



Bounce Back League

Repaires jeunesse du Canada

Avril, 2016
Mars, 2021

Contribution financière de l'Agence de santé publique du Canada
Contribuer à la santé des survivants de violence familiale



BOUNCE BACK LEAGUE

Compte rendu final du projet

Bounce Back League, de 2016 à 2021.

Titulaire de l'accord de contribution : BGC Canada

Personne-ressource pour le projet : Meccana Ali, gestionnaire, Programmes nationaux



Avec le financement de



Agence de la santé
publique du Canada

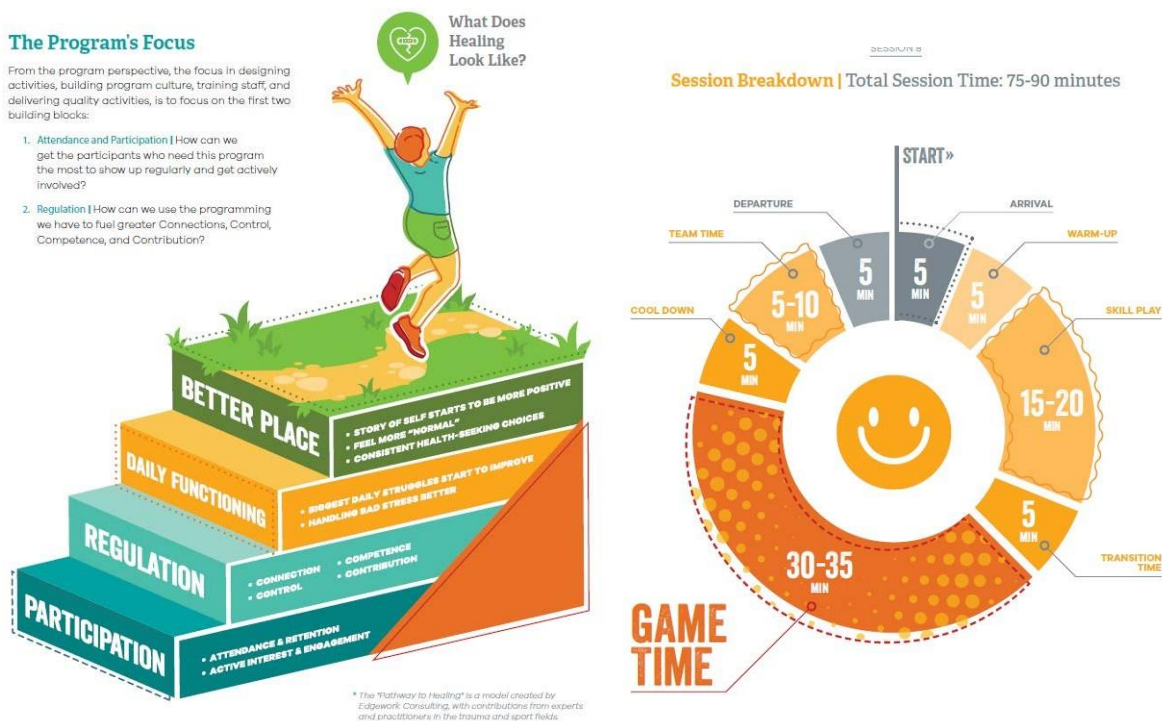
Public Health
Agency of Canada

Qui est l'organisme responsable?

Repaires Jeunesse du Canada (*Boys & Girls Clubs of Canada*, ou BGC Canada) est un organisme national sans but lucratif qui touche plus de 200 000 enfants et jeunes âgés de 6 à 18 ans chaque année en aidant les clubs sportifs locaux à mettre en œuvre et à évaluer des programmes qui favorisent l'activité physique, un mode de vie sain, l'apprentissage, la formation professionnelle et le leadership. BGC Canada s'adresse principalement aux enfants et aux jeunes à risque, par exemple, ceux issus de familles vivant dans des quartiers manquant de ressources, cette population étant touchée de manière disproportionnée par les expériences traumatisantes. Ces dernières années, des éléments probants ont démonté les effets à long terme des traumatismes subis pendant l'enfance, ce qui a conduit à la mise au point de pratiques qui tiennent compte des traumatismes. BGC Canada s'efforce d'être un leader national dans l'adoption de pratiques qui tiennent compte des traumatismes afin d'atténuer les conséquences négatives de ces expériences chez les jeunes qu'elle dessert.

