

**OFFRE DE SERVICES DE LA DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE  
DU CIUSSS DE L'ESTRIE - CHUS QUI VISE LA PROMOTION DE  
LA SANTÉ MENTALE POSITIVE EN CONTEXTE SCOLAIRE  
SECONDAIRE ET POSTSECONDAIRE (CENTRE DE FORMATION  
GÉNÉRALE AUX ADULTES ET CENTRE DE FORMATION  
PROFESSIONNELLE)**

PAR LE CENTRE INTÉGRÉ UNIVERSITAIRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE L'ESTRIE –  
CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE SHERBROOKE

DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE, OCTOBRE 2021

## **Production**

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke - Direction de santé publique

## **Rédaction**

*Jean-Philippe Goupil, Agent de planification, programmation et de recherche  
Services spécialisés - Direction de santé publique, CIUSSS de l'Estrie – CHUS*

*Claudine Martin, Assistante à la coordination professionnelle  
Services de proximité, Direction de santé publique, CIUSSS de l'Estrie-CHUS*

*Marie-Josée Riel, Agente de planification, programmation et de recherche  
Services spécialisés - Direction de santé publique, CIUSSS de l'Estrie – CHUS*

## **Collaboration**

Claude Charbonneau, chef des saines habitudes de vie, comportements et environnements sains et sécuritaires

Direction de santé publique, CIUSSS de l'Estrie – CHUS

Daniel Paquette, médecin-conseil

Direction de santé publique, CIUSSS de l'Estrie – CHUS

Anne Théroux, chef de service par intérim des infirmières scolaires

Direction de santé publique, CIUSSS de l'Estrie – CHUS

## **Supervision**

Annie Desrosiers, coordonnatrice par intérim des services de promotion - prévention

Direction de santé publique, CIUSSS de l'Estrie - CHUS

## **Révision**

Josée Roy, agente administrative, Services spécialisés

Direction de santé publique, CIUSSS de l'Estrie – CHUS

Francine Nolet, agente administrative, Services de promotion - prévention

Direction de santé publique, CIUSSS de l'Estrie - CHUS

Droit d'auteur © Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2021.

*Toute reproduction totale ou partielle est autorisée à condition de mentionner la source.*

# TABLE DES MATIÈRES

<b>TABLE DES MATIÈRES</b> .....	<b>III</b>
<b>LISTE DES ACRONYMES</b> .....	<b>5</b>
INTRODUCTION .....	7
CONTEXTE ET OBJECTIFS DU PROJET.....	9
<i>Objectifs généraux</i> : .....	9
<i>Objectifs spécifiques</i> :.....	9
PORTRAIT ACTUEL DES INTERVENTIONS DE PROMOTION - PRÉVENTION VISANT LA SANTÉ MENTALE EN MILIEU SCOLAIRE ESTRIEN .....	10
<i>L'offre de services de l'approche positive offerte par la Direction de santé publique de l'Estrie pour favoriser le développement des habiletés socioaffectives des enfants de 4 à 8 ans</i> .....	10
<i>Le programme Hors-Piste du Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale de l'Université de Sherbrooke</i> .....	11
OFFRE DE SERVICES DE LA DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE AUPRÈS DES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT SECONDAIRE ET POSTSECONDAIRE.....	12
<i>Continuum d'intervention en santé mentale</i> .....	12
<i>Ancrages</i> .....	13
<i>Le référent ÉKIP</i> .....	13
<i>L'Approche positive</i> .....	13
<i>Objectifs de l'offre de services</i> :.....	16
<i>Clientèle visée</i> .....	16
<i>En un coup d'œil</i> .....	17
<i>Actions prévues</i> .....	19
<i>Implications et rôles attendus du milieu scolaire</i> .....	22
<i>Complémentarité de l'offre de services</i> .....	23
<i>Soutien au déploiement de l'offre de services</i> .....	24
<i>Procédure pour bénéficier de l'offre de services</i> .....	25
CONCLUSION .....	27
<b>ANNEXES</b> .....	<b>29</b>
ANNEXE 1 Modèle théorique de l'Offre de services .....	31
ANNEXE 2 Feuillet présentation Offre de services .....	33
ANNEXE 3 - Les composantes de l'intervention positive .....	35
ANNEXE 4 Formulaire demande pour les partenaires .....	37
ANNEXE 5 Distinction de certains rôles des intervenants de la DSPu et de la DPJe.....	45
ANNEXE 6 La prévention universelle- Modèle RAI .....	47
ANNEXE 7 Le référent ÉKIP en un coup d'œil.....	49
ANNEXE 8 Cohérence des ateliers Hors-Piste avec le référent ÉKIP.....	51
<b>BIBLIOGRAPHIE</b> .....	<b>53</b>



## LISTE DES ACRONYMES

AÉS	Approche École en santé
CISSS	Centres intégrés de santé et de services sociaux
CIUSSS de l'Estrie – CHUS	Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke
CIUSSS	Centres intégrés universitaires de santé et de services sociaux
CSS	Centres services scolaires
CVI	Climat scolaire, violence et intimidation
DPSMD	Direction des programmes en santé mentale et dépendance
DSPu	Direction de santé publique de l'Estrie
ÉKIP	Référent Ékip : (programme santé, bien-être et réussite éducative des jeunes)
EQSJS	Enquête québécoise sur la santé des jeunes au secondaire
ÉSS	Équipe des services spécialisés de la Direction de santé publique
INSPQ	Institut national de santé publique du Québec
IP	Interventions positives
MDELCC	Ministère du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques
MEQ	Ministère de l'Éducation du Québec
MSSS	Ministère de la Santé et des Services sociaux
PNSP	Programme national de santé publique
RAI	Réponse à l'intervention
RLS	Réseau local de services
RSSS	Réseau de la Santé et des Services sociaux
RUIS	Réseau universitaire intégré de santé
SM	Santé mentale
UETMISSS	Unité d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé et services sociaux



## INTRODUCTION

---

**En 2016-2017**, les nouvelles données de l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) montraient une détérioration de la santé psychologique des jeunes du secondaire partout au Québec comparativement au cycle de l'enquête de 2010-2011. En effet, il y avait une plus grande proportion de jeunes qui se situait à un niveau élevé de détresse psychologique (29,3 % c. 20,8 %). Chez les filles, la proportion est passée de 28,2 % à 39,8 % entre 2010-2011 et 2016-2017. Quant aux jeunes qui rapportaient avoir un trouble anxieux confirmé par un médecin ou un spécialiste, la proportion a doublé, passant de 8,6 % à 17,2 % entre 2010-2011 et 2016-2017.

Il en est de même en Estrie. Ainsi, la proportion de jeunes qui se situait à un niveau élevé de détresse psychologique a passé de 20,6 % en 2010-2011 à 28,7 % en 2016-2017. Tout comme au Québec, cette hausse est plus significative chez les filles. Quant aux troubles anxieux, la proportion de jeunes a également doublé dans la région passant de 9,1 % à 18,5 %.

**En décembre 2018**, le ministre délégué à la Santé et des Services sociaux (SSS) a annoncé un investissement éventuel de 25 M pour l'implantation d'un projet éducatif de prévention dès le primaire, sans toutefois en préciser le contenu ou la forme. Par la suite, les composantes du projet, de même que les conditions essentielles à sa mise en œuvre, ont fait l'objet de discussions entre le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) et le ministère de l'Éducation (MEQ).

Le **1<sup>er</sup> octobre 2020**, en plein milieu de la 2<sup>e</sup> vague de la pandémie de Covid-19, le ministre Carmant annonce officiellement un financement récurrent de 25 M destiné aux Directions de santé publique (DSPu) du Québec en vue de mettre en place des interventions préventives dans les milieux scolaires. Elles ont pour but d'intervenir précocement et efficacement, dès le primaire, directement auprès du jeune, de sa famille, de son environnement scolaire et communautaire afin d'assurer son développement sain et global.

OFFRE DE SERVICES DE LA DSPU QUI VISE LA SANTÉ MENTALE POSITIVE EN CONTEXTE SCOLAIRE SECONDAIRE ET POST-SECONDAIRE  
(CGA/CFP)



## CONTEXTE ET OBJECTIFS DU PROJET

---

À l'été 2019, des travaux ont eu lieu en vue du 2<sup>e</sup> cycle d'implantation du Programme national de santé publique (PNSP) 2015-2025. L'objectif était d'identifier des gains appréciables pour certaines problématiques de santé et bien-être prioritaires, dont la santé mentale chez les jeunes. Un groupe de travail Tripartite a été mis sur pied (MSSS, l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) et les Directions de santé publique (DSPu)) en vue d'élaborer une proposition d'actions qui s'inscrivent dans l'entente formelle avec le réseau de l'éducation pour la planification conjointe et la mise en œuvre d'actions de promotion et de prévention. La conclusion de ces travaux fut d'intensifier l'approche École en santé (AÉS), en portant une attention particulière sur la santé mentale (SM).

Le projet est complémentaire :

- aux activités prévues du Fonds de prévention et de recherche en matière de cannabis qui est enchâssé dans la Loi encadrant le cannabis ;
- au projet de prévention des dépendances chez les jeunes du secondaire, puisqu'il vise essentiellement le déploiement de mesures préventives, de nature psychosociale pour le développement des compétences des jeunes.

Le projet est en continuité :

- à l'offre de services de la DSPu sur l'approche positive pour favoriser le développement des habiletés socioaffectives des enfants de 4 à 8 ans déployée en juin 2019.

Le projet s'inscrit en amont :

- des services offerts en matière de santé mentale et de dépendance de la Direction des programmes en SM et dépendance (DPSMD) et de la Direction du programme jeunesse (DPJe) du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de l'Estrie - CHUS ;
- des interventions qui seront réalisées auprès des jeunes âgés de 12 à 25 ans dans les sites «Aire ouverte» en cours de déploiement.

### OBJECTIF GÉNÉRAL

En continuité avec l'offre de services de la DSPu sur l'approche positive déployée en 2019, le projet de la région de l'Estrie vise à agir sur les facteurs de protection (individuels et environnementaux) qui ont un impact positif sur la santé mentale des jeunes, la réussite éducative, la persévérance scolaire et le développement du plein potentiel du jeune.

### OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

Plus spécifiquement, le projet vise à agir sur :

- l'individu (le jeune) afin de développer ses compétences personnelles et sociales en renforçant les comportements et les attitudes d'ouverture, d'empathie, de coopération, les stratégies pour gérer le stress, les émotions, les conflits, les influences sociales, les demandes d'aide, etc. ;

- l'environnement<sup>1</sup> (milieux de vie du jeune) par :
  - le soutien et l'accompagnement du **milieu-école** – **intervenants scolaires et équipe-école** pour la mise en place d'environnements favorables à une SM positive selon leurs besoins. Par exemple: développer un climat relationnel chaleureux, bienveillant, empathique, empreint de soutien mutuel et « équitable » (ex.: révision des codes de vie, sentiment que les règles et le personnel scolaires sont justes, etc.) ;
  - le soutien et l'accompagnement du **milieu familial** – **parents** pour:
    - la reconnaissance que les parents sont les premiers partenaires du développement du jeune ;
    - le développement de stratégies éducatives positives, cohérentes et constantes ;
    - la mise en place de conditions familiales favorables qui ont un impact positif sur la SM;
  - le soutien et l'accompagnement des partenaires de la **communauté** pour la mise en place d'environnements favorables et propices à une SM positive chez les jeunes.

## PORTRAIT ACTUEL DES INTERVENTIONS DE PROMOTION - PRÉVENTION VISANT LA SANTÉ MENTALE EN MILIEU SCOLAIRE ESTRIEN

---

### L'OFFRE DE SERVICES DE L'APPROCHE POSITIVE OFFERTE PAR LA DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE DE L'ESTRIE POUR FAVORISER LE DÉVELOPPEMENT DES HABILITÉS SOCIOAFFECTIVES DES ENFANTS DE 4 À 8 ANS

À la suite d'un rapport d'évaluation et de recommandations produit par l'Unité d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé et services sociaux (UETMISSS) sur le développement des habiletés sociales et affectives des jeunes, la DSPu de l'Estrie a pris la décision de déployer l'approche positive pour favoriser le développement socioaffectif et émotionnel sain de tous les enfants de 4 à 8 ans et ceux en situation de vulnérabilité.

Depuis septembre 2019, les intervenants psychosociaux de la DSPu, en collaboration avec les milieux, ont débuté l'implantation de l'approche positive dans plusieurs écoles primaires et milieux de garde de la région. L'approche positive se veut une démarche de soutien et d'accompagnement des milieux scolaires pour la planification et la réalisation d'interventions positives qui se basent sur les interactions entre les enfants et les adultes qui combinent bienveillance, empathie et saine fermeté. Cette approche sera présentée plus loin dans ce document.

---

<sup>1</sup> L'environnement inclut les milieux de vie : école, famille et la communauté.

## **LE PROGRAMME *HORS-PISTE* DU CENTRE RBC D'EXPERTISE UNIVERSITAIRE EN SANTÉ MENTALE DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE**

Actuellement, il existe à notre connaissance qu'un seul programme probant, en cours d'implantation au Québec, qui vise la promotion de la SM et la prévention de troubles mentaux en contexte scolaire, soit le programme *HORS-PISTE* du Centre RBC d'expertise universitaire en SM de l'Université de Sherbrooke.

Ce programme est appuyé par le MSSS et le Réseau universitaire intégré de santé (RUIS)<sup>2</sup> depuis avril 2019 et fait l'objet d'une démarche d'implantation nationale depuis novembre 2019. En effet, le CISSS de la Montérégie-Centre a été mandaté par le MSSS pour implanter le programme *HORS-PISTE* dans toutes les écoles secondaires du Québec intéressées.

Le programme *HORS-PISTE* a été élaboré à partir d'une recension des écrits portant sur : l'identification des facteurs de risque et de protections associés aux troubles anxieux à l'adolescence (Fournier et Pauzé, 2017), les programmes de prévention en matière d'anxiété et de stress chez les enfants et les adolescents (Houle, 2017) et les critères d'efficacité et les programmes d'intervention précoce en matière d'anxiété chez les adolescents de 12 à 17 ans (Houle, 2017).

Bien que le programme vise à prévenir les troubles anxieux, il se veut novateur en matière de promotion de la SM et de la prévention de l'anxiété en milieu scolaire, du préscolaire au postsecondaire. Par le développement des compétences psychosociales et la promotion du bien-être psychologique, ce programme permet de développer un continuum cohérent d'interventions visant ultimement la prévention des troubles anxieux, de la petite enfance jusqu'à l'âge adulte.

Le programme en milieu scolaire comprend un volet [HORS-PISTE primaire](#), un volet [HORS-PISTE secondaire](#) et finalement un volet [HORS-PISTE postsecondaire](#). Au secondaire, le programme comprend un volet d'intervention universelle-exploration et un volet d'intervention précoce-expédition.

Dans le cadre de l'offre de services de la DSPu, ce sont les volets secondaires (volet universel) et postsecondaires qui pourront être utilisés. L'annexe 8 présente plus en détail le volet universel au secondaire et les liens avec le référent ÉKIP.

[L'objectif général du programme \*HORS-PISTE\*](#) est d'atténuer les facteurs de risque liés à l'anxiété et de renforcer les facteurs de protection par la promotion de la SM et le développement de compétences personnelles et sociales. Plus spécifiquement, par le biais d'ateliers participatifs en classe ou hors classe avec les jeunes, le personnel de l'établissement et les parents, le programme vise à court terme à agir sur les déterminants de la santé et du bien-être associés à la SM, en développant les compétences personnelles et sociales suivantes :

1. S'adapter et gérer son stress
2. Se connaître et s'estimer
3. Réguler ses émotions

---

<sup>2</sup> Comme en fait foi une lettre datée du 29 avril 2019 de la sous-ministre adjointe, Mme Lyne Jobin, aux membres du comité d'évaluation des projets qui ont été soumis au fonds d'innovation pour la promotion de la santé mentale de l'agence de la santé publique du Canada.

4. S'affirmer
5. Communiquer
6. Résoudre des problèmes
7. Faire preuve d'empathie
8. Adopter des comportements prosociaux
9. Faire preuve d'esprit critique.

À moyen terme, le programme vise à prévenir l'incidence des symptômes liés aux troubles anxieux (peur du jugement d'autrui, perfectionnisme, pensées et sentiments négatifs, intolérance à l'incertitude), des problématiques liées à l'anxiété (cyberdépendance, dépendance, difficultés liées aux symptômes émotionnels, aux problèmes de conduites, à l'hyperactivité et à l'inattention, aux troubles de l'humeur, aux problèmes avec les pairs, aux impacts sur les activités scolaires, sociales et quotidiennes ou familiales). Quant au niveau postsecondaire, l'objectif du programme est de favoriser la santé psychologique de la communauté étudiante de façon durable. Il consiste principalement à soutenir les établissements en leur fournissant de l'information sur les meilleures pratiques recensées dans la littérature, en créant des espaces de réflexion et d'échanges entre les acteurs et en assurant l'évaluation des initiatives mises en place.

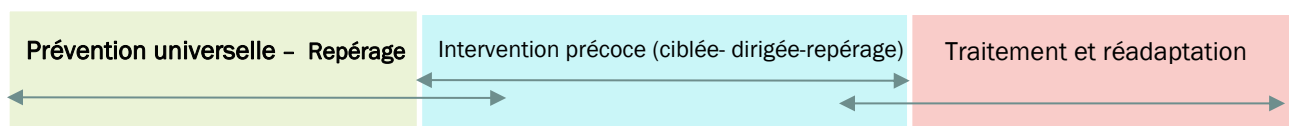
Bref, malgré plusieurs innovations observées au Québec pour prévenir les troubles mentaux au cours des dernières années, les activités de promotion et de prévention ne sont pas utilisées ou implantées systématiquement (Piché et al. 2017). Il en est ainsi en Estrie. En effet, il est possible d'observer certaines interventions dans les milieux scolaires qui visent la promotion de la SM et la prévention de l'anxiété, mais elles ne sont pas systématiques dans tous les milieux.

## OFFRE DE SERVICES DE LA DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE AUPRÈS DES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT SECONDAIRES ET POSTSECONDAIRES (CGA/CFP)

---

### CONTINUUM D'INTERVENTION EN SANTÉ MENTALE

L'offre de services de la DSPu se situe au niveau de la prévention universelle, c'est-à-dire en amont des problématiques de SM. Elle vise à mettre en œuvre des actions de promotion de la santé auprès de tous les jeunes qui mettent l'accent sur l'acquisition et le renforcement de compétences personnelles et sociales ainsi que sur le développement de milieux de vie favorables à la santé. Ce type d'actions implique un travail de collaboration important, notamment entre les partenaires du réseau de la santé et des services sociaux (RSSS), de l'éducation et du milieu communautaire pour, notamment, le repérage et la référence des jeunes qui présentent des facteurs de risque. Voir annexe 6 pour plus de détails sur la prévention universelle.



## **ANCRAGES**

Comme mentionné dans la mise en contexte du projet, l'offre de services s'inscrit dans l'entente de complémentarité entre le RSSS et le réseau de l'éducation intitulé *Deux réseaux, un objectif : le développement des jeunes*. L'approche École en santé (AÉS) est le moyen retenu dans cette entente pour la mise en œuvre d'interventions efficaces de promotion et de prévention en contexte scolaire.

## **LE RÉFÉRENT ÉKIP**

En continuité avec l'AÉS, le référent ÉKIP a vu le jour en 2020. Le référent ÉKIP repose sur la prémisse que sept compétences transversales et une série de savoirs (connaissances) sont à acquérir par le jeune tout au long de son parcours scolaire pour l'outiller à faire face aux situations de vie qu'il rencontre et pour favoriser sa santé, son bien-être et sa réussite éducative. Le référent ÉKIP permet d'identifier les interventions efficaces et prometteuses à mettre en œuvre pour favoriser l'acquisition des savoirs nécessaires au développement des compétences personnelles et sociales des jeunes et la création d'environnements favorables à leur santé, leur bien-être et leur réussite éducative selon leur stade de développement.

