

L'animation socioculturelle (ASC) enfance et jeunesse renforce la santé psychique et promeut la résilience des enfants et des jeunes – dans ses offres de manière spontanée en fonction des besoins et de manière ciblée par le biais d'activités. Le lieu, le contexte, les offres ainsi que les principes fondamentaux et de travail de l'ASC enfance et jeunesse, de même que l'attitude des professionnel-le-s, contribuent déjà à eux seuls à favoriser la santé psychique et la résilience. Les relations des professionnel-le-s avec les enfants et les jeunes constituent le socle.

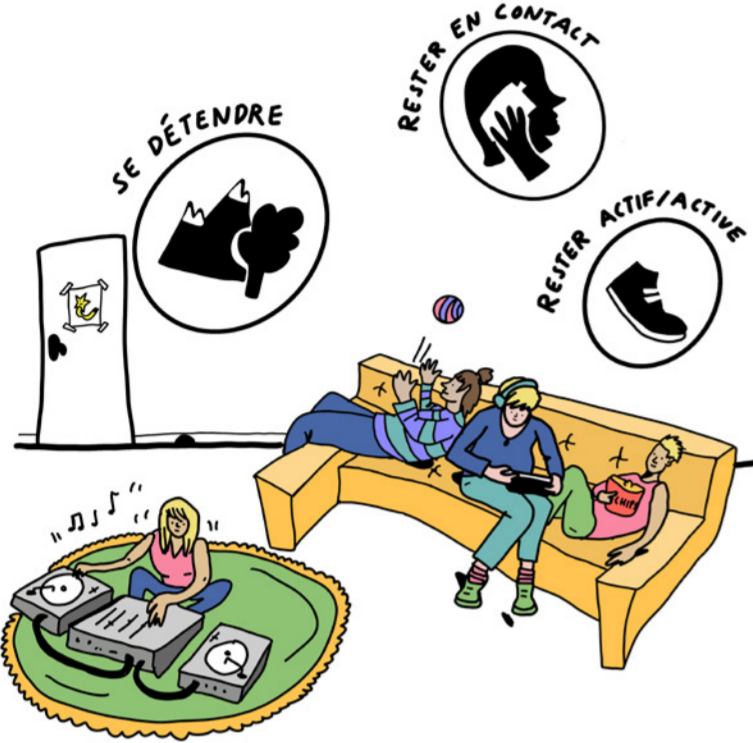
Cette affiche montre comment l'ASC enfance et jeunesse favorise concrètement la santé psychique. Elle se base sur les principes fondamentaux de l'ASC enfance et jeunesse et sur les fameux 10 pas pour la santé psychique.

Animation socioculturelle enfance et jeunesse en Suisse, DOJ/AFAJ, doj.ch/publications

10 pas pour votre santé psychique, Promotion Santé Suisse, promotionsante.ch

En confiance grâce à des relations solides

Détente et repos grâce à des espaces de liberté



L'ASC enfance et jeunesse est ouverte et neutre sur les plans politique et confessionnel. Elle offre ainsi des **espaces de liberté** et donne accès à du matériel, des locaux et des activités pour toutes et tous. L'**accueil à bas seuil** permet une grande égalité des chances et une meilleure intégration.

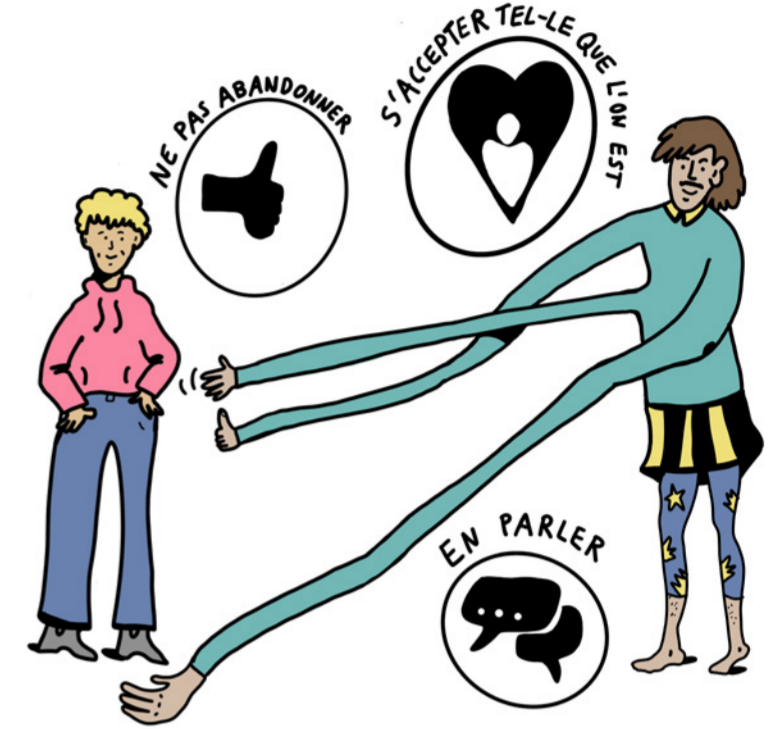
Les enfants et les jeunes trouvent des espaces sans exigences de performance et sans évaluations, dans lesquels il est possible d'être soi-même et de se développer en écoutant ses besoins et en suivant ses intérêts. Les enfants et les jeunes trouvent un espace où il est possible de **passer du temps avec des ami-e-s**, d'être actif ou créative, de découvrir de nouvelles choses, de **se détendre** et de **se reposer**.