En quoi consiste le projet Bounce Back League?

Bounce Back League (BBL) est un projet d'une durée de cinq ans financé par l'Agence de la santé publique du Canada. Il s'agit d'une initiative axée sur les sports qui tient compte des traumatismes. Concepts clés englobés par le projet BBL – Le chemin vers la guérison (page 13 du *Coach Guidebook* [Guide de l'entraîneur] et la répartition des séances d'entraînement BBL, p. 39)



*La légende de l'image se retrouve en annexe

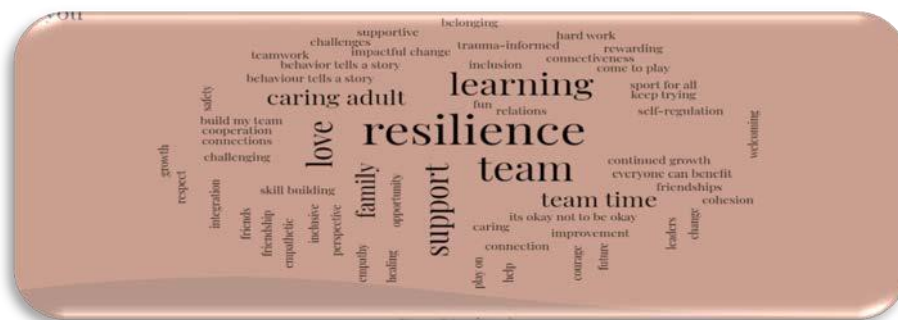
Ces deux éléments soulignent les aspects les plus importants du projet *Bounce Back League*, à savoir que la ligue invite les joueurs à apporter tout leur être – même les aspects de leur traumatisme – et qu'elle crée un environnement

sûr et accueillant qui favorise leur croissance et leur développement. Les trois compétences principales relayées par la BBL (voir ci-dessous) encouragent les entraîneurs et les joueurs à se pencher sur la résilience qui peut être développée dans le sport et, ainsi, se traduire dans la vie.



*La légende de l'image se retrouve en annexe

Interrogés lors de la séance finale de diffusion des connaissances, voici ce que les responsables de la BBL avaient à partager.



*La légende de l'image se retrouve en annexe

Introduction

Les buts et objectifs du projet BBL étaient les suivants :

- Concevoir et mettre en œuvre un programme de sport et de loisirs adapté aux traumatismes, qui répond aux besoins en matière de santé physique et mentale des enfants et des jeunes à risque membres de BGC Canada qui peuvent avoir été victimes de violence familiale.
- Former le personnel de BGC Canada aux pratiques qui tiennent compte des traumatismes et renforcer la capacité à intégrer cette approche dans l'ensemble de l'organisme.
- Multiplier les liens entre BGC Canada et les organismes communautaires (santé mentale, défense des droits des enfants et des familles) afin de répondre aux besoins des enfants et des jeunes membres.

- Déterminer l'efficacité d'un programme sportif qui tient compte des traumatismes au sein d'un Club BGC grâce à la recherche interventionnelle.
- Prendre part à des activités d'application des connaissances afin de partager les résultats de nos recherches interventionnelles ainsi que les pratiques exemplaires au sein de notre propre réseau de Clubs BGC, ainsi qu'avec les partenaires communautaires.

Nous tenons également à remercier les contributions financières et en nature qui ont soutenu les activités du projet. Il s'agit notamment (1) du soutien en matière de supervision offert par 13 Clubs à travers le Canada; (2) du soutien en lien avec l'évaluation et de la part d'experts en la matière lors des réunions de planification et au sein du comité consultatif avec les Clubs; (3) de l'utilisation d'espaces des Clubs et dans la communauté pour planifier, mettre en œuvre et évaluer les saisons de la BBL. *L'Agence de la santé publique du Canada a versé 2 159 625 \$ d'avril 2016 à mars 2021 dans le cadre de l'investissement Contribuer à la santé des survivants de violence familiale.*

Contexte

Pourquoi le projet a-t-il été entrepris?