Cet outil permet également une démarche d'intervention globale pour la planification et la mise en œuvre d'actions de prévention-promotion (PP) en milieu scolaire et dans les autres milieux de vie fréquentés par les jeunes.

Cette démarche implique une collaboration et une concertation de tous les acteurs qui gravitent autour des jeunes (RSSS, milieu scolaire, famille et partenaires de la communauté). Le schéma à l'annexe 7 présente les éléments proposés par le référent ÉKIP, soit les 7 compétences à développer chez les jeunes, les éléments à mettre en place dans l'environnement scolaire, familial et communautaire ainsi que les conditions organisationnelles pour y parvenir.<sup>3</sup>

L'offre de services de la DSPu vise à répondre aux critères d'efficacité des interventions de PP proposées par le référent ÉKIP puisqu'elle souhaite que les actions soient :

- planifiées et concertées (à partir des besoins réels du jeune et des milieux) ;
- globales (visent le jeune, l'école, la famille, la communauté et plusieurs compétences) ;
- appropriées et adaptées aux stades de développement des jeunes ;
- élaborées avec l'engagement actif des jeunes ;
- intenses et continues (réalisées à plusieurs reprises, prévoient un réinvestissement et une progression dans le temps).

## **L'APPROCHE POSITIVE**

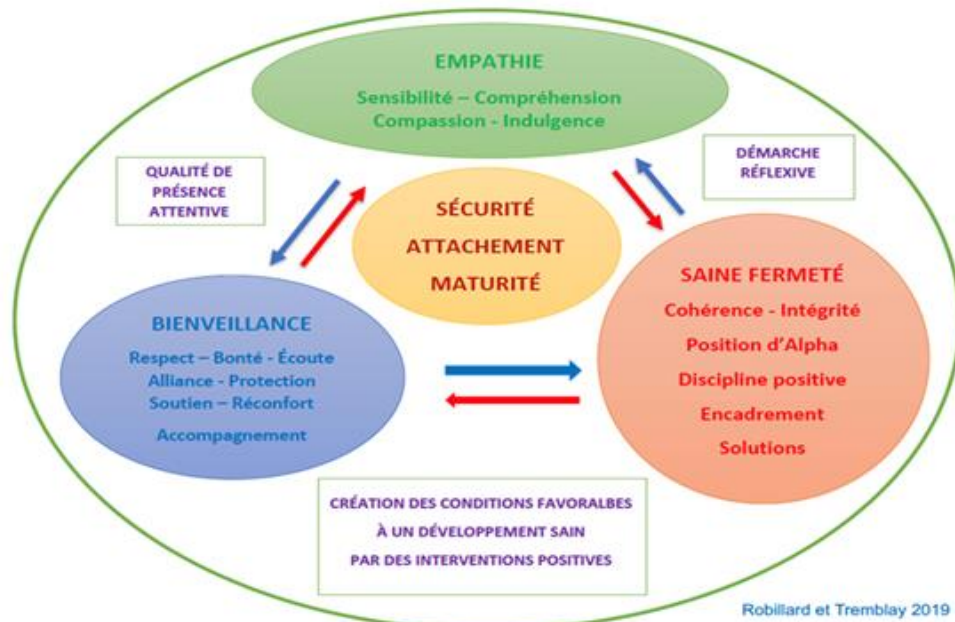
L'approche positive est une approche universelle de prévention et de promotion de la santé qui favorise le développement des habiletés sociales et affectives des jeunes en mettant l'accent sur l'accompagnement et le soutien à la planification et à la réalisation d'interventions positives. En partenariat avec les milieux scolaires, elle se base sur les interactions entre les jeunes et les adultes qui combinent bienveillance, empathie et saine fermeté. La figure 1 illustre les liens entre les éléments-clés nécessaires à la création d'un lien d'attachement sain et solide entre le jeune et les

---

<sup>3</sup> <https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/sante-bien-etre-jeunes/ekip/actions-dans-les-milieux-de-vie-des-jeunes/offrir-un-milieu-accueillant-qui-favorise-des-relations-harmonieuses-a-l-ecole/>

adultes significatifs qui l'entourent, incluant bien sûr les parents, mais aussi les intervenants du milieu scolaire et communautaire que le jeune côtoie au quotidien. Sans ce lien d'attachement, le développement affectif du jeune est nettement sous optimal.<sup>4</sup>

Figure 1 Les composantes clés de l'approche positive



Inspiré de la présentation « Intervenir positivement auprès du jeune » par Richard Robillard.

L'annexe 3 présente des exemples pour actualiser ces composantes auprès des jeunes. De plus, un des principes de base de l'approche positive est que le cerveau du jeune est malléable et parfois immature. Ainsi, lorsque le jeune vit une situation difficile, il ne peut pas gérer efficacement ses émotions, puisqu'il est dominé par son cerveau reptilien. Si l'adulte l'apaise, répond à ses besoins et l'aide dans la gestion de ses émotions et la recherche de solutions, un lien d'attachement solide est créé et entretenu. L'expérience émotionnelle est positive et le cerveau du jeune s'apaise et mature. Donc, au contact d'adultes bienveillants et empathiques, le jeune développe sa maturité affective et améliore ses capacités d'interactions sociales.

Par ailleurs, l'offre de services de l'intervention positive<sup>5</sup> de la DSPu est développée dans une perspective de « Faire ensemble » avec les milieux au bénéfice du développement des jeunes. Elle mise avant tout sur le développement de la relation entre les adultes et les jeunes, ce qui implique de poser un certain regard sur les façons de faire.

De plus, l'offre de services permet le suivi de moyens et d'actions qui visent à amener les jeunes vers leur réussite éducative et leur mobilisation sur le plan personnel et relationnel. Plus spécifiquement, elle prévoit de :

- comprendre les fondements de l'approche positive ainsi que ses bienfaits sur le développement des habiletés (compétences) socioaffectives et cognitives des jeunes;

<sup>4</sup> MACNAMARA, Deborah (2017). Jouer, grandir, s'épanouir : Le rôle de l'attachement dans le développement de l'enfant, Montréal, Québec, Éditions au Carré, 300 p.

<sup>5</sup> Intervention positive : Concept qui renvoie à l'intervention, aux actions qui actualisent l'approche positive dans la pratique.

- distinguer les éléments-clés d’une intervention réussie en approche positive;
- planifier une intervention en approche positive et l’adapter selon les besoins et le contexte du milieu;
- déterminer les facteurs qui facilitent l’implantation de l’approche positive;
- créer ou adapter des activités qui peuvent servir lors d’interventions en approche positive;
- proposer une modalité de rétroaction et d’évaluation des interventions réalisées.

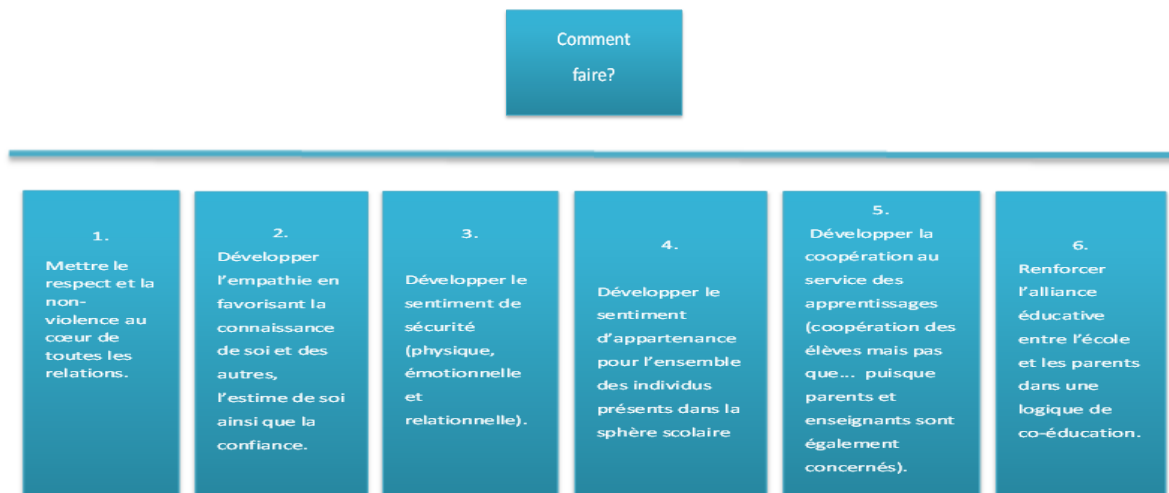
Le tableau suivant illustre des exemples d’activités possibles mises en place pour favoriser le sain développement des jeunes et la création d’un milieu de vie accueillant et sécuritaire pour eux selon l’approche positive.

Tableau: Activités offertes dans le cadre de l’intervention positive

Milieu scolaire	Milieu familial	Milieu communautaire
<p>Accompagnement et soutien du personnel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ateliers / Formations / Suivis</li> <li>• Observations</li> <li>• Modélisation</li> <li>• Création / adaptation de matériel et d’ateliers ludiques</li> <li>• Révision et modification des codes de vie avec les comités-écoles</li> <li>• Autres selon les besoins de l’école</li> </ul>	<p>Accompagnement et soutien de la famille</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ateliers / Échanges / Information / Sensibilisation</li> <li>• Interventions préventives de groupes de parents</li> <li>• Autres selon les besoins</li> </ul>	<p>Information et sensibilisation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ateliers / Formations</li> <li>• Partage d’outils</li> <li>• Arrimage des services auprès des familles</li> <li>• Autres selon les besoins</li> </ul>

Ainsi, les actions visent le développement d’environnements sains et sécuritaires autour du jeune, par le développement de connaissances et de compétences des adultes qui l’accompagnent quotidiennement pour intégrer dans leurs pratiques les concepts appris (continuité). Ce type d’environnement augmentera chez les jeunes leur sentiment de sécurité et favorisera leur sain développement socioaffectif. Ces facteurs de protection vont contribuer, à plus long terme, à leur réussite éducative, à leur mobilisation sur le plan personnel et relationnel et à une SM positive.

