



#CanadaWeWant #leCanadaquenoussouhaitons

NATIONAL YOUTH MOVEMENT | MOUVEMENT NATIONAL DES JEUNES



Équipe thématique : relations saines

Rapport de la conférence



La commission
des étudiants
*Le centre d'excellence pour
l'engagement des jeunes*

Ce projet a été rendu
possible en partie grâce au
gouvernement du Canada

Canada



Objectif avenir RBC

Table des matières

Remerciements	3
Sommaire	4
La conférence #leCanadaquenoussouhaitons 2021	4
Le déroulement	4
Principales conclusions	5
Discussion.....	5
Les perspectives directrices	7
Expériences des communautés rurales éloignées et nordiques	7
Le racisme structurel	7
Vérité et réconciliation.....	7
Les droits de l'enfant	9
L'arbre à rêves	11
Vision pour le changement - recommandations de l'équipe thématique	13
Références	14

Remerciements

Avant toute chose, nous tenons à souligner le courage des jeunes de partout au pays qui se sont joints pour définir la vision de l'initiative #leCanadaquenoussouhaitons afin que nous puissions avoir #leCanadadontnousavonsbesoin. Bien que nous nous sommes rencontrés en ligne, nous tenons tout de même à reconnaître les terres traditionnelles et ancestrales des communautés autochtones de partout au Kanata, territoire où nous nous situons; nous remercions ces communautés d'avoir partagé cet espace et de continuer de protéger ces terres. Merci au Conseil des aînés de nous avoir permis de continuer à ancrer notre travail dans des pratiques autochtones et dans des partenariats intergénérationnels.

Nous désirons également remercier nos commanditaires et nos partenaires au sein des différentes communautés qui, grâce à leur soutien et leur financement, nous ont permis d'organiser cette conférence. Merci à Forums jeunesse Canada du ministère du Patrimoine et à Objectif avenir RBS d'avoir rendu possible la tenue de cette conférence. Merci à la Commission des étudiants du Canada (CÉC), au Centre d'excellence pour l'engagement des jeunes, à UNICEF Canada, à Santé Canada, à Expérience internationale Canada, à People for Education, à la coalition MENTOR Canada, au ministère du Patrimoine canadien, à l'Agence de santé publique du Canada (ASPC) et à tous les autres commanditaires de la conférence #leCanadaquenoussouhaitons 2021.

Un gros merci au comité d'organisation de la conférence de la Commission des étudiants pour leur travail acharné, à tous les organisateurs, tous les aînés, tous les adultes alliés et à tous les membres de l'équipe d'animation qui nous permettent de faire entendre la voix des jeunes! Pour terminer, nous tenons à remercier l'équipe thématique des relations saines qui nous a fait part de ses expériences, de leurs commentaires et de leurs idées lors de la rédaction ce rapport.



Sommaire

L'objet principal de ce rapport est les relations saines. Notre équipe thématique s'est entendue pour dire que #leCanadaquenoussouhaitons doit être un espace où ni le bien-être ni la sécurité de qui que ce soit n'est compromis par leurs relations. Notre équipe thématique désire également un endroit où les personnes sont en mesure de distinguer les relations saines des relations malsaines. Les jeunes participants ont évoqué la nécessité d'offrir des ressources de meilleure qualité dans les écoles et les communautés partout au Canada afin de fournir aux jeunes les connaissances requises pour tisser et cultiver des relations saines.

Le groupe a également fait mention du besoin d'avoir de meilleurs exemples de relations saines, qui ne reconduisent pas la masculinité toxique et les stéréotypes, dans les médias et dans les institutions sociales. De plus, les jeunes désirent voir une représentation des relations saines au sein de la communauté LGBTQ2S+ ainsi que de la diversité des relations. À l'issue de la conférence, de nombreux jeunes participants ont fait part de l'importance d'intégrer les quatre piliers de la CÉC, Respecter, Écouter, S'entendre, Communiquer^{MC}, en tant que fondation d'une relation saine. De plus, les jeunes ont fait part d'opinions et d'histoires traduisant l'intersectionnalité des perspectives directrices du mouvement jeunesse #leCanadaquenoussouhaitons : L'expérience des communautés rurales, isolées et nordiques, le racisme structurel, la vérité et la réconciliation, et les droits de l'enfant. Ces perspectives directrices permettent d'orienter les discussions sur la compréhension, l'apprentissage et le maintien de relations saines.