La violence familiale et la maltraitance des enfants touchent tous les groupes sociodémographiques. Cependant, Statistique Canada signale que le taux d'exposition des enfants à la violence est plus élevé lorsque les parents sont sans emploi, dans les familles monoparentales, lorsque la structure familiale a subi des changements au cours des deux années précédentes ainsi que dans les ménages qui se situent sous le seuil de faible revenu. Bien que le projet ne cible pas explicitement les enfants et les jeunes victimes de violence domestique et (ou) de maltraitance, nous savons, selon les données à notre disposition, que BGC Canada occupe une position privilégiée unique qui lui permet de diriger un programme universel qui aura un impact sur les enfants et les jeunes victimes d'abus et de traumatismes.

En outre, une étude récente indique que les traumatismes pourraient être plus fréquents qu'on ne le croyait auparavant. L'étude sur les expériences négatives vécues durant l'enfance (*Adverse Childhood Experiences*, ou ACE), l'une des plus grandes enquêtes jamais menées pour évaluer les associations entre les mauvais traitements subis dans l'enfance et la santé et le mieux-être ultérieurs, s'est penchée sur les antécédents de plus de 17 000 personnes afin de déterminer les liens entre les expériences négatives dans l'enfance et la santé à l'âge adulte. Les chercheurs ont examiné huit catégories relatives aux abus et au fait de grandir dans un foyer dysfonctionnel (y compris le fait d'être témoin de violences à l'encontre de la mère). L'étude a révélé que les expériences négatives vécues dans l'enfance étaient beaucoup plus courantes que l'on croyait, qu'elles étaient directement liées à la consommation de substances psychoactives et aux problèmes de santé mentale ainsi qu'à toute une série de maladies chroniques plus tard dans la vie comme le diabète, et qu'elles coexistaient souvent avec de tels problèmes.

Fournissez les preuves qui ont étayé votre approche et (ou) la nécessité du projet.

Les Clubs BGC se retrouvent dans des communautés vulnérables où les besoins en services accessibles et abordables pour les enfants et les jeunes sont élevés. Parmi les 200 000 enfants et jeunes que nous desservons, plus de la moitié vivent dans des familles monoparentales, 18 %

sont des Autochtones, 14 % sont de nouveaux arrivants, 18 % ont des besoins spéciaux, 4 % vivent en famille d'accueil et 3 % sont de jeunes délinquants. Puisque le personnel de BGC Canada travaille déjà directement avec des enfants et des jeunes ayant subi des traumatismes dus à la présence de violence domestique dans leur vie, ce projet vise à construire un réseau de membres du personnel des Clubs et de former ces employés aux principes de sensibilité aux traumatismes sur lesquels les Clubs s'appuieront pour fournir leurs programmes et leurs services, et qui pourront être intégrés à la structure des organismes de BGC Canada. Cette approche sera en outre bénéfique pour tous les jeunes membres des Clubs, car ces principes, techniques et compétences constituent le fondement d'un environnement sûr, favorable et propice à la guérison, dont tous les jeunes peuvent bénéficier.

Il importe de noter que, même si l'apparence des Clubs varie selon leur emplacement et la communauté qu'ils desservent, tous présentent trois caractéristiques clés qui, selon les recherches actuelles sur le développement des jeunes, conduisent à des résultats positifs pour les enfants et les jeunes.

1. Les Clubs BGC créent des environnements respectueux, inclusifs et stimulants qui sont reconnus pour promouvoir la sécurité, le plaisir, l'inclusion et le respect.
2. Les Clubs BGC mettent l'accent sur l'établissement de relations et sur le mentorat, où des adultes bienveillants transmettent aux jeunes un sentiment d'appartenance, d'acceptation, d'autonomisation et de connexion. Les Clubs créent un équilibre entre l'encouragement des jeunes et l'établissement d'un ensemble de règles, de structures et d'attentes claires et cohérentes qui favorisent les comportements positifs et responsables.
3. Les Clubs BGC sont actifs et rattachés aux communautés qu'ils desservent. Les Clubs jouent le rôle de leaders et de modèles au sein de leurs communautés et sont d'importants catalyseurs qui permettent aux écoles, aux entreprises locales et aux bénévoles de travailler en collaboration dans l'intérêt fondamental des jeunes et de leurs familles.

Activités et résultats clés

Qu'avez-vous accompli?

Au cours des cinq années de fonctionnement de la BBL, 13 Clubs ont été mobilisés, 45 membres du personnel ont été formés et 506 joueurs ont été touchés, d'un océan à l'autre : dans l'Ouest (C.-B., AB, MB), au Centre (ON), et dans l'Est du Canada (Î.-P.-É., NB).

