

# D'un stade à l'autre

UNE RESSOURCE SUR LE DÉVELOPPEMENT DES JEUNES



## D'un stade à l'autre Une ressource sur le développement des jeunes

Ministère des Services à l'enfance et à la jeunesse

Congrès 2017 de l'OARTY

Le 9 juin 2017

# Soutenir le développement positif des jeunes de 0 à 25 ans

Petite enfance  
(0 à 8 ans)

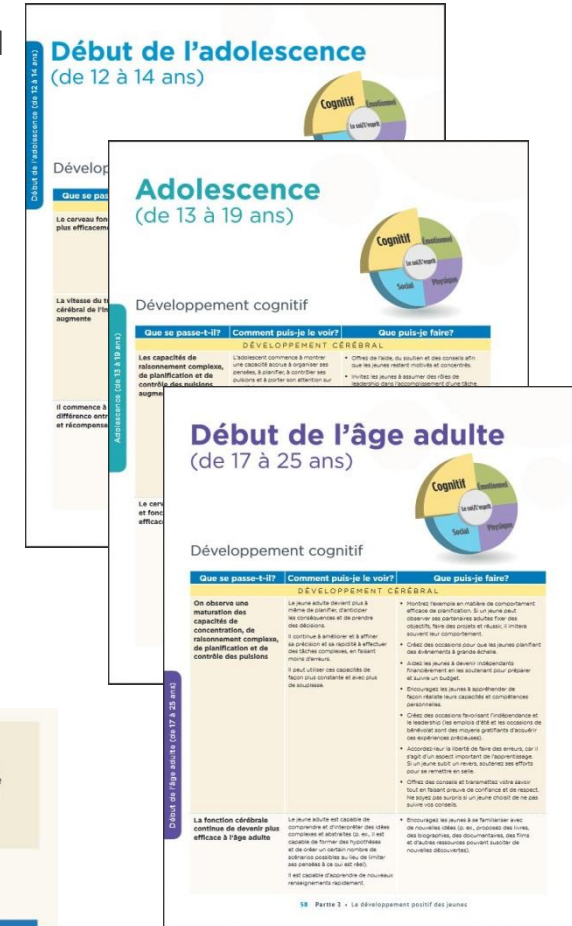
Années  
intermédiaires  
(6 à 12 ans)

Jeunesse  
(12 à 25 ans)

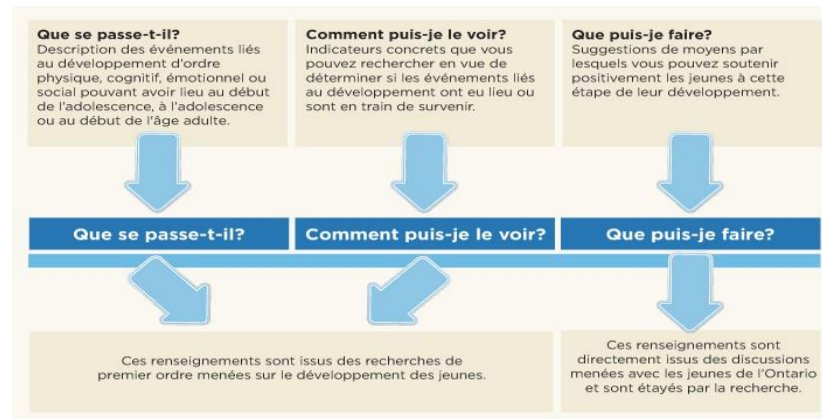


# D'un stade à l'autre : Une ressource sur le développement des jeunes (2012)

- Des feuilles de route du développement des jeunes articulées autour de cinq domaines : **le soi et l'esprit, le cognitif, l'émotionnel, le social et le physique**.
- La ressource couvre trois stades du développement des jeunes: le début de l'adolescence (de 12 à 14 ans), l'adolescence (de 13 à 19 ans) et le début de l'âge adulte (de 17 à 25 ans).
- Fondée sur une approche axée sur les points forts.
- Destinée aux personnes qui sont responsables de jeunes ou les aident directement (p. ex., parents, aidants, personnel enseignant, fournisseurs de services), ainsi qu'aux planificateurs et aux décideurs.
- Explique la façon dont les domaines de développement sont liés et interdépendants, et que le développement dans un domaine a une incidence sur le développement dans les autres domaines.



- Reconnaît le rôle du contexte et de l'environnement dans le développement et les possibilités de développement.