La conférence #leCanadaquenoussouhaitons 2021

La conférence #leCanadaquenoussouhaitons de cette année s'est déroulée en ligne du 1^{er} au 8 mars 2021. (La conférence a été adaptée pour respecter les limitations sociales imposées pour combattre la COVID-19.) Durant la semaine, des jeunes et des adultes alliés provenant des quatre coins du pays se sont réunis en ligne afin de partager leurs expériences, leurs inquiétudes, leurs idées et leurs espoirs pour le #leCanadanoussouhaitons et pour #leCanadadontnousavonsbesoin.

Au début de la conférence, les jeunes participants ont dû choisir une équipe thématique. Ensuite, les jeunes ont travaillé en petits groupes à l'aide de la technique des Jeunes décideurs développée par le Centre d'excellence pour l'engagement des jeunes (CEEJ). Certaines équipes ont exploré leurs sujets de façon plutôt générale en soulevant des enjeux et des épreuves auxquels les jeunes doivent faire face et en discutant de solutions possibles. D'autres avaient pour tâche de travailler sur des questions précises ou encore sur des projets que des organismes ou des ministères leur avaient donnés. Toutes les équipes thématiques devaient formuler des recommandations et un rapport d'équipe thématique qui seraient présentés devant un auditoire de parties prenantes issues des communautés concernées, de députés et de décideurs.

Le déroulement

L'équipe thématique a établi un espace sûr en définissant ce que signifiait un espace sûr pour tous les membres de l'équipe, en discutant de la façon dont il est possible de s'assurer que tous et toutes soient à l'aise et en déterminant les mesures à mettre en place pour y parvenir. Tout d'abord, un espace sûr doit permettre à tous de savoir dès le départ qu'ils vont pouvoir se sentir à l'aise; l'environnement est des facteurs majeurs contribuant à ce sentiment. Ensuite, en prenant part à un espace en ligne, il faut être conscient des différentes choses auxquelles il est possible d'être exposé et de la façon dont elles peuvent affecter la santé mentale. Autrement dit, il faut utiliser les espaces en

ligne avec l'intention d'acquérir des connaissances et d'aider les autres à comprendre ce que sont les relations saines et à quoi elles ressemblent.

Principales conclusions

Discussion

L'importance du thème des relations saines pour les participants s'est clairement manifestée dès le début de la conférence. L'accent a été mis sur l'offre d'information de qualité sur les relations saines dans les médias et dans les émissions que l'on regarde. Les jeunes participants ont discuté de la façon dont nous, en tant que société, ne pouvons nous permettre de tolérer les relations malsaines et toxiques. Nous devrions toujours avoir un dialogue ouvert, être attentifs aux sentiments des autres, choisir nos mots avec précaution et traiter les autres de la même façon que nous voudrions l'être.

Voici quelques-uns des éléments à retenir de la conférence : « Nous devons promouvoir les relations saines dans les livres, à la télévision et dans les médias; nous devons promouvoir de meilleures compétences de communication et cesser de romantiser les relations toxiques et les relations de domination. », « [...] sensibiliser au sujet de la masculinité toxique et sur la façon de s'en sortir et de briser le cycle. », « [...] sensibiliser au sujet des différents types de relations et promouvoir la sécurité et la solidarité. »

L'article, « The Happy, Healthy, Safe Relationships Continuum: Conceptualizing a Spectrum of Relationship Quality to Guide Community-Based Healthy Relationship Promotion Programming » fait mention de l'importance de prendre conscience de ce que signifient réellement les relations saines et de s'en approprier le sens (Murray et al., 2020). Cet article décrit également une initiative en matière de relations saines qui fut mise sur pied dans une communauté dans le but de passer des mots à l'action, d'améliorer la communauté et de faire progresser les mentalités au sujet des relations saines. L'article mentionne par exemple le fait d'emmener les jeunes à un musée et de les « déconnecter » de leurs téléphones pour une journée entière afin de détourner leur attention des médias sociaux pour qu'ils soient plus attentifs aux gens qui les entourent (Murray et al., 2020).