Le projet visait, entre autres, des joueurs âgés de 8 à 12 ans issus de divers milieux à travers le Canada. Les évaluateurs ont recueilli de l'information auprès des Clubs et constaté que les saisons duraient entre 6 et 19 semaines et que les joueurs revenaient les années suivantes pour continuer à perfectionner leurs compétences BBL (*Come to Play*, *Build My Team* et *Play On*). Veuillez consulter le rapport de la *Bounce Back League* pour obtenir des données démographiques sur les joueurs et d'autres renseignements sur l'impact du programme.

Parmi les principaux partenaires du projet, notons Edgeworks Consulting à titre d'experts en la matière, ainsi que l'Université d'Ottawa et l'Université de la Colombie-Britannique pour l'évaluation et la diffusion des connaissances. ThinkLink a fourni des enregistrements graphiques de la diffusion des connaissances (voir les résultats ci-joints).

Voici quelques-unes des activités de diffusion et d'échange de connaissances : (1) une séance de

récapitulation de trois jours avec les différentes parties prenantes : des membres du personnel des Clubs, la direction de BGC Canada, des représentants de l'Agence de la santé publique du Canada (l'enregistrement graphique et un résumé de cette séance sont également joints); (2) des scripts et les vidéos s'y rattachant, qui seront disponibles sur la plateforme d'apprentissage en ligne de BGC Canada afin que plus de 774 sites de clubs y aient accès; (3) la diffusion du guide des entraîneurs et du manuel des opérations pour soutenir 200 000 membres de Clubs BGC à travers le Canada.

Résultats du projet

Les résultats de la recherche et de l'évaluation figurent dans le rapport d'évaluation (ci-joint).

Les résultats préliminaires semblent indiquer que le programme BBL est efficace pour promouvoir le développement des jeunes. Les membres des Clubs ont connu une amélioration de leur mieux-être et du développement de leurs compétences de vie, et ont vu leurs besoins psychologiques fondamentaux satisfaits. De nombreux entraîneurs de la BBL possèdent déjà la capacité de favoriser des environnements sûrs et d'établir des relations de confiance et de soutien avec les membres des Clubs. La BBL, lorsqu'elle est animée par des entraîneurs qualifiés, offre une expérience d'apprentissage de haute qualité en optimisant la participation dans un cadre d'activités dynamiques et compétitives, en offrant des possibilités de perfectionnement des compétences physiques et sportives et en soutenant les membres des *Clubs* dans les moments de dysrégulation.

Beaucoup d'enseignements pourraient aider à améliorer le bilan de santé des survivants de violence. En voici des exemples :

- Travailler avec les Clubs pour renforcer les liens avec des partenaires spécialisés en traumatismes afin de créer un réseau de soutien sensible aux traumatismes et d'orienter les enfants ainsi que les familles susceptibles d'être exposés à des traumatismes.
- Élargir la formation afin d'apprendre aux membres du personnel comment tisser des liens avec les soignants et les parents des joueurs.
- Intégrer des systèmes de soutien pour les membres du personnel afin de réduire le fardeau de la mise en œuvre de la BBL.
- Intégrer l'équité, la diversité et l'inclusion dans le cadre de la prise en compte des traumatismes.

En termes d'augmentation de la capacité des professionnels de la santé :

- Formation en personne sur les effets des traumatismes sur le cerveau et le corps, ainsi que sur la guérison et la résilience.
- Renforcement des capacités du personnel : une fois les membres du personnel formés, ceux-ci cherchent à acquérir des compétences qui tiennent compte des traumatismes, puis perfectionnent et affinent ces compétences.
- Un soutien et des conseils permanents : il est essentiel que les membres du personnel disposent d'un système de soutien pour obtenir de l'aide et des ressources.
- La formation virtuelle peut être efficace, bien qu'elle soit moins approfondie, et peut atteindre beaucoup plus de membres du personnel qu'une formation en personne.
- Le perfectionnement des formateurs internes est une entreprise de longue haleine. Ceux que nous avons déjà formés ont acquis une confiance accrue envers le matériel et une meilleure capacité à défendre des pratiques qui tiennent compte des traumatismes dans leurs Clubs respectifs.
- Il importe en outre de disposer d'un espace en ligne partagé où toutes les ressources ET les

communications concernant le programme sont facilement accessibles.

