

## Une exploration de l'expérience du stress chez les adolescentes Mi'kmaq en Nouvelle-Écosse\*

Ce projet d'étude exploratoire avait pour objectif d'approfondir nos connaissances concernant les facteurs qui sont à l'origine de l'expérience de stress vécue par les adolescentes Mi'kmaq sur les réserves, selon une démarche d'intervention à l'échelle des politiques et des programmes. L'analyse documentaire a révélé qu'il existait peu de documents, du moins de documents publiés, sur l'expérience de stress vécue par les adolescentes autochtones et notamment par les jeunes femmes autochtones. L'expérience du stress est définie comme la présence d'agents stressants différentiels d'ordre physique (p. ex. un excès de poids, l'abus de substance), mental (p. ex. la dépression, l'estime de soi et la santé émotionnelle) et social (relations) auxquels les adolescentes Mi'kmaq sont confrontées, comparativement à l'expérience des adolescents mâles Mi'kmaq ou des adolescentes d'autres populations.

### Méthodologie

Quatre méthodes de collecte d'information ont été utilisées dans le cadre de ce projet :

- une analyse documentaire systématique;
- des entrevues individuelles en profondeur réalisées en face à face auprès de 21 adolescentes et cinq adolescents âgés de 12 à 18 ans, vivant sur un total de 10 réserves en Nouvelle-Écosse. Les participant(e)s ont été recruté(e)s par le biais de publicités communautaires et par l'intermédiaire de travailleurs des domaines de la santé communautaire et de l'éducation;
- des discussions réalisées en petits groupes composés d'adolescents et d'adolescentes, sous un format de groupe de discussion ou de cercle de la parole (huit composé d'adolescentes, et deux d'adolescents);
- des entrevues auprès de 42 interlocuteurs clés, notamment des professionnels Éuvrant auprès des jeunes, comme des professionnels de la santé, des intervenants en toxicomanie et des travailleurs de services à la famille et aux enfants, pour acquérir une perspective supplé-

*\*Ce projet de recherche est né d'une entente de collaboration dans le créneau de la santé signée par le président de l'Université Dalhousie, par les représentants de la Union of Nova Scotia Indians (UNSI) et de la Confederacy of Mainland Mi'kmaq [Confédération des Mi'kmaq de la région continentale]. Le projet a été mis en œuvre par le Mi'kmaq Health Research Group (MHRG) avec l'appui du CEASF. Les membres du MHRG sont les personnes suivantes : Sharon Rudderham et Loraine Etters, respectivement directrices du volet santé au UNSI et à la CMM; Carla Moore, analyste des politiques de santé de la Atlantic Policy Congress of First Nations Chiefs [Congrès des chefs des Premières nations pour les politiques dans la région de l'Atlantique]; Lynn McIntyre, doyenne, Faculté des professions de la santé, Université Dalhousie; Nancy MacDonald et Fred Wien, professeurs à l'École de travail social des Maritimes, Université Dalhousie.*

mentaire concernant les défis auxquels les adolescentes font face et les options disponibles ou potentiellement disponibles en matière de politiques et de programmes.

Dans le cadre de la mise en Œuvre du projet, l'équipe de chercheurs a poursuivi le processus de formation en recherche auprès d'organismes et de collectivités autochtones en coordonnant le projet par le biais du Mi'kmaq Health Research Group [Groupe de recherche en santé Mi'kmaq]. Après avoir mené à terme une recherche-sondage quantitative antérieurement amorcée et connue sous le nom de *l'étude sur la santé*, les membres du groupe de recherche ont acquis de l'expérience pratique de travail dans le cadre de ce projet de recherche qualitative. De plus, la Union of Nova Scotia Indians (UNSI) [Syndicat des autochtones de la Nouvelle-Écosse] a pris en charge la gestion des finances et du personnel du projet. La plupart des personnes chargées de l'animation et de la prise de notes étaient Mi'kmaq, y compris le personnel soutenant les jeunes au cours des sessions de groupes, le cas échéant. Toutefois, la principale personne qui menait les entrevues était une employée non-autochtone de l'UNSI.