Dans le même ordre d'idées, l'article « Supporting Healthy Relationships in Low Income, Violent Couples: Reducing Conflict and Strengthening Relationship Skills and Satisfaction » mentionne que les personnes issues de classes socioéconomiques inférieures sont plus susceptibles de faire l'expérience de la violence et d'être aux prises avec des relations malsaines (Bradley et al., 2011). L'article indique qu'il est important de créer des programmes et de sensibiliser les personnes au statut socioéconomique précaire puisqu'elles ont besoin de soutien et de pouvoir s'éduquer afin de comprendre l'influence des relations malsaines et violentes sur la santé mentale (Bradley et al., 2011).

Il est important d'avoir des programmes de sensibilisation s'adressant aux personnes démunies ou n'ayant pas d'éducation, car l'absence de telles ressources au sein de ces communautés peut conduire à des conséquences dramatiques. De plus, il faut discuter de ce que veut dire *relations saines* et des moyens de les réaliser au sein de nos institutions, et tout particulièrement sur les médias sociaux. La présence d'un dialogue autour des relations saines et d'exemples d'environnements sains sur les diverses plateformes de médias sociaux est essentielle.

« #leCanadaquenousouhaitons est un endroit où les jeunes peuvent distinguer une relation saine d'une relation malsaine et où les jeunes peuvent cultiver des relations saines. »

Feux verts et rouges au sein d'une relation

Feux verts

- Même en étant en désaccord avec une personne, tu sais que tu peux compter sur elle!
 - Au sein d'une relation saine, il est possible d'être en désaccord tout en ayant une confiance mutuelle.
 - Vous êtes une équipe malgré vos opinions divergentes.
 - L'autre personne est suffisamment mature pour accepter la diversité d'opinions au sein de la relation, t'offrira son soutien et soutiendra tes choix de façon inconditionnelle.
- La relation te permet de vivre pleinement ta vie.
- Après une dispute, vous reconnaissez tous les deux que vous auriez pu agir différemment.
 - Indique un niveau de maturité.
 - On peut dire des choses que l'on ne pense pas.
 - Si tu peux réfléchir et comprendre tes erreurs.
 - Les deux personnes font preuve d'assez de maturité pour admettre qu'elles avaient tort.
 - Une relation saine implique des désaccords, elle ne doit pas donner l'impression d'être « fausse » ou forcée.
- Quelqu'un est en désaccord avec toi, mais tu sens tout de même que cette personne te respecte.
- Fréquenter une personne sans passer tout ton temps avec elle, parce que tous deux avez beaucoup d'ami(e)s et de centres d'intérêt.
 - Il est tout à fait correct de ne pas toujours être avec cette personne.
 - Il doit y avoir un équilibre. Oui, il est important de passer du temps de qualité avec l'autre pour maintenir la relation, mais d'un autre côté, vous étiez tous deux des personnes à part entière avant de vous fréquenter et avez chacun besoin de temps pour soi.

Feux rouges ou jaunes

- Des appels et des messages texte TOUT le temps.
 - Pourrait indiquer une obsession malsaine; que quelqu'un croit pouvoir accaparer toute ton attention.
 - Peut affecter ta santé mentale.
 - Peut se transformer en dépendance.
 - Peut être une forme de manipulation.
- Quelqu'un, ami(e) ou partenaire, te dit de changer de tenue.
 - Dans certains cas, ce peut être approprié, mais la plupart du temps, il s'agit d'un feu jaune (faire attention).
 - Imposer/proposer.
 - Un partenaire peut croire qu'une tenue en révèle trop, ne pas vouloir que les autres en voient autant ou dire que tu cherches à te faire remarquer, à attirer l'attention.
 - Dans ce cas, c'est un comportement contrôlant et manipulateur.
- La personne veut passer tout son temps, seule avec toi.
- Ton ou ta meilleur(e) ami(e) n'aime pas la personne avec qui tu sors ou vice-versa.
 - Parfois, il est normal que des ami(e)s n'aiment pas un partenaire parce qu'ils ou elles se sentent menacées. (feu jaune)
 - Cette personne cherche-t-elle à veiller sur toi ou est-elle jalouse?
 - À qui accorde-t-elle sa loyauté?
 - Dépend des raisons pour lesquelles cette personne n'aime pas ton partenaire ou ton ami(e).
 - Il se peut que ton ami(e) voie des signaux d'alerte que tu ne vois pas.
- L'autre personne devient jalouse lorsque tu parles à d'autres personnes.
- L'autre personne veut savoir tous les mots de passe de tes comptes de médias sociaux.
 - Très contrôlant.
 - Une intrusion de la vie privée.
 - Démontre une absence de confiance.
 - Il doit y avoir des limites.
- Ton partenaire ne veut pas que tu aies d'autres ami(e)s.