Voici quelques points clés que nous avons appris sur le projet, sur son incidence et sur le changement au niveau individuel et organisationnel :

- Créer un espace sûr pour que les enfants puissent s'exprimer et partager ce qu'ils ressentent à propos de choses comme la vie au foyer, la famille, l'école et les Clubs.
- Montrer aux enfants que des adultes bienveillants font partie de leur vie, que leurs camarades les soutiennent et qu'ils sont bienveillants.
- Le fait d'offrir des choix dans le contexte d'un programme prévisible permet aux enfants de se sentir en contrôle et favorise la guérison.
- Les bonnes aptitudes et les gestes positifs du personnel et des entraîneurs, dont la patience, l'empathie et assurer un espace sûr, peuvent favoriser le processus de guérison chez les enfants.
- Les résultats préliminaires semblent indiquer que le programme BBL est efficace pour promouvoir le développement des jeunes.
- Le BBL, lorsqu'il est animé par des entraîneurs dûment formés, offre une expérience d'apprentissage de haute qualité.

Les enseignements tirés de l'utilisation d'approches de promotion de la santé intégrées qui tiennent compte des traumatismes et de la violence pour appuyer les survivants de violence familiale :

- Un langage qui tient compte des traumatismes peut être intégré aux programmes sportifs afin d'aider les joueurs à progresser sur le chemin de la guérison.
- La formation BBL peut aider le personnel à travailler avec des joueurs qui pourraient être considérés comme « difficiles », mais qui, après avoir reçu la formation BBL, se verraient plutôt qualifiés de « dysrégulés ». Cela permet de faire preuve de patience dans les interactions avec les joueurs, voire au sein de leur propre équipe.
- La formation et la sensibilisation à l'approche qui tient compte des traumatismes fournies dans le cadre du programme BBL ont permis de mieux prendre conscience de la nécessité de promouvoir la santé et de soutenir les personnes qui ont survécu à la violence.

Le programme *Bounce Back League* a transmis aux entraîneurs et aux superviseurs les outils pédagogiques grâce auxquels ils pourront appuyer les participants et leur enseigner la résilience afin de leur permettre d'affronter la vie quotidienne. Lors de la saison d'automne 2020 de la campagne Moose hide, les entraîneurs et les participants ont eu des conversations sur le thème de la violence au foyer.

Voici quelques enseignements tirés du processus qui pourraient contribuer à la conception et à la mise en œuvre de futurs projets :

- Faire en sorte que tous les entraîneurs se familiarisent avec les ressources BBL afin d'optimiser leur harmonisation avec les philosophies BBL, l'intention de chaque composante de l'entraînement et les stratégies d'entraînement BBL.
- Il importe en outre d'intégrer les structures d'autorégulation aux structures du BBL. Envisager d'officialiser « La Zone » ou un espace semblable pour permettre aux membres des Clubs de disposer d'un espace où ils peuvent se rendre et pratiquer l'autorégulation (c'est-à-dire, se réorienter, se restabiliser, se reposer, récupérer et

- revenir).
- Utiliser le langage BBL de manière explicite tout au long du programme, en recourant aux éloges, aux encouragements et aux discussions, en tirant le meilleur parti des moments propices à l'apprentissage et du temps d'équipe (*Team Time*), afin d'optimiser la connaissance, l'utilisation et l'assimilation des philosophies et compétences BBL par les membres des Clubs.
 - Prévoir de 5 à 10 minutes avant et après les séances BBL pour que les entraîneurs puissent coordonner les activités, réfléchir aux succès et aux défis, et se fixer des objectifs pour la prochaine séance.
 - Poursuivre et accroître les possibilités d'autonomisation et de leadership des jeunes en offrant des choix et une variété d'activités, en offrant des occasions pour diriger les échauffements et faire du mentorat et, en offrant des postes d'entraîneur junior aux anciens de la BBL.

Les prochaines étapes

À long terme, le projet vise à ce que le personnel des Clubs soit formé et à ce que des ressources soient mises à la disposition des 774 sites des Clubs, et à ce que de l'information sur le sport qui tient compte des traumatismes soit versée sur la plateforme d'apprentissage en ligne du BGCC accessible à tous les membres du personnel des Clubs.

La communauté de pratique qui s'est réunie fréquemment tout au long de la période de financement continuera à se regrouper et à partager des pratiques prometteuses, ainsi qu'à appuyer le personnel qui explore des approches sportives tenant compte des traumatismes.