Le schéma suivant présente les 6 leviers d’actions suggérés pour mettre en pratique l’intervention positive dans un milieu (école, classe, local d’apaisement, etc.).



Référence : Bourdeverre-Veyssiere, Soline, (2019). L'éducation positive dans la salle de classe, Bruxelles, Belgique, 192 p.

Bref, l'offre de services a été élaborée à partir des balises ministérielles reliées au financement accordé pour promouvoir la SM positive des jeunes (réfèrent ÉKIP) et avec la collaboration des Centres de services scolaires (CSS) afin qu'elle réponde aux besoins, s'inscrive en complémentarité à ce qui se fait actuellement dans le réseau de l'éducation et qu'elle soit en continuité à l'offre de services déployée dans les milieux de garde et au primaire depuis septembre 2019.

## OBJECTIFS DE L'OFFRE DE SERVICES

À partir des besoins des milieux, l'offre de services vise :

- **le soutien et l'accompagnement des milieux scolaires et communautaires** à mettre en place les conditions favorables au développement social et affectif des jeunes sous les 3 composantes clés de l'intervention positive, soit la bienveillance, l'empathie et la saine fermeté;
- **le développement de compétences psychosociales chez le jeune**, via par exemple l'utilisation du programme *HORS-PISTE* (volet d'intervention universelle - exploration) qui est cohérent avec les compétences à développer chez les jeunes du réfèrent *ÉKIP* (voir annexe 8 pour l'analyse de la cohérence des ateliers du volet universel du programme *HORS-PISTE* avec le réfèrent *ÉKIP*).

## CLIENTÈLE VISÉE

Compte tenu des données régionales sur la SM des jeunes, notamment en raison de la pandémie et des besoins exprimés par les CSS, la DSPu a décidé de déployer son offre de services auprès des **établissements d'enseignement secondaire et postsecondaire (CGA/CFP)**. Elle constitue, en fait, une continuité de l'offre de service de l'intervention positive (IP) offerte au primaire.



## **EN UN COUP D'ŒIL**

Le schéma qui suit présente les fondements de l'offre de services. Il présente les compétences à développer ainsi que les savoirs à acquérir par les jeunes (en bleu) et les éléments à mettre en place dans leurs environnements (école, famille, communauté) en lien avec la SM positive (en vert) proposés par le référent ÉKIP. En saumon, ce sont les éléments de l'intervention positive de l'offre de services qui vont contribuer aux éléments proposés par ÉKIP. Pour ce qui est de l'intervention auprès des jeunes, les outils développés dans le cadre du projet HORS-PISTE (volet d'intervention universelle - exploration) du groupe RBC pourront être proposés, selon les besoins des milieux. En complémentarité avec ce schéma, vous trouverez, à l'annexe 1, le modèle logique de l'offre de services et, à l'annexe 2, un feuillet qui sera remis aux milieux scolaires qui présente les grandes lignes de ce qui leur est offert.

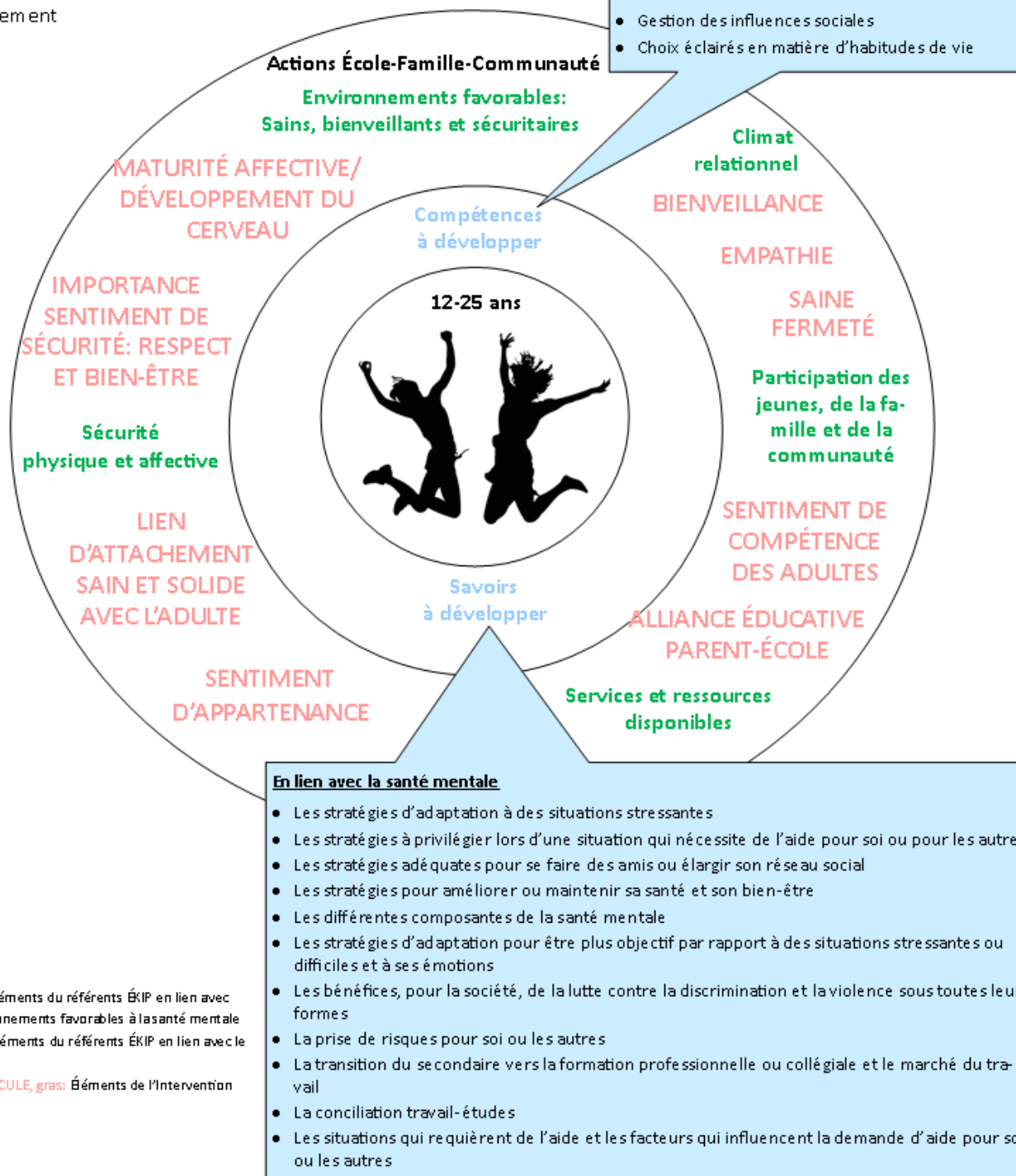
## FONDEMENTS DE L'OFFRE DE SERVICE DE LA DSPU EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE POSITIVE

L'offre de services s'inscrit dans le:

- Plan d'engagement vers la réussite éducative des jeunes
- Projet éducatif des écoles (aménagement d'environnements sains)

L'offre de service est en cohérence et complémentaire au:

- Dossier violence, intimidation et climat scolaire
- Soutien régional en matière de santé mentale et trouble de comportement



## ACTIONS PRÉVUES

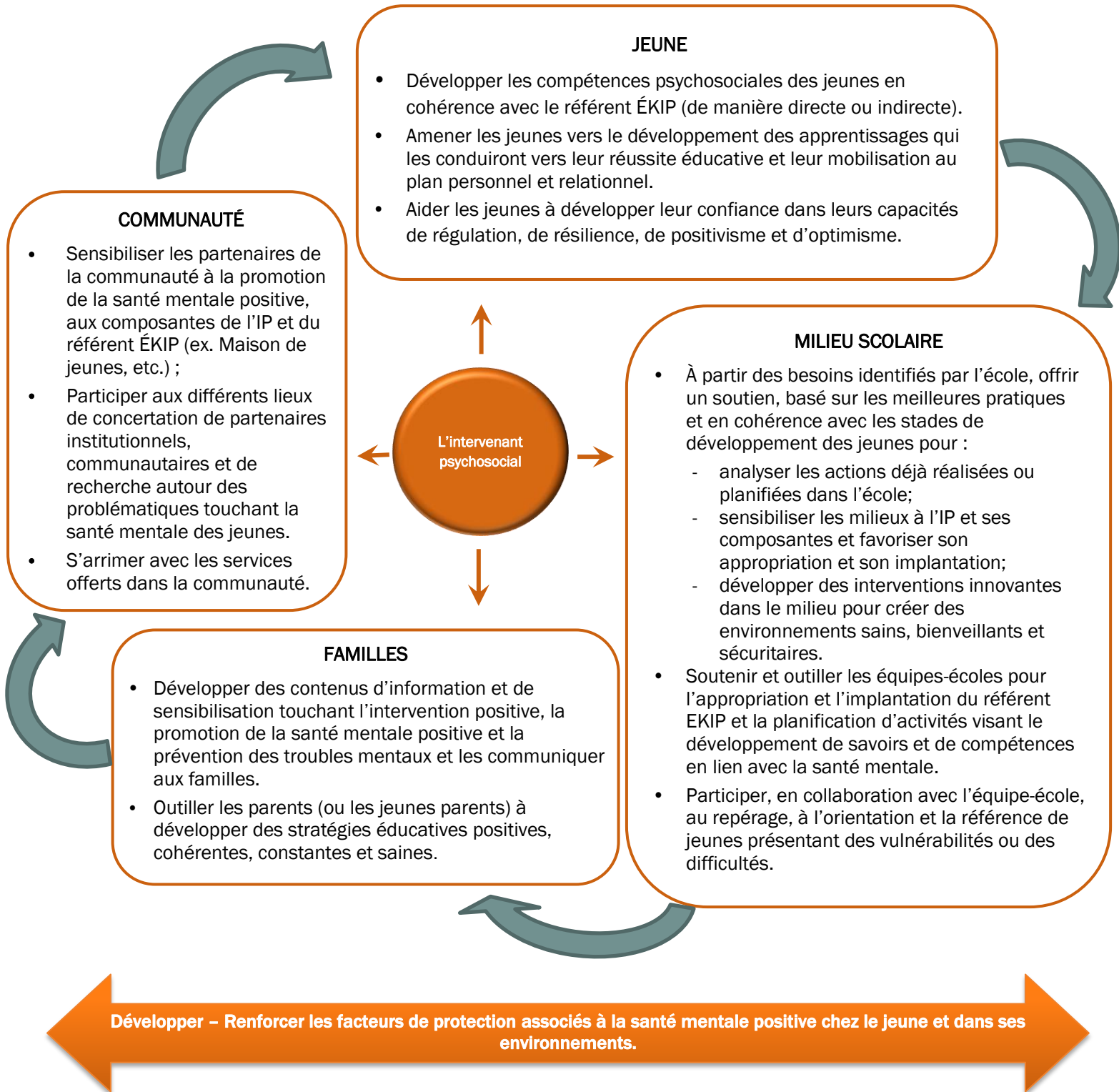
Le tableau suivant présente les actions à réaliser dans le cadre de l'offre de services et, pour chacune d'elle, les moyens pour y parvenir.