Les perspectives directrices

La conférence #leCanadaquenousouhaitons s'appuie sur quatre perspectives directrices visant à orienter le dialogue et à établir un cadre pour les recommandations formulées. Ces perspectives ont été choisies en fonction des thèmes récurrents ayant émergé lors des conférences précédentes. Elles étaient destinées à encourager les jeunes à adopter une approche intersectionnelle afin de comprendre leur thème et d'en discuter. Ces quatre perspectives directrices sont :

- *Expériences des communautés rurales éloignées et nordiques*
- *Le racisme structurel*
- *Vérité et réconciliation*
- *Les droits de l'enfant*

La section suivante résume, par perspective, les expériences et les réflexions qu'ont eues les jeunes en explorant leur sujet.

Expériences des communautés rurales éloignées et nordiques

Le groupe des relations saines a discuté de ce qu'implique la rencontre de personnes et de l'accès à des lieux où il est possible de se rencontrer en personne de façon formelle ou informelle. En raison de la pandémie, les personnes étant dans une relation et celle désirant l'être ont dû faire preuve de créativité pour surmonter les limites imposées par la distanciation sociale et l'obligation de quarantaine. Même sans les restrictions entraînées par la pandémie, il est difficile d'avoir accès à des lieux de rencontre dans les régions rurales et isolées. L'équipe a discuté du privilège d'avoir une automobile et de la façon dont cela pourrait offrir une solution à ces contraintes, même s'il peut être difficile d'avoir à conduire sur de longues distances pour rencontrer d'autres personnes. Le fait d'entretenir des relations est associé à des bienfaits sur la santé mentale; il a été démontré que la solitude a des conséquences négatives sur la santé mentale. En milieu rural ou isolé, il peut être plus difficile d'avoir accès à du soutien.

« L'accès à des infrastructures et à des ressources de soutien façonne l'expérience des gens. »

Le racisme structurel

En abordant leur thème en adoptant la perspective du racisme structurel, l'équipe thématique a conclu que l'éducation est la clé du problème. Les membres de l'équipe ont insisté sur le fait que le manque d'information et de sensibilisation au sujet de la diversité qui nous entoure influence fortement les relations. La diversité comprend le milieu duquel une personne est issue, de ses expériences et de ses traits de personnalité; autant d'éléments qui façonnent la personne que l'on est. Lors de la conférence, les jeunes participants ont mentionné que parfois, on n'ose même pas prendre le temps d'apprendre à connaître certaines personnes en raison de l'endroit qu'elle habite ou des groupes sociaux auxquels elle appartient. Les préjugés empêchent de nombreuses personnes de créer des liens et d'entrer en relation avec les autres. Par exemple, selon son origine ethnique, une personne pourrait ne pas vouloir écrire son nom sur son CV par crainte de ne pas recevoir d'appels.

Vérité et réconciliation

En adoptant la perspective Vérité et réconciliation, l'équipe thématique a adapté les quatre piliers de la CÉC afin d'offrir une définition d'une relation saine. Notre Conseil des aînés a contribué à adapter les quatre piliers aux relations saines. Les jeunes participants ont soulevé que les quatre piliers s'accordaient avec de nombreux enseignements autochtones au sujet des relations saines. Le premier pilier d'une relation saine est le respect. Tout commence par l'importance de reconnaître et de respecter la façon dont les expériences d'une personne font d'elle ce qu'elle est. Le respect doit être présent afin que lorsqu'une personne parle, l'autre écoute parce que peu importe ce que l'autre

exprime, ses propos ont de la valeur. Pour cela, il faut faire preuve d'ouverture d'esprit à l'égard du point de vue et de l'expérience vécue des autres.

Le deuxième pilier d'une relation saine est l'écoute. Parfois, cela signifie écouter sans avoir l'intention de répondre et pour que l'écoute soit possible, il ne faut pas interrompre son partenaire lorsqu'il ou elle parle. L'écoute va de pair avec le respect parce que ce que l'autre veut exprimer pourrait compter davantage à ses yeux qu'on le pense et c'est pour cette raison qu'il faut écouter attentivement. L'écoute signifie également prêter écoute à soi-même au sein d'une relation afin de comprendre ce que l'on ressent.