# Le soi et l'esprit

Que se passe-t-il?	Comment puis-je le voir?	Que puis-je faire?
<p><b>La conception du soi et l'identité personnelle se construisent et perdurent à l'âge adulte.</b></p> <p><b>Les différentes composantes de l'identité comprennent la culture, la race, le genre, l'orientation sexuelle, ainsi que les croyances personnelles et spirituelles, les valeurs, les principaux centres d'intérêt et passe-temps et l'identification à un groupe social.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• À mesure qu'ils gagnent en maturité, la plupart des jeunes explorent diverses possibilités identitaires. Après une longue phase d'exploration, les adolescents et les jeunes adultes commencent en général à s'investir dans une identité qui inclut des rôles, des valeurs, des croyances et des objectifs.</li><li>• L'identité spirituelle commence à fluctuer pendant l'adolescence, et les jeunes peuvent explorer leurs croyances et les remettre en question. Les jeunes adultes peuvent intégrer leurs croyances dans une identité plus vaste ou, dans certains cas, abandonner certaines croyances religieuses ou spirituelles.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Favorisez la participation à des activités artistiques et aux traditions, cérémonies et manifestations culturelles.</li><li>-Encouragez l'engagement communautaire – collectivité locale, communauté culturelle ou communauté organisée autour d'une identité sociale.</li><li>-Offrez la possibilité d'explorer et de participer à des clubs, des équipes, etc., pour que les jeunes puissent commencer à découvrir leurs talents et les carrières et parcours de vie possibles.</li><li>-Soutenez-les dans leur exploration des systèmes de croyances.</li><li>-Appuyez leur participation à des traditions religieuses et spirituelles pour les aider à développer un sentiment d'identité spirituelle.</li><li>-Incitez les jeunes à réfléchir à leurs croyances – soyez ouverts à la discussion.</li></ul>
<p><b>La construction identitaire comprend également la formation des conceptions du soi, de l'auto-efficacité et de l'estime de soi.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Les jeunes qui ont un haut niveau d'auto-efficacité vont souvent entreprendre des tâches plus difficiles, s'y atteler plus longtemps et être motivés par les défis à relever.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Proposez aux jeunes des défis réalistes à relever.</li><li>-Aidez-les à se fixer des objectifs et appuyez leurs efforts pour atteindre ces objectifs afin d'améliorer leur auto-efficacité.</li></ul>

# Le développement cognitif



Que se passe-t-il?	Comment puis-je le voir?	Que puis-je faire?
<p><b>Le cerveau continue à s'adapter et à se modifier bien au-delà de la petite enfance</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La région du cerveau qui connaît les plus grands changements après la puberté est le cortex préfrontal, qui est associé aux fonctions « exécutives », comme la surveillance, l'organisation, la planification, la prise de décisions, le contrôle des pulsions et le report de la satisfaction.</li> <li>• La maturation du cortex préfrontal a lieu pendant toute la durée de l'adolescence et au début de l'âge adulte et dépend dans une large mesure de l'expérience vécue.</li> <li>• À l'adolescence, les jeunes deviennent capables de comprendre et d'accepter les points de vue des autres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Offrez des possibilités d'indépendance et de leadership (emplois d'été, bénévolat).</li> <li>-Fournissez des conseils et un accès à des outils pour les aider à apprendre et à se préparer.</li> <li>-Établissez des attentes en matière de comportement et laissez-les résoudre les problèmes par eux-mêmes.</li> </ul>
<p><b>Le cerveau se spécialise et fonctionne plus efficacement</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les stratégies d'apprentissage s'améliorent pendant l'adolescence et au début de l'âge adulte.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Favorisez les exercices qui permettent aux jeunes d'organiser des idées abstraites et de tirer des conclusions raisonnées (p. ex., une liste de « pour » et de « contre »).</li> <li>-Encouragez les jeunes à se familiariser avec des idées nouvelles (biographies, documentaires, films pouvant mener à de nouvelles découvertes).</li> </ul>