Un groupe d'adolescentes vivant en réserve ont accepté d'appuyer le projet à titre consultatif. Le groupe de recherche a rencontré le comité-conseil-jeunesse, d'abord pour obtenir des commentaires concernant le sujet étudié, la conception et la mise en Œuvre du projet, et puis des opinions sur les résultats et les recommandations.

## Principaux résultats

- Dans le cadre d'un groupe de discussion, les jeunes femmes ont décrit le stress comme une réaction émotionnelle intérieure (p. ex. la frustration ou la tristesse). Toutefois, lorsque les femmes parlaient individuellement du stress, elles mentionnaient souvent le fait qu'elles extériorisaient des sentiments comme la colère et qu'elles posaient des gestes comme par exemple donner des coups de poing. Une telle expression des sentiments mène souvent à des comportements autodestructeurs.
- Les jeunes femmes, contrairement aux jeunes hommes ou même aux professionnels des services-jeunesse, ont mentionné un large éventail d'agents stressants. Un commentaire révélateur a été émis portant sur le fait que les jeunes hommes ne vivaient pas un « stress continu », ce qui suppose que les jeunes femmes vivaient un tel stress. Le fait que les jeunes femmes vivant dans les réserves sont aux prises avec de multiples agents stressants doit être pris en considération dans toute démarche visant à diminuer le stress.
- Les jeunes hommes et les jeunes femmes Mi'kmaq adhèrent tout deux à l'identité Mi'kmaq et parlent de leurs antécédents avec beaucoup de fierté. Les jeunes peuvent utiliser cette force comme fondement pour progresser vers l'âge adulte.
- Des témoignages sur la vie dans les réserves ont révélé des rôles très rigides chez les hommes et les femmes. Les deux groupes étaient d'avis que certains facteurs économiques pouvaient neutraliser la domination exercée par les hommes. Les deux groupes ont aussi reconnu que les femmes étaient responsables de la famille.
- La pression exercée par les pairs n'a pas été mentionnée comme un agent stressant clé par les jeunes hommes et les jeunes femmes, mais les professionnels des services-jeunesse l'ont

ciblé comme le plus important des agents stressants. Les jeunes parlaient de leurs amis en termes de frères et de sœurs. Ce qui est convenu d'appeler l'influence des pairs chez ces jeunes ou le rôle de l'influence des pairs sur les choix que font les jeunes doit être réévalué.

- Tous les répondants ont reconnu que les problèmes familiaux constituaient une source importante de stress. Les conflits avec les parents et la fratrie, les conflits à la maison entre les membres de la famille et l'expérience d'être interpellé avec des cris figurent parmi les problèmes familiaux. Les jeunes semblent être particulièrement sensibles à de tels conflits.
- L'école constitue un agent stressant majeur chez les jeunes. Le décrochage chez les jeunes femmes est d'abord associé à la grossesse, alors que chez les jeunes hommes, il est associé aux frustrations liées aux travaux scolaires. Tous les groupes ont reconnu que les problèmes à l'école et les problèmes personnels contribuaient tout deux au décrochage.
- L'impression incontestable qui se dégage des entretiens auprès des jeunes était que l'école était pour eux une expérience difficile et qu'ils avaient des difficultés de rattrapage s'ils prenaient du retard dans leurs études. Les politiques de suspension doivent être revues étant donné la fréquence de cette pratique et ses conséquences en ce qui a trait au décrochage.
- Les jeunes semblaient parfois irréalistes quant à leurs aspirations de carrière. Ils semblent ignorer la présence d'une concurrence et de difficultés dans certaines professions, comme les professions d'avocat et de médecin, et la nécessité de poursuivre des études bien au-delà du secondaire. Les jeunes bénéficieraient de la présence de modèles professionnels et d'outils pédagogiques, ainsi que d'un apprentissage d'une planification bien conçue pour réaliser leurs objectifs.
- Les jeunes femmes et les jeunes hommes ont tout deux proposé les mêmes services et façons de procéder pour améliorer leur vie, comme des services de counselling et de loisirs, suggérant le plus souvent des activités à court terme qui répondaient à leurs besoins de gratification immédiats. Les professionnels de services-jeunesse ont proposé des services de programmes ou des services professionnels individuels, liés surtout à un modèle didactique. Peu de recommandations ont été émises quant à la mise en place de stratégies socioéconomiques à long terme ou de stratégies liées à l'ensemble des déterminants de la santé.