Le troisième pilier d'une relation saine est le fait de s'entendre. Pour s'entendre avec les autres, il faut comprendre que tout le monde a des expériences différentes et qu'il faut tenir compte de cette différence avant de s'exprimer. L'empathie doit être mutuelle entre les partenaires. Pour cela, il faut faire les efforts nécessaires pour se comprendre mutuellement et être réceptifs l'un envers l'autre.

Le quatrième pilier d'une relation saine est la communication. Pour communiquer, il faut savoir être réceptif, car il y a différentes façons de communiquer. La communication demande de comprendre qu'il est normal que les gens communiquent de façons différentes, que ce soit en privé, en clavardant, ou en public. Avant de communiquer, il faut comprendre ce que l'autre cherche à exprimer.

Kathy Brant, une aînée, est parvenue à bien résumer l'importance des quatre piliers au sein d'une relation :

« Souvenez-vous que tout le monde fait de son mieux avec les traumatismes qu'ils portent. Si quelqu'un vous dit quelque chose qui vous déplaît, sachez que c'est son traumatisme et sa douleur qu'il porte et non les vôtres.

Ce qu'on doit en retenir, c'est qu'on ne peut pas juger une personne avant de s'être mis dans ses souliers et l'importance d'avoir un dialogue ouvert et de faire preuve de compréhension au sein d'une relation.

Chacun des piliers interagit avec les autres afin d'établir une relation saine où les deux partenaires sont égaux. C'est pour cette raison que les quatre piliers fonctionnent tous ensemble; dès que l'un d'entre eux est absent d'une relation, les autres ne peuvent fonctionner correctement, car ils sont trop interreliés. Sans respect et empathie mutuels, il est impossible de comprendre les besoins et les sentiments de l'autre. Cette compréhension va de pair avec la communication, car celle-ci demande de comprendre les deux côtés de l'histoire. Il faut que le respect soit mutuel pour que la relation soit solide. Il est important de faire preuve d'écoute, car ce que l'autre dit compte suffisamment à leurs yeux pour que cette personne désire l'exprimer. Les quatre piliers sont un outil accessible qui peut constituer le cadre d'une relation saine.

Lors de la sixième journée de la conférence, les jeunes participants ont approfondi la discussion sur la vérité et la réconciliation en examinant l'histoire de la colonisation européenne et les conséquences dramatiques de cette dernière sur la culture et les relations des autochtones. En ce qui concerne les relations saines, on constate une tendance aux comportements toxiques et violents qui prennent racine dans la violence coloniale, perpétuée par des traumatismes intergénérationnels qui n'ont jamais été soignés. Les autochtones ont été victimes de sévices, notamment dans les pensionnats, où ils ont dû faire face à des tactiques cruelles visant leur acculturation. Notons que la violence au sein des couples est un problème de taille au sein des communautés autochtones (Hoffart et Jones, 2017). À cet effet, les cas de violence physique, sexuelle et psychologique ayant eu lieu dans les pensionnats sont bien documentés et l'on sait que de nombreux enfants ont été victimes de membres du personnel qui cherchaient à satisfaire leur appétit sexuel. Aujourd'hui encore, les femmes autochtones continuent de subir de la violence de la part de leur partenaire intime dans une proportion plus élevée que les non-autochtones.

Les droits de l'enfant

Tous les enfants sont dignes de jouir de droits qui leur permettent de tisser et de cultiver des relations saines. De plus, tous les enfants méritent le droit de se faire enseigner comment composer avec les relations malsaines. Les enfants et les jeunes, sans égard à leur situation, leur genre ou leur culture, ont le droit à des systèmes, des ressources et des services de soutien de qualité ainsi que d'apprendre comment cultiver des relations saines. En ce qui concerne la quatrième perspective de la conférence, l'équipe thématique des relations saines a discuté de notions associées aux droits de l'enfant, tels que le traumatisme intergénérationnel, les modèles positifs, les relations parent-enfant et le fait de demander de l'aide. À cet effet, tous ces éléments représentent autant d'exemples de droits de l'enfant pouvant être mobilisés afin de comprendre les relations saines. Malheureusement, les enfants se voient trop souvent refuser ces droits, les ressources sont insuffisantes ou inaccessibles et il y a un manque de représentation, de transparence et de clarté lorsqu'on compare le discours entourant les relations saines à celui portant sur les relations malsaines. En adoptant la perspective des droits de l'enfant, l'équipe thématique des relations saines de la conférence #leCanadaquenoussohaitons a examiné les divers besoins devant être remplis pour que les enfants acquièrent les connaissances et aient accès aux ressources leur permettant de cultiver des relations saines.

