre 2011 à 8 h 17.
- JOURNAL INTERNATIONAL DE VICTIMOLOGIE, Les enfants victimes de violence intra-familiale : la situation au Québec, sur <http://www.jidv.com/njidv/index.php/jidv03/109-jidv-03/232-les-enfants-victimes-deviolence-intra-familiale-la-situation-au-quebec>, consulté le 25 octobre 2011 à 14 h 36.

- LALLEMENT, Bruno, Le manque de confiance en soi, un terrible handicap, sur <http://www.methode-developpement-personnel.com/>, consulté le 16 mai 2011 à 10 h 02.
- LE LANGAGE NON VERBAL, http://www.cmontmorency.qc.ca/~sdurocher/approche%20client/Le_langage_non_verbal.pdf, consulté le 18 juillet 2011 à 22 h 42.
- MARCELLI, Daniel, La dépression chez l'enfant, sur http://www.geopsy.com/fiches_lecture/la_depression_chez_l_enfant_marcelli.pdf, consulté le 24 octobre 2011 à 22 h 26.
- MINISTÈRE DE LA FAMILLE ET DES AÎNÉS, Un portrait statistique des famille au Québec, sur http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/SF_Portrait_stat_complet_11.pdf, consulté le 11 octobre 2011 à 11 h 31.
- MORICE, Gérard, Le suicide: affaire moins privée qu'on le pense, sur http://jmt-sociologue.uqac.ca/www/actualite/suicide_sciences_et_vie/suicide_sc_et_vie_1985.html, consulté le 16 juin 2011 à 08 h 22.
- PICARD, Florent, Le langage non verbal, sur http://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:SyMRrtF5Dtoj:www.cmontmorency.qc.ca/~sdurocher/approche%2520client/Le_langage_non_verbal.df+le+langage+non+verbal+montmorency&hl=fr&gl=ca&pid=bl&srcid=ADGEESHcyYjtHiO1AoI2GwOJJAmIfYsFsnsB4eFC-MCIabOcu_OaSlb05O0wRDnZgIxYzFU5rli-3Cp-gZ4A42uerwys-PZ0UmcLd-Cm4GtNRVnRgJA9ns2PLFtAG25hmuxx5GvViG-jNUL&sig=AHIEtbSfblIYpy8gOkh7DyPI7NGKSJHxpw, consulté le 6 mai 2011, à 09 h 21.
- RESSOURCES HUMAINES ET DÉVELOPPEMENT DE COMPÉTENCES CANADA, Canadiens en contexte - Ménage et famille, sur <http://www4.hrsdc.gc.ca/.3ndic.1t.4r@-fra.jsp?iid=37>, consulté le 17 septembre 2011 à 14 h 18.
- RICHER, Gilbert, Compétence parentale - Les deux rôles dans la compétence parentale, sur http://www.pouvoir-et-conscience.com/articles_t.php?print=oui&idt=16&lape=1, consulté le 3 octobre à 22 h 18.
- RIGOLINE, Comment déterminer les besoins intellectuels et sociaux de l'enfant, sur <http://www.commentfaiton.com/fiche/voir/11731/comment-determiner-les-besoinsintellectuels-et-sociaux-de-l-enfant>, consulté le 25 septembre 2011 à 11 h 42.
- ROY, Louis-Simon, Pourquoi le mal de vivre, sur http://www.vie-passion.com/index_fichiers/le_mal_vivre_suicide_tristesse.htm, consulté le 8 juin 2011 à 22 h 10.