# Le développement émotionnel



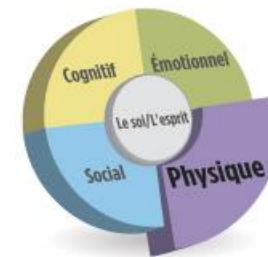
Que se passe-t-il?	Comment puis-je le voir?	Que puis-je faire?
<p><b>Apprendre à réguler ses émotions et à prendre des décisions sont des tâches clés en matière de développement émotionnel</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les adolescents sont moins capables que les adultes de limiter leurs envies de se faire plaisir, ce qui peut entraîner une hausse des comportements à risque.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>-Bien que ces comportements soient souvent associés à des résultats négatifs, la curiosité et le désir de vivre de nouvelles expériences offrent des possibilités d'exploration, d'apprentissage et d'épanouissement.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Offrez aux jeunes des possibilités de réorienter leur énergie vers quelque chose de productif (comme faire de l'exercice ou aider à organiser un événement).</li> <li>-Renforcez les stratégies d'autorégulation efficaces (p. ex., encouragez-les à réfléchir avant de prendre une décision ou de prendre part à une activité ou une pratique risquée).</li> </ul>
<p><b>L'empathie continue de se renforcer mais n'atteint son plein potentiel qu'au début de l'âge adulte</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'empathie « mature » implique la capacité à faire une évaluation cognitive de la réponse émotionnelle de l'autre personne.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Développez le comportement empathique (p. ex., céder son siège dans un autobus).</li> <li>-Encouragez les jeunes à consacrer du temps à d'autres personnes et à d'autres sujets (p. ex., en faisant du bénévolat dans la collectivité).</li> </ul>
<p><b>La motivation devient encore plus intériorisée</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les motivations extrinsèques commencent à être remplacées par des motivations intrinsèques; une jeune personne commence à s'engager dans une activité parce qu'elle l'intéresse et qu'elle comprend les bénéfices qu'elle leur apporte. L'intériorisation des motivations continue de s'accroître à mesure que les comportements deviennent plus autorégulés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Si un jeune a du mal à faire quelque chose, proposez de l'aider à commencer, mais ne faites pas tout à sa place.</li> <li>-Encouragez les jeunes mais donnez-leur la liberté de fixer et d'atteindre des objectifs par eux-mêmes.</li> </ul>

# Le développement social



Que se passe-t-il?	Comment puis-je le voir?	Que puis-je faire?
<b>Les changements au niveau de la prise de perspective permettent d'établir des relations plus intimes avec les pairs et les partenaires amoureux</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les relations amoureuses axées sur le divertissement et la camaraderie évoluent vers davantage d'intimité physique et émotionnelle.</li> <li>• Une reconnaissance de l'orientation sexuelle peut avoir lieu et les jeunes LGBTTTQ peuvent dévoiler leur orientation à une personne en qui ils ont confiance au milieu de l'adolescence.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Offrez votre appui et orientez les décisions des jeunes à l'égard de leurs partenaires romantiques plutôt que d'essayer de décider pour eux.</li> <li>-Tenez compte des facteurs qui peuvent influencer sur les décisions touchant les relations (comme la religion, les médias, les expériences passées) lorsque vous cherchez à comprendre les choix des jeunes.</li> <li>-Restez en contact avec les jeunes et soyez disponible, de façon à ce qu'ils puissent poser des questions et demander de l'aide au besoin.</li> </ul>
<b>Les relations familiales évoluent</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fréquence des conflits quotidiens avec les parents est la plus élevée entre le début et le milieu de l'adolescence, et diminue généralement par la suite.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Laissez du temps et de l'espace pour réfléchir aux désaccords.</li> <li>-Consacrez certains moments à la famille, par exemple certains repas ou certain jour de la semaine.</li> </ul>
<b>L'autosuffisance se renforce</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Désir d'indépendance dans la prise de décisions concernant les relations et les activités.</li> <li>• Le jeune commence à acquérir une indépendance financière au moyen d'un emploi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Donnez des conseils et partagez vos propres expériences liées à l'acquisition de votre indépendance.</li> <li>-N'oubliez pas que de nombreux jeunes adultes quittent le foyer familial, puis y reviennent avant de procéder à une transition définitive vers l'indépendance.</li> </ul>