Le premier ensemble de droits de l'enfant abordé par l'équipe thématique des relations saines fut le droit d'avoir des modèles positifs et de saines relations parent-enfant. Les modèles positifs dans la vie d'une personne et le fait d'entretenir une relation parent-enfant saine sont des droits simples et nécessaires que les enfants se voient trop souvent refuser. Il s'agit de deux notions extrêmement importantes qui permettent aux enfants et aux jeunes de tisser et de cultiver des relations saines. Un autre sujet abordé en discutant des droits de l'enfant avait trait à la capacité d'un enfant à aller chercher de l'aide. Tous les enfants ont besoin, et devraient être en mesure, de demander de l'aide de temps à autre, et ce particulièrement lorsqu'ils cherchent à obtenir des conseils, à avoir accès à des ressources ou à du soutien leur permettant de cultiver de nouvelles relations saines. Malheureusement, peu d'enfants sont en mesure de demander de l'aide, notamment en raison de la crainte, d'un soutien inadéquat, de la discrimination, pour ne citer que celles-là. Dans le cadre de leurs relations, tant saines que malsaines, les enfants et les jeunes ont besoin de se voir offrir les ressources et la possibilité de demander du soutien.

Les traumatismes intergénérationnels constituent un autre facteur pouvant empêcher de façon importante les enfants et les jeunes de cultiver des relations saines. Le traumatisme intergénérationnel, qui se définit comme un traumatisme transmis d'une génération à l'autre au sein d'une famille ou d'une communauté, affecte grandement la capacité des enfants à former des relations saines. Tout cela sans compter que dans l'immédiat, le traumatisme en cause prive les enfants touchés de leurs droits, y compris ceux de l'accès à des ressources, à du soutien et à de l'aide, qui sont des droits fondamentaux dont les enfants doivent jouir afin de pouvoir tisser des relations saines. Pour les jeunes et les enfants devant composer avec des traumatismes, l'accès à des ressources de qualité et du soutien leur permettent de continuer à cultiver des relations saines et de se munir des connaissances nécessaires pour se sortir des relations malsaines.

Le groupe a également abordé le sujet des services de protection de l'enfance. Tous les enfants ont le droit de demander de l'aide et du soutien de la part des services de protection de l'enfance, particulièrement lorsqu'ils vivent des épisodes toxiques ou dangereux. Lors de la conférence, de nombreux jeunes participants ont soulevé des controverses en lien avec les services de protection de l'enfance ainsi que le manque de soutien adéquat offert : « ces "services de protection de l'enfance" doivent changer, car ils ne bénéficient pas du tout aux enfants et ne font qu'aggraver les dommages qu'ils ont subis » (Jeune participant(e), 2021) Certains jeunes ont exprimé leur profond ressentiment à l'égard des services de protection de l'enfance en raison de la discrimination et du racisme qui y règne, l'un d'eux allant jusqu'à dire que « les services de protection de l'enfance sont racistes » (Jeune participant(e), 2021). Les services de protection de l'enfance constituent un droit nécessaire; les enfants ont besoin de soutien et d'un accès de qualité à celui-ci, surtout lorsqu'ils quittent des relations malsaines.

