

## Développer les habiletés sociales des jeunes adultes

# EXPÉRIENCE MAWIW 2019 :

## L'actualisation d'habiletés sociales dans un contexte de vivre-ensemble dans un camp nature

En 2017, les partenaires COSMOSS identifiaient l'importance de créer un projet permettant aux jeunes de développer de meilleures habiletés sociales et affectives, de l'autonomie et une meilleure connaissance de soi.

Quatre organismes ayant pour mission d'encourager l'intégration sociale et professionnelle se sont associés avec le camp en nature Canawish. Ensemble, ils ont offert à de jeunes adultes un séjour de groupe, visant à développer les habiletés suivantes :

- **Communication**: se présenter, entretenir une conversation
- **Interpersonnelles**: demander et offrir de l'aide
- **S'affirmer**: reconnaître et exprimer ses sentiments
- **Personnelles**: nommer ce qui est facile et difficile

**Mawiw** signifie « ensemble » dans la langue de la communauté Wolastoqiyik Wahsipekuk (Première Nation malécite de Viger).



## Organisation du projet

Organismes impliqués		
Projektion 16-35	Association des personnes handicapées du Kamouraska	
La Traversée	Tandem-Jeunesse	Camp Canawish

## Planification du projet

- **12** rencontres de préparation
- Chargée de projet COSMOSS en support à l'organisation
- Chargé de projet du Camp Canawish pour la programmation et coordination du séjour
- Séjour du 25 au 28 juin 2019 au Camp Canawish, nuitées incluses

## Présentation des participants

- **22** participants venant des **4** organismes
- **12** femmes et **10** hommes, entre 16 et 33 ans
- Encadrement par **6** ressources, en plus du personnel du Camp



## Composantes clés du séjour

### Partage d'un quotidien

- Le partage de la vie quotidienne a permis aux intervenants et aux participants de se connaître et de se rencontrer aussi lors des moments libres et informels.
- La situation éloignée, isolée en nature, du camp et le séjour sur le site a permis de créer un groupe fermé qui limitait la présence de jugement extérieur.

### Balance entre flexibilité et rigidité

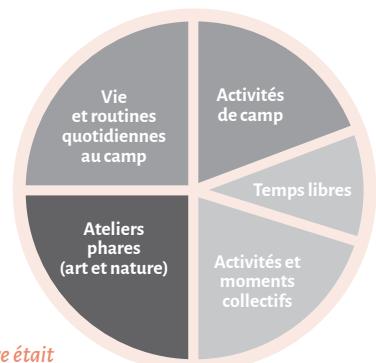
- La routine flexible et rigide : des moments bien définis (début des ateliers, repas, heure de coucher, etc.) et latitude pour s'ajuster aux aléas de l'horaire et aux besoins de chacun.
- Les règles de vie ont été très bien respectées, car présentées avec leur rationalité : protection des autres participants, assurances liées au travail sur le site du camp, etc.

### Diversité des activités et des personnes-ressources

- La diversité d'activités quant au niveau de complexité, d'intensité et de rythme : yoga, djembé, plantes comestibles, écriture, culture malécite, contes et chansons, etc.
- Les activités animées par des personnes-ressources ayant pour la plupart des parcours de vie « atypiques » et des récits de résilience à partager.

### Équipe outillée et disponible

- La présence de plusieurs intervenants de confiance accessibles en tout temps sur le site.
- Le soutien aux habiletés sociales s'est fait de façon spontanée : le contexte a multiplié les occasions pour les participants de vivre des défis sur ce plan. Les intervenants, toujours présents, étaient témoins, accompagnateurs, participants à ces échanges.



« L'horaire était une bonne chose. Parfois, il y a des jeunes qui n'en ont pas. Mais il faut un horaire pas trop cordé serré, pour qu'ils aient du temps. »  
-intervenante

« On était dans la forêt, mais on avait quelqu'un qui venait nous montrer comment écrire! Pas d'examen à faire : juste te vider la tête et écrire. »  
-participant

## Retombées chez les participants

- Appréciation très positive du séjour.
- Appréciation variable des activités et des ateliers, selon les participants, ce qui témoigne de l'importance de conserver cette diversité pour rejoindre tout le monde.
- Pour certains, appréciation mitigée de la gestion de la vie quotidienne, mais cela n'a pas altéré la satisfaction globale.
- Le transport a été un irritant pour les participants ne dormant pas au camp.

«*Merci à Mawiw, merci à cette expérience-là qui a fait que tout était possible, on a tout apporté ce qu'on avait à apporter et l'expérience était unique.*»

-participant



## Habiletés sociales développées

### Habiletés de communication : se présenter, entretenir une conversation

- Le séjour a créé d'innombrables occasions d'entrer en contact, de converser, d'échanger : chacun a pu mettre ses habiletés à profit et les développer
- Certains participants pour qui briser la glace constitue vraiment un défi, sont parvenus à parler à d'autres

«*J'ai beaucoup aimé ça parler avec le monde, rencontrer de nouvelles personnes.*» -participante

### Habiletés personnelles : nommer ce qui est facile et difficile

- Plusieurs ont vécu de la fierté : ils ont eu des occasions de se surprendre eux-mêmes dans des activités non usuelles pour eux (écriture, graffitis, tir à la carabine, tyrolienne, etc.)
- Certains ont aussi pu prendre un rôle de leader, comme à la tyrolienne pour en aider d'autres à surmonter leurs difficultés

«*Tout le monde a trouvé son rôle ou ses forces. Tout le monde a pu à un moment briller.*» -intervenante

### Habiletés pour s'affirmer : reconnaître et exprimer ses sentiments

- La programmation avait inclus des moments permettant l'expression des sentiments, dont les ateliers d'écriture
- Les intervenants ont été étonnés de voir à quel point les participants ont été capables d'exprimer même les malaises qu'ils ont vécus

«*Surtout le temps de l'écriture. Ça fait ressortir nos émotions et moi qui m'exprime pas beaucoup, ça m'a permis de m'exprimer plus.*»

-participante

«*Lors de l'atelier d'écriture, à la télé, lors des interviews, lors du cercle de la fin, quand elle a demandé comment ils se voyaient. Il y avait plein de moments pour ça.*» -intervenante

### Habiletés interpersonnelles : demander et offrir de l'aide

- La mixité des participants dans différentes activités a permis à certains d'offrir de l'aide alors qu'ils ne sont pas nécessairement habitués d'être dans cette position
- Demander de l'aide entre les participants a été plus difficile ; les participants l'ont surtout fait auprès des intervenants

«*Dans ma vie, j'ai tout le temps été la personne qui se faisait aider et qui avait besoin d'aide [...]. Juste pouvoir redonner ce que le monde me donne depuis que je suis jeune, juste le fait de l'avoir partagé un peu par-ci, par-là, moi ça m'a fait du bien.*» -participant

«*Je n'étais pas dans ma zone de confort. Je suis arrivé, et il y avait tellement de monde. J'avais peur de prendre trop de place ou pas assez de place. Mais le fait que tout le monde se mélange... [...] Ça m'a fait tripper le fait qu'on soit autant facilement connectables.*»

-participant



«*On a brisé des stéréotypes, on s'est dit : pourquoi ne pas laisser la chance au coureur. La peur du jugement, la peur de ce que l'on a dans la société. Le fait de vivre ensemble, ça a brisé cela.*» -participant

## À retenir

Grâce à l'encadrement, l'environnement en nature et le temps disponible favorisant un vivre-ensemble, les jeunes ont eu l'occasion de vivre des prises de conscience personnelle, leur permettant de dépasser leurs limites et de développer de nouvelles habiletés sociales.