Actions à mettre en œuvre <sup>6</sup>	Moyens
<p>1. Déployer des interventions visant à rendre les milieux scolaires propices à une SM positive pour les jeunes de niveau secondaire et postsecondaire (CGA/CFP).</p>	<p>En outillant les milieux scolaires à mettre en place des mesures environnementales favorables à une SM positive (physiques, sociales, règles, organisation scolaire), notamment par :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- des activités de sensibilisation et d'appropriation de l'IP et de ses différentes composantes;</li> <li>- des activités de formation et d'appropriation du référent EKIP;</li> <li>- la collaboration des services professionnels disponibles dans les écoles, le RSSS et la communauté;</li> <li>- l'implication des jeunes et les parents, lorsque c'est possible dans la planification;</li> <li>- la surveillance de l'évolution de certains indicateurs lors des prochaines enquêtes sur la santé et le bien-être des jeunes.</li> </ul>
<p>2. Outiller les intervenants scolaires à choisir les interventions les plus efficaces pour promouvoir une SM positive et prévenir les troubles mentaux.</p>	<p>En outillant les milieux scolaires à évaluer la pertinence des actions déjà en place dans l'école et des offres de services, par :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- des activités de sensibilisation et d'appropriation de l'IP et ses différentes composantes ;</li> <li>- des activités de formation et d'appropriation du référent EKIP ;</li> <li>- le développement d'outils concrets d'analyse.</li> </ul>
<p>3. Appuyer les milieux scolaires et les organismes à adopter les meilleures pratiques en matière de promotion d'une SM positive.</p>	<p>En favorisant les occasions ou les mécanismes qui visent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- le partage de connaissances sur les initiatives existantes dans les différents milieux de vie, incluant les organismes communautaires (communauté de pratique, table de concertation, évènements spéciaux);</li> <li>- la cohérence des actions déployées dans les différents milieux de vie.</li> </ul> <p>En accompagnant les organismes communautaires ou autres partenaires de la communauté afin qu'ils soutiennent le développement des compétences chez les jeunes et la mise en place d'environnements favorables à une santé mentale positive.</p> <p>En soutenant les organismes communautaires dans l'évaluation de leurs actions.</p>

<sup>6</sup> Actions identifiées dans le Programme national de santé publique (2015-2025), Gains à réaliser pour le 2<sup>e</sup> cycle du PNSP pour Promouvoir la santé mentale des jeunes en contexte scolaire

Actions à mettre en œuvre <sup>6</sup>	Moyens
<p>4. Soutenir le développement de compétences parentales qui a un impact positif sur la SM des jeunes et mettre en place les conditions favorables pour y arriver.</p>	<p>En reconnaissant que les parents sont les premiers partenaires du développement de leur jeune.</p> <p>En développant et en diffusant des outils qui visent à:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- informer et sensibiliser les parents sur les questions liées à la SM positive (facteurs de risque et de protection, pratiques parentales à privilégier);</li><li>- développer des stratégies éducatives cohérentes et constantes;</li><li>- soutenir les parents pour la mise en place de conditions familiales favorables qui ont un impact positif sur la SM de leur jeune.</li></ul> <p>En consultant les jeunes sur les actions à privilégier auprès de leurs parents et les parents eux-mêmes sur leurs besoins.</p>

Le schéma suivant, présente plus concrètement, le rôle de l'intervenant psychosocial de la DSPu dans le cadre de l'offre de service



### IMPLICATIONS ET RÔLES ATTENDUS DU MILIEU SCOLAIRE

Fonctions	Responsabilités
Directions des services éducatifs des centres de services scolaires.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendre les fondements de l'offre de services (IP, référent ÉKIP).</li> <li>- Collaborer au plan de déploiement de l'offre de services.</li> <li>- Diffuser l'offre de services de la DSPu aux écoles.</li> <li>- Demander aux directions de nommer une personne qui collaborera avec l'intervenant de la DSPu.</li> </ul>
Professionnels régionaux qui ont un rôle-conseil et de soutien aux écoles (CVI, SM, troubles de comportement).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Être informés de l'offre de services et ses différentes composantes (IP, référent ÉKIP).</li> <li>- Collaborer à l'arrimage des actions de la DSPu offertes et réalisées dans les établissements d'enseignement.</li> </ul>
Directions d'école.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendre les fondements de l'offre de services (IP, référent ÉKIP) ;</li> <li>- Diffuser l'offre de services de la DSPu dans leur école;</li> <li>- Identifier un professionnel désigné avec qui l'intervenant de la DSPu va collaborer.</li> <li>- Collaborer et valider le plan d'action convenu avec la DSPu.</li> </ul>
Professionnel désigné par l'école	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendre et s'approprier l'offre de services et ses différentes composantes (IP, référent ÉKIP).</li> <li>- Collaborer au plan d'action avec la DSPu en réponse aux besoins du milieu.</li> <li>- Coconstruire avec l'intervenant de la DSPu les activités inscrites dans le plan d'action.</li> </ul>
Membres de l'équipe-école incluant les enseignants, les surveillants et les professionnels de l'école).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- S'approprier l'offre de services et ses différentes composantes (IP, référent ÉKIP).</li> <li>- S'il y a lieu, participer à l'élaboration, la mise en œuvre et/ou le suivi du plan d'action.</li> </ul>
Autres membres du milieu scolaire (ex. : secrétaire, concierge, chauffeur d'autobus, autres).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Être informés de l'offre de services et ses différentes composantes (IP, référent ÉKIP).</li> <li>- S'ils sont concernés par une problématique, ils seront sollicités à faire partie de la mise en œuvre et du suivi du plan d'action.</li> </ul>

## **COMPLÉMENTARITÉ DE L'OFFRE DE SERVICES**

### **PRÉVENTION DES DÉPENDANCES**

Parallèlement au financement pour la mise en place d'interventions en milieu scolaire qui visent la promotion de la SM positive et la prévention des troubles mentaux, un autre financement récent a été confirmé (pour le moment jusqu'en 2023) pour la prévention des dépendances qui s'actualise également par des interventions de prévention dans les milieux scolaires.

Ces deux objets d'intervention sont intimement liés et s'influencent l'un et l'autre de façon dynamique: la prévention des dépendances contribue à prévenir l'apparition de troubles mentaux et une SM positive contribue à prévenir les dépendances. D'ailleurs, les deux projets ont des objectifs communs, soit d'outiller les intervenants en milieu scolaire, à repérer les jeunes qui auront vécu plus difficilement le contexte de la pandémie et d'intensifier les actions pour sensibiliser et outiller les membres de l'équipe-école et les parents pour mettre en place des environnements sains et bienveillants qui vont contribuer à une SM positive qui va ainsi diminuer les problèmes de dépendance. C'est la raison pour laquelle un déploiement conjoint de ces 2 projets est souhaité afin de permettre d'agir plus efficacement et plus globalement auprès des jeunes, de leur famille et de leur environnement.

### **OFFRE DE SERVICES DE LA DIRECTION JEUNESSE**

Sur le continuum de services en SM présenté précédemment, l'offre de services de la Direction jeunesse du CIUSSS de l'Estrie - CHUS se situe principalement au niveau de l'intervention précoce. En effet, les interventions visent les jeunes et leur famille qui présentent des facteurs de risque ou des problématiques de SM. Les intervenants psychosociaux de cette direction interviennent dans les écoles auprès de jeunes et familles ciblés. Advenant que l'intervention ne soit pas suffisante, ils vont référer à des services spécialisés.

Donc, l'offre de services de la DSPu s'inscrit en amont de celle de la Direction jeunesse. Lors de leurs interventions auprès de tous les jeunes, il est possible que les intervenants de la DSPu, avec l'équipe-école, réfèrent les jeunes qui présentent des facteurs de risques aux intervenants de la Direction jeunesse. De ce fait, au sein d'une même école, les rôles et responsabilités des intervenants des 2 directions ont été définis et des trajectoires de services devront être en place pour la référence des jeunes. L'annexe 5 présente un document qui distingue les rôles des intervenants de la DSPu dans le cadre de l'offre de services santé mentale positive avec celui des intervenants de la DPJe.

### **AUTRES MESURES DU RÉSEAU DE L'ÉDUCATION**

Actuellement, le réseau de l'éducation offre aux établissements d'enseignement primaires et secondaires une expertise, un soutien et un accompagnement en réponse à certains besoins ou obligations, notamment pour lutter contre la violence et l'intimidation, favoriser un climat scolaire harmonieux, développer des habiletés sociales et intervenir auprès des élèves qui ont des psychopathologies ou des troubles du comportement. Bien que les services auprès des élèves ciblés avec des difficultés spécifiques soient davantage offerts, les services du réseau de l'éducation s'inscrivent également en prévention universelle (auprès de tous les élèves dans l'environnement

scolaire). En matière de SM, l'offre de services de la DSPu est complémentaire à celle-ci puisqu'elle vise la famille et la communauté ainsi que la clientèle des 17-25 ans qui fréquentent les Centres de formation générale aux adultes et les Centres de formation professionnelle.