- SANTÉ CANADA, Santé des Premières nations, des Inuits et des Autochtones, sur <http://www.hc-sc.gc.ca/fniah-spnia/promotion/suicide/index-fra.php>, consulté le 25 octobre 2011 à 20 h 35.
- SOTTEAU-LÉOMANT, Nicole, Précarisation sociale et itinéraire de vie: interaction des champs sociaux et événements critiques, sur http://www.libertysecurity.org/IMG/pdf_precarite_CNRS.pdf, consulté le 8 juillet 2011, à 13 h 41.
- STATISTIQUES CANADA, Famille de recensement selon le nombre d'enfants à la maison, par province et territoire, Recensement de 2006, sur <http://www40.statcan.ca/l02/cst01/famil50f-fra.htm>, consulté le 23 octobre 2011 à 15 h 19.
- STOP SUICIDE, Suicide des jeunes homosexuels, sur <http://www.stopsuicide.ch/-Homosexualite->, consulté le 25 octobre 2011 à 20 h 58.
- UNIVERSITÉ DU Québec À MONTRÉAL, Les amis de Zippy, sur <http://www.partnershipforchildren.org.uk/uploads/File/French%20guide.pdf>, consulté le 16 mai 2011 à 16 h

Aimer vraiment

Écouter – Comprendre – Comprendre – Écouter – Comprendre – Écouter

Écouter, c'est bien: comprendre, c'est mieux.

Parler, c'est bien: comprendre, c'est mieux.

Comprendre c'est aller bien au-delà,

bien au-delà, bien au-delà, bien au-delà, bien au-delà, bien au-delà, bien au-delà,

des apparences,

des attitudes,

des paroles,

des faits et gestes,

des coutumes,

des oui-dires,

des mots des autres, ou piégés,

des comportements,

des convenances,

des conventions,

des intimidations voilées,

des témoins inexistantes,

des témoignages inventés,

des questions mal formulées,

des réponses incomplètes,

les tout a été dit,

des intérêts,

des défenses,

des prêches,

des soupirs,

des non-dits,

des demi et fausses vérités,

des faits présumés,

des jugements masquant,

des hypothèses non fondées,

des mesures de protection

des préjugés,

blessures encastrées,

comparaisons douteuses, blessantes,

des recours aux penseurs,

des silences,

des dogmes,

des interdits,

des fantasmes,

des rires et des pleurs.

Aimer vraiment: c'est comprendre vraiment.

FRANÇOIS ASSELIN

11 de avril de 2011

FORMATION À LA PARENTALITÉ

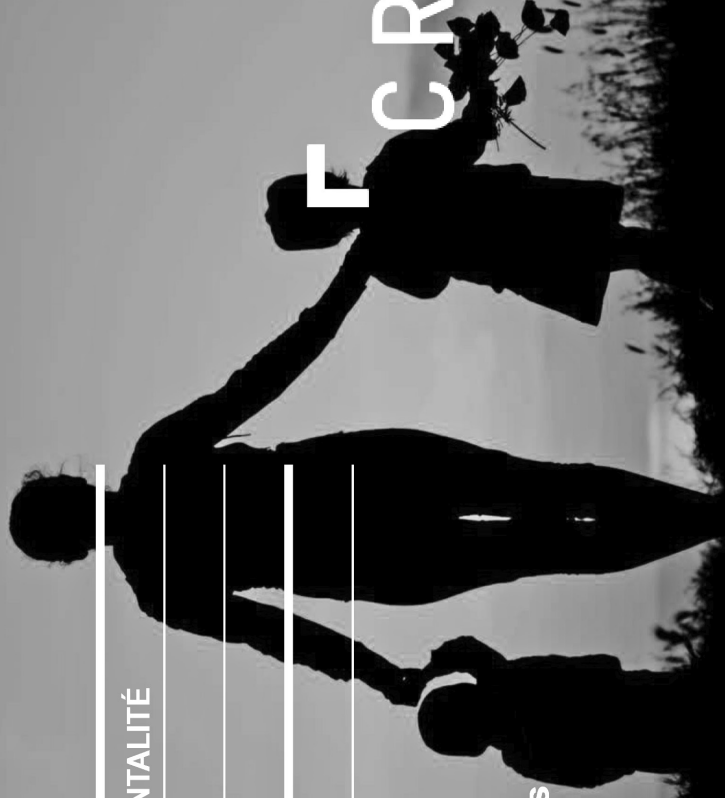
ASSELIN

Rapport de résultats

AVRIL 2017

「 de la vie aux idées

「CROP」



Contexte et objectifs

Plusieurs parents, psychologues et psychoéducateurs s'entendent pour dire que les parents jouent un rôle important dans l'épanouissement de leur enfant. En répondant à ses besoins de base, dont ses besoins physiologiques et psychologiques, le parent apprend notamment à son enfant l'estime de soi, la confiance en soi et l'autonomie et cela permettent à l'enfant de grandir et de s'accomplir en tant qu'individu.