En discutant de leur thème en adoptant la perspective des droits de l'enfant, certains points importants ont été soulevés, notamment le fait que les adultes ignorent les enfants, qu'ils ne les écoutent pas et qu'ils demandent des preuves concrètes avant de croire leur parole. Lorsque les adultes ignorent les enfants ou n'accordent pas de valeur à leurs propos, ils leur refusent le droit d'être entendus, aimés et encadrés, ce qui a pour conséquence de rendre les enfants inquiets et de les faire sentir seuls et abandonnés, ce qui a pour effet de nuire à leur capacité à tisser et à cultiver des relations saines. En raison de leur âge, de leur couleur de peau, de leur genre, ou d'autres facteurs, les enfants et les jeunes sont fréquemment ignorés lorsqu'ils vont chercher de l'aide auprès d'adultes pour des problèmes familiaux, dans leurs relations avec leurs amis et dans leurs relations avec leurs pairs. D'ailleurs, un jeune participant a soutenu cette affirmation : « Je vois que le manque de responsabilité de la part d'adultes qui non seulement sont supposés être des alliés, mais sont en effet responsables de la protection des mineurs est un thème récurrent » (Jeune participant, 2021). Les enfants et les jeunes méritent d'être entendus, soutenus et écoutés lorsqu'ils vont chercher de l'aide auprès des adultes en ce qui concerne leurs relations.

Il est essentiel que les enfants connaissent leurs droits et comprennent comment ils devraient être traités, tout particulièrement en ce qui concerne leurs relations. En sous-estimant leur valeur et ce qu'ils méritent, les enfants et les jeunes peuvent se retrouver piégés dans des relations très malsaines. Lorsqu'ils ne comprennent pas leurs droits, les enfants et les jeunes ne peuvent pas se battre pour exercer les droits qu'on leur a refusés et pour avoir accès aux services dont ils ont besoin. L'équipe thématique des relations saines de la conférence #leCanadaquenoussouhaitons a insisté sur le fait qu'il est important que les enfants et les jeunes connaissent leurs droits et sur la façon dont ils méritent d'être traités afin de leur permettre de cultiver des relations saines au sein desquelles ils peuvent s'accomplir et de se sortir des relations malsaines et toxiques. Lors de la sixième journée, les jeunes participants ont pris part à une activité où il fallait relever les feux rouges, jaunes et verts (les signaux) au sein d'une relation. Une participante a cité le cas d'un partenaire contrôlant qui lui dictait son code vestimentaire et faisait des commentaires inappropriés et manipulateurs pour contrôler son apparence. Cette activité a permis aux participants de comprendre ce à quoi ressemble une relation malsaine et ce qu'ils méritent, comme porter les vêtements qu'ils veulent. Le fait, pour les enfants et les jeunes, de prendre conscience de leurs droits et de comprendre la façon dont ils méritent de se faire traiter au sein d'une relation sont tous deux d'importants éléments qui leur permettent de cultiver des relations saines.

Pour conclure, tous les jeunes sont dignes de jouir de divers droits qui leur permettent de cultiver des relations saines. Lors de la conférence #leCanadaquenoussouhaitons, l'équipe thématique des relations saines s'est penchée sur les divers droits dont les jeunes ont besoin pour tisser des relations saines, au sein desquelles ils peuvent s'accomplir, et d'avoir accès à l'éducation, aux connaissances et aux ressources nécessaires pour éviter d'entretenir des relations malsaines. Ces droits comprennent notamment, celui d'avoir un modèle, d'avoir une saine relation parent-enfant, de comprendre leurs droits et le traitement qu'ils méritent, d'avoir accès à du soutien de qualité de la part des services de protection de l'enfance et d'avoir accès à des ressources pour les aider à soigner les traumatismes intergénérationnels. En adoptant la perspective des droits de l'enfant, l'équipe thématique des relations saines de la conférence #leCanadaquenoussouhaitons a examiné les divers besoins devant être remplis pour que les enfants acquièrent les connaissances et aient accès aux ressources leur permettant de cultiver des relations saines.

« Nous souhaitons que les programmes scolaires incluent des sujets tels que les injustices sociales et les droits de la personne. Les élèves, et plus particulièrement les Noirs, les Autochtones, les personnes de couleur et les personnes issues de la communauté LGBTQ2s+, ne devraient pas se sentir écartés du débat. »

– jeune participant(e), 2021

L'arbre à rêves

L'arbre à rêves est un outil servant à synthétiser les idées des jeunes grâce à un diagramme adapté aux jeunes pour un sujet donné. Dans un arbre à rêves, les racines représentent les fondations, soit les intrants, les ressources et les valeurs nécessaires à la réalisation d'un objectif. Le tronc de l'arbre représente les activités à faire, tandis que les feuilles représentent ce qui devrait arriver ou les indicateurs qui permettraient de mesurer les résultats d'une activité. Finalement, les fruits correspondent aux résultats escomptés (le rêve!). L'infographie suivante représente l'arbre à rêves conçu par l'équipe thématique.