De plus, les compétences à développer chez le jeune, en lien avec la SM et les interventions proposées dans l'offre de services de la DSPu pour promouvoir une SM positive (bienveillance, saine fermeté et empathie), vont contribuer à l'atteinte des objectifs de certaines mesures actuellement mises en place dans le réseau de l'éducation (ex.: la création d'un climat positif dans l'école, la lutte contre la violence et l'intimidation, le soutien dans la gestion des troubles du comportement et des troubles relevant de la psychopathologie).

Finalement, l'offre de services de la DSPu est en cohérence avec l'offre des services régionaux de soutien et d'expertise du réseau de l'éducation. En effet, les principes de l'accompagnement sont les mêmes, c'est-à-dire qu'ils partent des besoins identifiés par l'école, ils visent à soutenir l'équipe-école pour l'élaboration d'une démarche pour répondre à ces besoins et ils s'adressent principalement aux adultes qui interviennent auprès des jeunes. De ce fait, des arrimages seront nécessaires, voir essentiels, pour le déploiement et la réalisation de l'offre de services de la DSPu tant au niveau régional que local. Ainsi, à partir des besoins exprimés par l'école, les intervenants de la DSPu, les ressources régionales et les professionnels des CSS devront travailler en étroite collaboration afin d'identifier et de convenir de ce qui pourrait être offert, en prenant soin de ne pas dédoubler ce qui se fait déjà dans les écoles. Pour ce faire, un des mécanismes prévus serait de planifier des rencontres (4 à 5 fois par année), selon les besoins, avec les intervenants de la DSPu et les professionnels du réseau de l'éducation (agents des services régionaux ou professionnels des services éducatifs des CSS).

### **SOUTIEN AU DÉPLOIEMENT DE L'OFFRE DE SERVICES**

Pour le déploiement et la mise en œuvre de cette offre de services, le financement accordé par le MSSS a permis l'embauche de 7,6, ETC. d'intervenants psychosociaux qui seront répartis sur les 9 réseaux locaux de services (RLS) de la région. En plus de ces intervenants, il permettra l'embauche d'un agent de planification, de programmation et de recherche (APPR) à l'équipe des services spécialisés à temps complet. Il aura comme principales fonctions de :

- soutenir et collaborer avec les CSS pour la planification de l'implantation et la mise en œuvre régionale de l'offre de services;
- développer, au besoin, des activités de transfert de connaissances à l'intention du RSSS et de l'éducation sur les nouvelles orientations gouvernementales en matière de promotion de la SM chez les jeunes;
- soutenir le développement d'outils de PP ou d'analyse destinés aux intervenants scolaires et ceux de la DSPu;
- exercer une vigie quant aux meilleures pratiques en matière de PP en SM;
- assurer une vigie sur l'évolution de certains indicateurs lors des prochaines enquêtes sur la santé et le bien-être des jeunes de 5-17 ans;
- assurer les arrimages avec les autres directions de l'établissement;
- Assurer le réseautage avec les autres DSPu au Québec et les liens avec le Ministère.



## **ÉTAPES ASSOCIÉES AU DÉPLOIEMENT DE L'OFFRE DE SERVICES**

- Identification d'un professionnel dans l'établissement scolaire qui collaborera avec l'intervenant de la DSPu.
- Organisation d'une rencontre par l'intervenant DSPu avec la direction d'école et le professionnel désigné afin de:
  - faire connaissance;
  - présenter plus en détail l'offre de services;
  - discuter des actions déjà réalisées dans l'école et des besoins des jeunes et du personnel;
  - identifier les zones de collaboration et les activités possibles.
- Compléter une demande d'accompagnement (annexe 4).
- Élaborer et valider le plan d'action, sa mise en œuvre et son suivi à partir des besoins exprimés.

## **CONDITIONS GAGNANTES POUR LE DÉPLOIEMENT DE L'OFFRE DE SERVICES**

- Mobilisation de la direction et de l'équipe-école envers l'implantation d'activités qui vise la promotion de la SM positive, le tout s'inscrivant dans une planification et une concertation avec le milieu, selon les besoins.
- Adhérer et s'impliquer activement dans l'implantation de la promotion de la SM positive des jeunes.
- Permettre au personnel de participer aux ateliers de sensibilisation et aux suivis.
- Jumelage avec un professionnel de l'école permettant l'arrimage, la coconstruction, la co-animation d'actions ciblées en fonction des besoins du milieu.



## CONCLUSION

---

L'offre de la DSPu pour promouvoir la SM positive des jeunes dans les établissements scolaires secondaires et postsecondaires (CGA/CFP) est fortement inspirée de celle qui a été déployée auprès des 4 à 8 ans en septembre 2019. Elle constitue, en quelque sorte, une continuité des actions réalisées dans les milieux de garde et les écoles primaires, mais elle est adaptée aux écoles secondaires, à l'éducation des adultes et au secteur professionnel. Cette offre de services a été présentée aux directions des écoles concernées de la région au printemps dernier en vue d'un déploiement lors de l'année scolaire 2021-2022.

En complément et en continuité avec cette offre de services, la DSPu a offert aux maisons de jeunes une allocation financière non récurrente pour 2020-2021 afin de mettre en œuvre des projets qui favorisent la SM positive en contexte scolaire et communautaire. Ce financement est une opportunité pour créer des liens entre les maisons de jeunes, la DSPu et les établissements d'enseignement ainsi que pour favoriser la continuité des actions réalisées dans ces 2 milieux fréquentés par les jeunes.

Compte tenu de cette volonté de la DSPu de déployer cette offre de services en collaboration avec les maisons de jeunes et de l'embauche de nouveaux intervenants, la mise en œuvre de celle-ci va nécessiter le développement de certaines connaissances, notamment les concepts de base de la promotion-prévention en contexte scolaire, le référent ÉKIP et l'intervention positive. Pour ce faire, un plan de transfert des connaissances a été élaboré et des formations ont été offertes ce printemps et se poursuivront au cours de la prochaine année.



**ANNEXES**





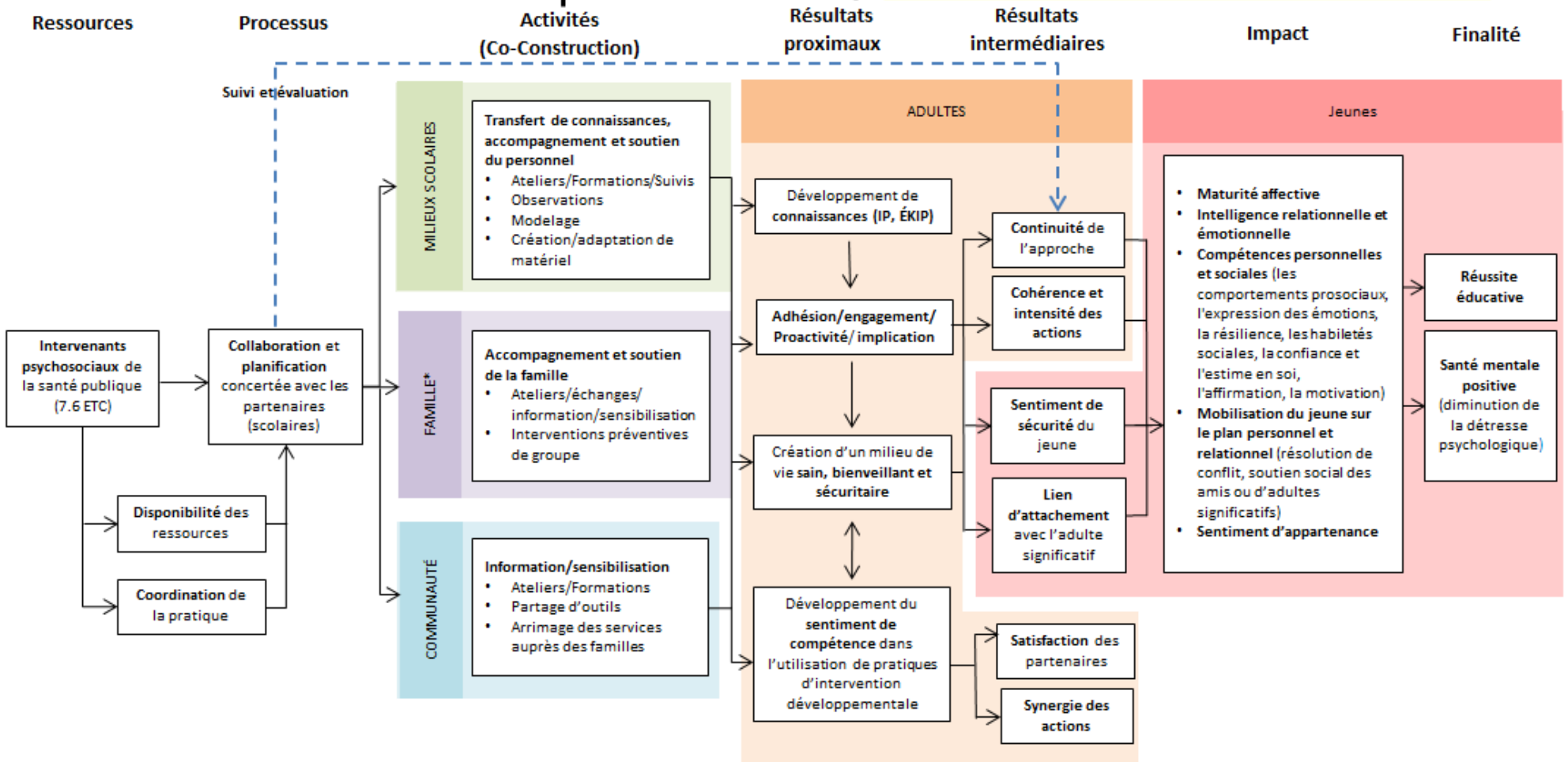
## Modèle théorique de l'offre de services des intervenants psychosociaux de la santé publique du CIUSSS de l'Estrie – CHUS pour promouvoir une santé mentale positive des jeunes basée sur l'approche positive et le référent ÉKIP

**Impact visé:** Favoriser une santé mentale positive des jeunes par le développement des compétences personnelles et sociales, ainsi que la création de milieux sains, bienveillants et sécuritaires.