Dans ce contexte, François Asselin à mandaté CROP pour mesurer la perception des Québécois à l'égard d'une future formation à la parentalité qui aurait pour objectif d'outiller les futurs parents en leur enseignant les principaux besoins psychologiques des enfants et comment accompagner leur enfant jusqu'à l'âge adulte.

Les pages suivantes font état des résultats.

Méthodologie

Collecte de données

La collecte de données s'est déroulée en ligne du **12 au 17 avril 2017** par le biais d'un panel web.

Au total, **1000 questionnaires** ont été complétés.

Pondération et caractère représentatif de l'échantillon

Les résultats ont été pondérés afin de refléter la distribution de la population à l'étude selon le sexe, l'âge, la région de résidence, la langue maternelle et le niveau de scolarité des répondants.

Notons que, compte tenu du caractère non probabiliste de l'échantillon, le calcul de la marge d'erreur ne s'applique pas.

Comment lire les données

Il est possible que la somme des résultats présentés n'égale pas toujours 100 % puisqu'il s'agit de pourcentages arrondis.

Les différences significativement plus...

...**élevées** sont indiquées **EN BLEU**

...**basses** sont indiquées **EN ROUGE**.



OPINION À L'ÉGARD D'UNE FORMATION À LA PARENTALITÉ

l' de la vie aux idées

Opinion à l'égard d'une formation à la parentalité

Base : ensemble des répondants												
RÉGION						SEXE		ÂGE			FOYER	
	TOTAL	MTL RMR	QC RMR	RESTE DU QC		HOM	FEM	18-34	35-54	55+	Avec enfant	Sans enfant
(%)	n=	1000	503	194	303	474	526	254	372	374	245	755
Total favorable	85	85	83	86		84	86	88	83	86	79	87
Très favorable	37	40	29	35		32	41	39	33	39	33	38
Plutôt favorable	48	44	55	51		52	45	49	50	46	46	49
Total défavorable	15	15	17	14		16	14	12	17	14	21	13
Plutôt défavorable	10	11	12	9		12	9	9	10	11	12	10
Très défavorable	5	4	4	5		4	5	3	7	3	8	4

Q. Dans quelle mesure seriez-vous favorable ou non à ce que le gouvernement mette en place une telle formation à la parentalité dans les collèges, universités, CLSC, centre communautaire et autres lieux à travers le Québec pour les futurs parents?



Profil des répondants

└ de la vie aux idées

Profil des répondants

Base : ensemble des répondants, n=1000

SEXES		TOTAL
		1000
Homme		49
Femme		51
RÉGION		TOTAL
		1000
Île de Montréal		47
Rive-sud de Montréal		11
Rive-nord de Montréal		4
Québec RMR		7
Reste du Québec		25
		6
SITUATION		TOTAL
		1000
Travailleur (se) à temps plein		47
Travailleur (se) à temps partiel		11
Chômeur (se), à la recherche d'un emploi		4
À la maison à temps plein		7
Retraité (e)		25
Étudiant (e)		6
REVENU-MÉNAGE		TOTAL
		1000
Moins de 40K \$		30
40K\$ À 79K \$		35
80K \$ et plus		22
Je préfère ne pas répondre		13
SCOLARITÉ		TOTAL
		1000
Secondaire ou moins		35
Collège		44
Université		22
LANGUE MATERNELLE		TOTAL
		1000
Français		80
Anglais ou autre langue		20



555, BOUL. RENÉ-LÉVESQUE OUEST

BUREAU 1501

MONTRÉAL (QUÉBEC) H2Z 1B1

T 514 849-8086

WWW.CROP.CA

「CROP」

「 de la vie aux idées

L' auteur vous remercie de faire parvenir vos commentaires et suggestions à l'adresse suivante:
fcruzsan@infomed.sld.cu