#LE CANADA QUE NOUS SOUHAITONS

Les fruits : Le changement que nous souhaitons voir (Notre rêve)

- Que les jeunes sachent tisser des relations saines et identifier les relations malsaines.
- Que les jeunes soient en mesure de cultiver des relations saines.
- Que la situation des jeunes (culture, expériences, origine ethnique, etc.) ne les empêche pas de tisser et de cultiver des relations saines.
- Que les gens travaillent ensemble pour trouver des solutions aux problèmes.

Les feuilles : résultats et indicateurs (comment sait-on que ça fonctionne)

- De meilleurs exemples et modèles de relations saines.
- Une meilleure représentation des relations au sein de la communauté LGBTQ2S+.
- Des relations diverses sont représentées et se développent.
- Les gens sont eux-mêmes.
 - Les jeunes brisant les stéréotypes.

Le tronc : actions (ce qui doit être fait)

- Promouvoir les relations saines dans les livres, à la télévision et dans les médias.
- Enseigner de meilleures compétences de communication.
- « Cesser de romantiser les relations toxiques et les relations de domination dans les médias, car ceux-ci ont une influence importante sur les jeunes. »
- Sensibiliser à la masculinité toxique et à la façon de s'en sortir, de briser le cycle.
- Sensibiliser le public aux différents types de relations.
- Promouvoir la sécurité et la solidarité.

Les feuilles : résultats et indicateurs (comment sait-on que ça fonctionne)

- Les jeunes veillant les uns sur les autres et s'exprimant lorsqu'ils identifient des relations malsaines.
- Les gens respectant leurs différences et la diversité de relations.
- Les personnes ayant vécu des passés difficiles ou des traumatismes tissent de nouvelles relations saines.

Les racines : intrants (ressources) et valeurs

- Les ressources d'éducation
- Les quatre piliers : Respecter, Écouter, S'entendre, Communiquer^{MC}.
- Les plateformes de médias sociaux
- Des ateliers abordant les enjeux entourant les relations saines et malsaines
- Des ressources adaptées aux différents groupes d'âge
- Guider le personnel enseignant.

Vision pour le changement – recommandations de l'équipe thématique

L'équipe thématique des relations saines de la conférence #leCanadaquenoussouhaitons a fait part d'un certain nombre d'espoirs et de recommandations en ce qui concerne l'enseignement des relations saines et le soutien apporté aux enfants et aux jeunes :

1. *La promotion de relations saines dans les médias (p. ex. films, télévision, livres).*
2. *Promouvoir de meilleures compétences de communication.*
3. *Cesser de romantiser les relations de domination et les relations toxiques véhiculées par les médias, auxquelles les jeunes sont constamment exposés et par lesquelles ils se laissent facilement influencer.*
4. *Une conscience explicite de la masculinité toxique (ce à quoi elle ressemble, ce qu'elle implique) et les moyens de s'en sortir.*
5. *Sensibiliser le public aux différents types de relations.*
6. *Promouvoir la sécurité et la solidarité.*
7. *La mise en place de ressources discutant des relations saines (des ressources adaptées aux différents groupes d'âge).*
8. *Des plateformes discutant des relations saines et en faisant la promotion sur les médias sociaux.*
9. *L'accès à d'autres ressources faisant la promotion des relations saines (messages texte, conférenciers, etc.)*
10. *L'accès à des ateliers abordant les enjeux entourant les relations saines et malsaines.*
11. *Inclure les quatre piliers (respecter, écouter, s'entendre et communiquer) dans l'enseignement des relations saines aux enfants et aux jeunes.*
12. *Une meilleure définition de ce qu'est une relation saine.*

Références

Bradley, R.P., Friend, D.J., Gottman, J.M. (2011). « Supporting healthy relationships in low-income, violent couples: Reducing conflict and strengthening relationship skills and satisfaction ». *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 10(2), 97-116. <https://doi.org/10.1080/15332691.2011.562808>.

Murray, C., Ross, R., & Cannon, J. (2021). « The happy, healthy, safe relationships continuum: Conceptualizing a spectrum of relationship quality to guide community-based healthy relationship promotion programming ». *The Family Journal (Alexandria, Va.)*, 29(1), 50-59. <https://doi.org/10.1177/1066480720960416>.