Annexe A : Légende des images

Image n° 1

À quoi ressemble la guérison?

Objet du programme

Le programme met l'accent sur la conception des activités, l'établissement d'une culture, la formation du personnel et la réalisation d'activités de qualité, par l'entremise des deux premières composantes de base.

1. Présence et participation. Comment faire pour que les participants qui ont le plus besoin de ce programme assistent régulièrement aux activités et y participent activement?
2. Réglementation. Comment pouvons-nous utiliser les programmes à notre disposition pour favoriser les liens, le contrôle, les compétences et les contributions?

Meilleur milieu de vie

- L'histoire de soi commence à être plus positive
- On se sent plus « normal »
- Choix cohérents en matière de santé

Fonctionnement quotidien

- Les plus grandes difficultés quotidiennes commencent à s'améliorer
- Meilleure gestion du mauvais stress

Réglementation

- Liens
- Contrôle
- Compétences
- Contributions

Participation

- Présence et maintien
- Mobilisation et intérêt actifs

*Le chemin de la guérison est un modèle créé par Edgework Consulting avec la contribution d'experts et de praticiens dans le domaine des traumatismes et du sport.



Image n° 2

Plan détaillé de la séance – Durée totale prévue : de 75 à 90 minutes

Début

Arrivée (5 minutes)

Brise-glace (5 minutes)

Jeu d'adresse (15-20 minutes)

Période de transition (5 minutes)

Partie (30-35 minutes)

Récupération (5 minutes)

Temps passé en équipe (5-10 minutes)

Départ (5 minutes)

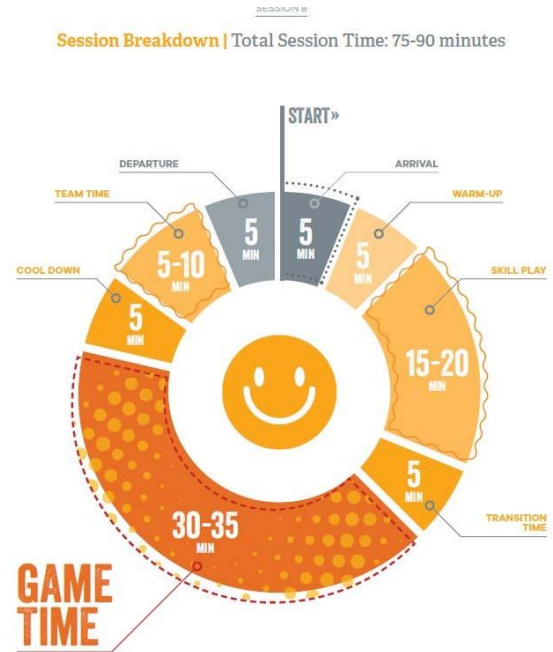


Image n° 3

Voici les trois compétences pour rebondir :

- 1- Venir jouer : me connaître et me préparer à tirer le meilleur parti des possibilités et des défis qui se présentent à moi.
- 2- Constituer mon équipe : investir dans les gens afin de former un système de soutien et d'acquisition de compétences.
- 3- Continuer à jouer : persévérer, s'adapter à l'adversité et rester dans un esprit positif, quoi qu'il arrive.

*Les compétences pour rebondir font partie d'un ensemble plus vaste de compétences sportives axées sur les traumatismes, diffusées par de nombreuses organisations du monde entier travaillant au développement des jeunes grâce au sport.



*The Bounce Back Skills are part of a broader set of trauma-informed sport skills shared by numerous organizations around the world working in sports-based youth development.

Image n° 4



Résilience
Apprentissage
Équipe
Amour
Famille
Soutien
Temps en équipe
Adultes bienveillants
Amusant
Relations
Appartenance
Soutien
travail ardu
Défis
Tenant compte des
traumatismes
Récompense

Le comportement raconte
une histoire
Inclusion
Viens jouer
Sécurité
Bâtir mon équipe
Coopération
Connexion
Difficile
Développement de
compétences
Opportunité
Croissance
Respect
Interaction
Amis
Amitié
Empathique
Compris
Perspective

Empathie
Guérison
Jouer
Aide
Du sport pour tous
Continue d'essayer
Autorégulation
Croissance continue
Accueillant
Tout le monde peut en
bénéficier
Amitiés
Cohésion
Ce n'est pas grave de ne
pas être bien
Bienveillance
Amélioration
Aide
Courage
Leader
Changement