Les professionnel-le-s de l'ASC enfance et jeunesse sont des **personnes de référence importantes** pour les enfants et les jeunes. Leur attitude d'acceptation, l'accueil à bas seuil ainsi que les rapports non hiérarchiques créent la **confiance** et permettent des **relations solides** et sincères.

Les enfants et les jeunes s'ouvrent, **posent des questions** – également sur des sujets délicats – et **parlent de leurs problèmes**. Le dialogue avec les professionnel-le-s est un soutien dans les situations difficiles et les encourage à demander de l'aide.

Développement personnel grâce au fait d'avoir plusieurs chances



L'ASC enfance et jeunesse prône une **culture de la 2^e, 3^e et 4^e chance**, les professionnel-le-s ne coupent pas le contact en cas de problèmes ou de conflits. L'ASC enfance et jeunesse offre aux enfants et aux jeunes un environnement favorisant les apprentissages et leur donne la possibilité de **tester de nouvelles possibilités d'action**.

Les enfants et les jeunes font des expériences et **se développent**, apprennent à **ne pas abandonner** et à se relever après une erreur ou un échec et à réessayer. Les enfants et les jeunes se sentent soutenu-e-s et accepté-e-s avec toutes leurs caractéristiques.

Comment l'animation socioculturelle enfance et jeunesse favorise la santé psychique

Construction de l'identité par la rencontre



Les professionnel-le-s de l'ASC enfance et jeunesse **rencontrent les enfants et les jeunes sans préjugés et accueillent la diversité**. Dans le but d'amoindrir les stéréotypes et de **réfléchir aux attitudes et aux valeurs** de chacun-e, les professionnel-le-s invitent à se questionner sur la diversité de genre et l'identification culturelle.

Les enfants et les jeunes apprennent à connaître différents projets de vie et identités et en apprennent davantage sur leurs propres représentations et sur eux-mêmes ; **l'identité et l'estime de soi sont renforcées**. Les enfants et les jeunes apprennent à s'accepter et à accepter les autres et qu'il est permis de parler de tout.

Encouragement par l'accent mis sur les ressources



L'ASC enfance et jeunesse se focalise sur **les potentiels, les besoins et les envies** des enfants et des jeunes. Les professionnel-le-s tiennent compte de leurs préoccupations, intérêts et ressources dans la planification des activités, l'aménagement des locaux et la façon d'être en lien.

Les enfants et les jeunes apprennent à **identifier et exprimer leurs besoins**, découvrent leurs forces individuelles et se sentent entendu-e-s et pris-es au sérieux. Les enfants et les jeunes font l'expérience d'oser découvrir de nouvelles choses et de pouvoir **partager non seulement les soucis mais également de belles expériences**.

Valorisation par la participation



Grâce à des offres à participation volontaire, l'ASC enfance et jeunesse promeut l'**autodétermination** des enfants et des jeunes. Elle permet la **participation**, ce qui donne aux enfants et aux jeunes la possibilité de s'impliquer dans la société à l'échelle de leur environnement de vie.

Les enfants et les jeunes font l'expérience du **sentiment d'appartenance** et de leur **pouvoir d'action**, se sentent **accepté-e-s et valorisé-e-s** dans la société. Les enfants et les jeunes découvrent leur **créativité** et apprennent à prendre des responsabilités et à s'engager avec d'autres pour atteindre des objectifs.