# Le développement physique



Que se passe-t-il?	Comment puis-je le voir?	Que puis-je faire?
<b>La participation aux activités physiques change</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le degré d'activité physique commence à diminuer en général entre l'âge de 13 ans et l'âge adulte.</li> <li>Les jeunes abandonnent souvent des sports qu'ils appréciaient auparavant pour se concentrer sur ceux dans lesquels ils excellent.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Offrez aux jeunes des possibilités qui leur permettent de se sentir à l'aise pour essayer de nouvelles activités.</li> <li>-Encouragez la participation à toute activité physique qui intéresse les jeunes.</li> </ul>
<b>Les hormones influencent le cycle du sommeil</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les changements associés à la puberté modifient le cycle du sommeil et les adolescents tendent à veiller plus tard et à avoir du mal à se lever le matin - ceci commence à s'inverser au début de l'âge adulte.</li> <li>Le manque de sommeil peut causer de l'irritabilité et des difficultés en matière de traitement cognitif et de régulation des émotions.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aidez les jeunes à maintenir de bonnes habitudes de sommeil, y compris en éteignant les écrans une heure avant le coucher et en ne gardant pas les écrans près du lit.</li> </ul>
<b>Le développement de l'image corporelle se poursuit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pendant l'adolescence et au début de l'âge adulte, les jeunes ont davantage tendance à établir des comparaisons sociales concernant la morphologie et les opinions à l'égard de l'habillement et de l'apparence prennent de l'importance.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Encouragez les jeunes à se concentrer sur leurs propres aspects physiques qu'ils apprécient et qui les mettent en confiance.</li> <li>-Montrez l'exemple – évitez de critiquer votre propre corps.</li> </ul>



# Nouvelles données :

## Le développement dans les années intermédiaires (6 à 12 ans)

### Développement physique :

- Littératie en santé : les enfants acquièrent les compétences et les connaissances nécessaires pour prendre de bonnes décisions et promouvoir, maintenir et améliorer leur santé.
- La relation avec la nature, la terre et le jeu en plein air offre une possibilité de développement dynamique.
- Risque accru que les filles abandonnent les sports organisés et l'activité physique.

### Développement émotionnel :

- L'exposition à un stress toxique (entre parent ou fournisseur de soins et enfant) peut affecter le développement émotionnel et avoir une incidence négative sur les connexions cérébrales, p. ex., sur le développement de la mémoire, la concentration, le filtrage de l'information, la gestion des émotions et la régulation du comportement.
- Établir un lien avec la culture, la collectivité, la spiritualité ou la foi favorise le développement d'une image positive de l'identité et le bien-être.
- On craint que le temps passé devant un écran puisse diminuer l'empathie, entraîner de mauvais comportements et limiter la capacité à reconnaître et à décrire ses sentiments et à interpréter les émotions.

# Nouvelles données :

## Le développement dans les années intermédiaires (6 à 12 ans)

### Développement social :

- Si les enfants nouent de nouvelles relations avec l'extérieur, ils ont encore besoin de la stabilité et du sentiment de familiarité que leur apporte leur famille.
- Le bien-être social est lié à la famille et à la famille élargie, et inclut le bien-être des collectivités – les liens sociaux sont essentiels.
- Pendant les années intermédiaires, de solides relations de confiance avec les pairs sont associées à la réussite des relations amoureuses et des relations fondées sur un engagement à long terme à l'âge adulte.

### Développement cognitif :

- Entre 5 et 9 ans environ, le cerveau d'un enfant est prêt pour l'apprentissage – il est plus adaptable et plus « plastique ».
- L'exécution de tâches multiples (par exemple, utiliser plusieurs médias numériques pendant l'apprentissage et en faisant ses devoirs) rend le rappel des souvenirs plus difficile. Pour les enfants de cet âge, la meilleure façon d'apprendre et de se souvenir est d'effectuer une seule tâche à la fois.

# Nouvelles données :

## Le développement dans les années intermédiaires (6 à 12 ans)

### Langage et communication :

- L'apprentissage d'une deuxième langue est bénéfique pour les enfants, qui ont généralement une meilleure capacité d'attention et une plus grande flexibilité cognitive.
- L'acquisition du langage inclut le langage gestuel et le langage corporel.
- La communication non verbale inclut les rituels, la danse, la musique.
- Les enfants apprennent à comprendre comment le langage peut changer en fonction de la nature de la relation entre les personnes qui s'expriment, et la façon dont le ton et le langage corporel appuient les mots prononcés.
- Les enfants commencent aussi à apprendre à interpréter les indices sociaux, à comprendre les pratiques sociales liées à la politesse et au respect, et à utiliser leurs compétences langagières pour négocier dans les situations de conflit.
- Le développement des compétences en communication peut varier considérablement, par exemple chez les enfants ayant des troubles du spectre autistique.

# Discussion / Questions

## **Le site Web D'un stade à l'autre :**

**[www.ontario.ca/dunstadealautre](http://www.ontario.ca/dunstadealautre)**

**[www.ontario.ca/steppingstones](http://www.ontario.ca/steppingstones)**

**Suivez** le ministère des Services à l'enfance  
et à la jeunesse @JeunesseON sur Twitter  
**#ONjeunes**