**Population visée:** Jeunes des milieux secondaires et postsecondaires (CFP/CGA)

**COMPOSANTES-CLÉS**

- Bienveillance/Empathie/Saine fermeté
- Environnements sains, bienveillants et sécuritaires
- Développement des compétences personnelles et sociales
- Référent ÉKIP



\* Pour les milieux CFP/CGA l'intervention auprès de la famille vise les jeunes de ces milieux qui sont des parents.

## Complément d'information- Modèle théorique de l'offre de services de la santé publique du CIUSSS de l'Estrie – CHUS pour promouvoir une santé mentale positive des jeunes basée sur l'approche positive et le réfèrent ÉKIP

En continuité avec l'approche-École en santé (AÉS), le réfèrent ÉKIP repose sur la prémisse qu'il y a sept **compétences personnelles et sociales** transversales et une série de savoirs (connaissances) qui sont à acquérir par les jeunes tout au long de leur parcours scolaire pour les outiller à faire face aux situations de vie qu'ils rencontrent. De plus, il permet d'identifier les interventions efficaces et prometteuses à mettre en œuvre pour favoriser l'acquisition de ces savoirs et de ces compétences selon leur stade de développement et pour créer des environnements qui vont être favorables à leur santé, leur bien-être et leur réussite éducative. Pour favoriser le développement et le maintien d'une santé mentale positive, le réfèrent ÉKIP identifie les compétences personnelles et sociales à développer chez les jeunes et les éléments à mettre en place dans leurs environnements, notamment pour créer des **environnements sains, bienveillants et sécuritaires**.

L'approche positive est une approche universelle de prévention et de promotion de la santé qui favorise le développement des habiletés sociales et affectives des jeunes. Dans une perspective de « **faire ensemble** » et de partenariat avec les milieux, l'approche se base sur des interactions entre les jeunes et les adultes qui conjuguent **bienveillance, empathie et saine fermeté**. Ces éléments constituent la base nécessaire à la création d'un **lien d'attachement** sain et solide entre le jeune et les adultes significatifs de son entourage, incluant bien sûr les parents, mais aussi les enseignants et les intervenants du milieu qui côtoient le jeune au quotidien. Ce lien va contribuer au développement du **sentiment d'appartenance** du jeune à ses différents milieux de vie, dont l'école. Un des principes de base de l'approche positive est que le cerveau du jeune est immature. Ainsi, lorsqu'il vit une situation difficile, il ne peut pas gérer seul ses émotions, puisque son cerveau supérieur n'est pas totalement développé. Si l'adulte l'apaise, répond à ses besoins et l'aide dans la gestion de ses émotions et la recherche de solutions, un lien d'attachement solide et un **sentiment de sécurité** sont créés. L'expérience émotionnelle est positive et le cerveau du jeune mature, ce qui contribue au développement de son **intelligence émotionnelle et relationnelle**, sa **maturité affective** et améliore ses compétences personnelles et sociales. Plus précisément, les activités d'accompagnement et de soutien de la part des intervenants psychosociaux prévues visent à **co-construire l'intervention avec les partenaires** (milieux scolaires, familles et communauté) en fonction de leurs besoins, de leurs contextes et en s'appuyant sur leurs forces et leurs capacités. Les différentes activités **planifiées** de manière **concertée** entre les intervenants et les partenaires visent, notamment le **développement de connaissances et de compétences des adultes** qui accompagnent quotidiennement les jeunes **pour intégrer les concepts appris dans leurs pratiques (continuité, intensité et cohérence)** qui vont contribuer au développement de certaines compétences personnelles et sociales des jeunes et la mise en place d'environnements sains, empathiques, bienveillants et sécuritaires qui vont favoriser une **santé mentale positive** des jeunes et leur réussite éducative.

Puisque l'approche positive implantée dans les milieux de garde et milieux scolaires en 2019 répond aux critères d'efficacité des interventions de promotion-prévention en contexte scolaire proposé par le réfèrent ÉKIP en matière de santé mentale, celle-ci a été retenue comme moyen pour promouvoir la santé mentale positive des jeunes en Estrie.

Quelques références (pour plus d'information sur l'approche positive):

- BARTOLI, Lise (2010). *L'art d'apaiser son enfant : Pour qu'il trouve force et confiance en lui*, Paris, France, Éditions Payot, 251 p.
- GUEGUEN, Catherine (2014). *Pour une enfance heureuse : Repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau*, Paris, France, Éditions Robert Laffont.
- GUEGUEN, Catherine (2015). *Vivre heureux avec son enfant*, Paris, France, Éditions Robert Laffont, 342 p.
- GUEGUEN, Catherine (2018). *Heureux d'apprendre à l'école : Comment les neurosciences affectives et sociales peuvent changer l'éducation*, Paris, France, Éditions Les Arènes, 342 p.
- MACNAMARA, Deborah (2017). *Jouer, grandir, s'épanouir : Le rôle de l'attachement dans le développement de l'enfant*, Montréal, Québec, Éditions au Carré, 300 p.
- MATÉ, Gabor (2001). *L'Esprit dispersé. Comprendre et traiter les troubles de la concentration*, Montréal, Québec, Les Éditions de l'Homme, 400 p.
- MONZÉE, Joël (2015). *J'ai juste besoin d'être compris! : Comprendre les comportements dérangeants de l'enfant et de l'adolescent*, Québec, Éditions Le Dauphin Blanc, 376 p.
- MONZÉE, Joël (2016). *J'ai juste besoin de votre attention : Aider l'enfant et l'adolescent aux prises avec l'anxiété et le stress*, Québec, Éditions Le Dauphin Blanc, 304 p.
- MONZÉE, Joël (2018). *Et si on les laissait vivre? : Accompagner avec bienveillance les enfants et les adolescents*, Québec, Éditions Le Dauphin Blanc, 232 p.
- MONZÉE, Joël. Institut du développement de l'enfant et de la famille. [En ligne]. Lac Masson, Québec, <https://joelmonzee.com/>.
- NELSEN, Jane (2012). *La Discipline positive En famille et à l'école. Comment éduquer avec fermeté et bienveillance*, Éditions Toucan.
- NEUFELD, Gordon et Gabor MATÉ (2005). *Retrouver son rôle de parent*, Montréal, Québec, Les Éditions de l'Homme, Collection Parents d'aujourd'hui, 416 p.
- SELIGMAN, Martin (2016). *S'épanouir : Pour un nouvel art du bonheur et du bien-être*, Éditions Pocket, 512 p.
- SIEGEL, J. Daniel et Tina PAYNE BRYSON (2016). *La discipline sans drame : Calmer les crises et aider votre enfant à grandir*, Paris, France, Éditions Les Arènes, 320 p.

Le réfèrent ÉKIP: <https://www.quebec.ca/education/pr/escolaire-primaire-et-secondaire/sante-bien-etre-jeunes/ekip>



## SECONDAIRE ET POSTSECONDAIRE

## ANNEXE 2

L'intervention positive s'inscrit dans une approche de type développemental qui mise sur une **solide relation adulte-jeune**, essentielle au développement du potentiel du jeune.

L'objectif de l'intervention est de **promouvoir la santé mentale positive et de développer les habiletés socioaffectives du jeune** par la mise en place de conditions qui lui permettent de grandir et de favoriser sa maturité affective<sup>1</sup>.

**L'adulte doit toujours avoir en tête qu'il est un modèle pour le jeune.**



### Les fondements de

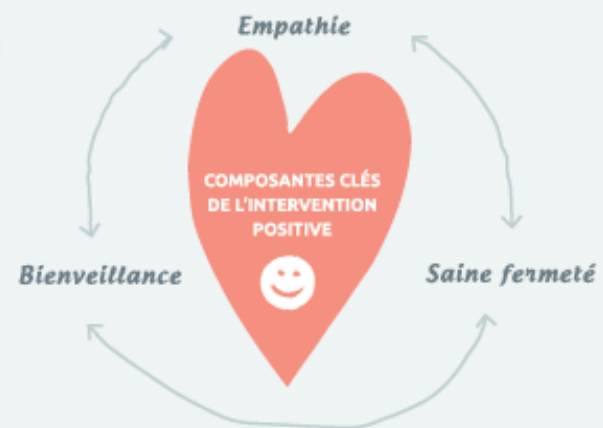
#### L'INTERVENTION POSITIVE :

- Le jeune cherche à être heureux. Pour cela, il est essentiel qu'il soit en présence d'adultes attachants, matures, empathiques, bienveillants, responsables et solides.
- Le jeune fait de son mieux avec ce qu'il possède et ce qu'il est au moment où il agit.
- Le jeune recherche instinctivement à s'attacher à des adultes qui démontrent une volonté de prendre soin de lui.
- Le jeune tente de communiquer à travers ses comportements.
- Le jeune a un immense besoin de sécurité affective de la part de l'adulte.
- Le jeune a besoin d'encouragement et de modèles d'action positive pour donner l'exemple de ce qu'on attend de lui.

### Multiplés bénéfiques de

#### L'INTERVENTION POSITIVE :

- Favorise le développement de l'intelligence émotionnelle et relationnelle ainsi que les capacités d'apprentissage.
- Favorise le développement de certaines compétences essentielles à la santé, au bien-être et à la réussite éducative : estime de soi, coopération, motivation, sens des responsabilités, ouverture d'esprit, capacité à résoudre des problèmes, bienveillance, empathie et capacités d'interactions sociales.
- Est en cohérence avec le référent ÉKIP (développé par le ministère de la Santé et des Services sociaux et le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur afin de mettre en place des actions efficaces de promotion et de prévention en contexte scolaire).



<sup>1</sup> MACHAMARA, Deborah (2017). *Jouer, grandir, s'épanouir : Le rôle de l'attachement dans le développement de l'enfant*, Montréal, Québec, Éditions au Carré, 300 pages.

## RÔLE DE LA SANTÉ PUBLIQUE

Les intervenants psychosociaux de la Direction de santé publique (DSPublique) de l'Estrie offrent aux milieux scolaires un accompagnement et du soutien pour la planification et la réalisation d'interventions positives. Plus précisément, ils peuvent :



- Mobiliser les intervenants autour de la santé mentale positive et de l'intervention positive.
- Offrir des ateliers de sensibilisation à l'intervention positive afin d'offrir un milieu de vie accueillant, sécuritaire et bienveillant.
- Accompagner et soutenir le personnel pour mieux répondre aux besoins des jeunes.
- Développer des actions et moyens concrets pour favoriser l'attachement, l'empathie, la bienveillance et la saine fermeté.
- Planifier, réaliser des activités et adapter les outils utilisés (ex. les consignes).



- Tenir des ateliers de sensibilisation à l'intervention positive.
- Offrir des interventions préventives de groupes à des parents ou à la communauté.

**L'implantation de l'intervention positive se fait pour et avec le milieu, selon les besoins et les différents contextes.**

### Contexte

#### DE L'INTERVENTION POSITIVE

La DSPublique est préoccupée par les résultats de l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire effectuée en 2016-2017<sup>2</sup> indiquant une détérioration de la santé psychologique des jeunes du secondaire partout au Québec comparativement au cycle de l'enquête de 2010-2011. En effet, on notait une plus grande proportion de jeunes se situant à un niveau élevé de détresse psychologique (29,3 % contre 20,8 %). Chez les filles, la proportion est passée de 28,2 % à 39,8 % entre 2010-2011 et 2016-2017. Quant aux jeunes qui rapportaient avoir un trouble anxieux confirmé par un médecin ou un spécialiste, la proportion a doublé, passant de 8,6 % à 17,2 % entre 2010-2011 et 2016-2017.

De plus, une enquête menée en 2021 révélait qu'en raison de la pandémie de COVID-19, les jeunes de 12 à 25 ans présentaient davantage de symptômes associés à l'anxiété et à la dépression que dans la population générale<sup>3</sup>.

C'est dans ce contexte que la DSPublique de l'Estrie a décidé, dans le but de promouvoir la santé mentale positive des jeunes, d'élargir son offre de service de l'intervention positive aux milieux scolaires du secondaire ainsi qu'aux centres de formation professionnelle et d'éducation des adultes.



Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke  
**Québec**

#### Information :

Contactez l'intervenant de la DSPublique :

Visitez le [santeestrie.qc.ca/interventionpositive](https://santeestrie.qc.ca/interventionpositive)

<sup>2</sup> Gouvernement du Québec (2018). Institut de la statistique du Québec. Infocentre de santé publique du Québec. Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011 et 2016-2017. [santeestrie.qc.ca/dients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Enquetes/Jeunes-secondaire/Enquete-quebecoise-sante-jeunes-secondaire\\_Estrie.pdf](https://santeestrie.qc.ca/dients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Enquetes/Jeunes-secondaire/Enquete-quebecoise-sante-jeunes-secondaire_Estrie.pdf)

<sup>3</sup> Génèreux et al. (2021). Un jeune sur deux présente des symptômes d'anxiété ou de dépression. Communiqué de presse du 28 janvier 2021. [En ligne] <https://www.usherbrooke.ca/actualites/nouvelles/nouvellesdetails/article/44448/>

## Les composantes clés de l'intervention positive


Empathie	Bienveillance	Saine fermeté	Discipline positive***
La faculté intuitive de se mettre à la place d'autrui, de percevoir ce qu'il ressent <sup>7</sup>	Le respect du monde de l'adolescent.	Le respect de soi (en tant qu'adulte) et le respect des limites et des règles.	Implique le respect mutuel, la coopération, la bienveillance et la saine fermeté.
Adapter notre approche aux caractéristiques relationnelles de la période de l'adolescence*, i.e. sensibilité exacerbée, besoin d'être principalement reconnu par les pairs, etc.	Accueillir les jeunes chaleureusement, autant verbalement que non-verbalement (sourire, ton de voix, regard ...).	Établir un lien d'attachement avant de tenter d'orienter, diriger, recadrer ou enseigner.	Solliciter les jeunes dans la recherche de solutions créatives et adaptées à leurs besoins.
Accueillir les émotions désagréables (ex.: frustrations, dégoût, honte, angoisses, pleurs...).	Remercier les jeunes pour leurs efforts et leur collaboration.	Offrir une constance dans les limites et les règles.	Apprendre aux jeunes à voir le bon côté des choses et à repérer les bonnes intentions.
Prendre en compte les sentiments des jeunes et leur cerveau en restructuration dans nos interventions.	Éviter l'étiquetage en mettant plutôt l'emphasis sur les étapes franchies et à franchir, en décrivant le processus plutôt qu'en pointant l'exploit ou la faute.	Enseigner aux jeunes le sens des limites et l'importance de les respecter, à la fois pour eux-mêmes et pour les autres. Les faire participer aux prises de décision.	Miser sur les forces de caractère et les vertus des jeunes.
Laisser place aux émotions en étant attentif et en invitant les jeunes à se confier selon leur convenance (mettre des mots sur ce qu'on peut observer et nommer notre disponibilité à discuter au besoin).	Aider les jeunes à connaître le succès sans tout faire à leur place. Savoir reconnaître leurs réussites sans faire de faux éloges. Faire de l'erreur, une occasion d'apprentissage.	Engager la responsabilité personnelle et sociale des jeunes dans le respect des limites.	Aider les jeunes à développer leur confiance dans leurs capacités de régulation, de résilience, de positivisme et d'optimisme.
Apaiser les jeunes dans leur charge émotionnelle et mentale.	Faire des dépôts positifs (commentaires sur leurs bonnes actions ou bons comportements) en nommant le comportement. S'intéresser au monde de l'adolescent.	Donner soi-même l'exemple.	
Utiliser le mode relationnel Je/Tu au lieu de Je/Cela.	Porter sur autrui un regard aimant, compréhensif et sans jugement.	Prendre en charge la relation avec les jeunes au-delà des comportements (adulte alpha**).	
Décoder les besoins derrière le comportement.			

Tableau inspiré de la présentation « *Intervenir positivement auprès du jeune* » par Richard Robillard et du livre « *Le cerveau de votre ado* » du Dr Daniel J. Siegel.

<sup>7</sup> Définition tirée du Larousse : <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais>

- \* La période de l'adolescence est vue ici comme étant une période développementale essentielle au bon fonctionnement humain, caractérisée par un processus d'individualisation et une importante restructuration cérébrale et qui, lorsque bien vécue, donne lieu à l'émergence de jeunes plus conscients, épanouis, biens avec eux-mêmes et avec les autres.
  - \*\* Définition de l'adulte alpha = L'adulte qui prend soin des autres, donne des directives, dirige, rassure, défend et protège. Il est la personne qui sait et qui donne des réponses. (ex. : maman cane).
  - \*\*\* Définition de la discipline positive = «Conditions que l'on met en place pour être HEUREUX»
- 

Empathie : composante qui représente la place primordiale, non seulement de la reconnaissance, mais de l'accueil des émotions, quelles qu'elles soient, et dans le but d'aider le jeune à mieux se connaître, à mieux utiliser ses émotions pour répondre aux besoins qu'elles communiquent. Comme chaque émotion fait référence à un besoin par le biais d'hormone(s) / neurotransmetteur(s) spécifique(s) produite(s) dans le corps, l'intervention positive préconise le fait de tenir compte des variations émotionnelles pour comprendre, guider et accompagner le jeune à se réguler, le temps qu'il puisse développer sa capacité à le faire par lui-même.

Bienveillance : composante qui représente le fait de vouloir le bien d'autrui et d'émettre des actions pour contribuer à ce bien-être chez l'autre. C'est une contribution active qui ne se résume pas à éviter de juger l'autre, mais à oser prendre part à son monde dans le but de lui apporter du bonheur, de le guider vers des choix qui lui apporteront du bonheur, de lui faire confiance dans ses capacités à évoluer et à bien faire les choses. La bienveillance, dans l'intervention positive, c'est aussi de voir le jeune comme d'égale valeur à l'adulte, mais qui nécessite une tendre protection incluant un cadre adapté à sa réalité d'être humain en pleine période d'exploration, d'expérimentation et de recherche de sensations. Selon les principes de l'approche, lorsqu'on est autoritaire à outrance, on ne peut pas affirmer qu'on est en posture de bienveillance. Et, lorsqu'on est permissif à outrance, on ne peut non plus prétendre être en posture de bienveillance.

Saine fermeté : composante qui représente le fait d'établir un cadre tout en étant conscient de l'impact de le faire en l'imposant, ou, de le faire en passant par un processus réfléchi qui veillera à préserver le lien. La saine fermeté sert à nous sécuriser comme adulte responsable, et ce, dans le but d'être ensuite en mesure de veiller à la sécurité des jeunes. La saine fermeté passe par l'autocompassion, c'est-à-dire par le fait que l'adulte doit s'assurer de se respecter dans les interactions ayant lieu avec le jeune, de manière à éviter d'agir ou réagir exagérément, ce qui déclencherait les mécanismes de défense du jeune, le rendant indisponible aux quelconques enseignements et apprentissages. Dans l'intervention positive, la saine fermeté vise à la fois la responsabilisation du jeune et de l'adulte. Toutefois, il demeure clair qu'il revient à l'adulte responsable d'aller rétablir le lien avec le jeune lorsque celui-ci a été fragilisé et puisque le jeune n'est généralement pas encore suffisamment consolidé au niveau cérébral pour le faire.

Discipline positive : c'est l'intégration, la fluidité et l'équilibre entre les trois composantes. C'est le développement d'un réflexe qui est celui de chercher à obtenir la confiance et le cœur du jeune avant de penser obtenir quoi que ce soit de sa part. La pratique de la discipline positive s'accompagne d'un mouvement naturel vers le positivisme et les modes de fonctionnement coopératif mettant à profit les différences, les forces et les intérêts de chacun. Elle implique un changement de regard sur les jeunes et leurs comportements.

## DEMANDE D'ACCOMPAGNEMENT – MILIEU SCOLAIRE

PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE POSITIVE ET DU DÉVELOPPEMENT DES HABILETÉS  
SOCIOAFFECTIVES DES JEUNES

CENTRE INTÉGRÉ UNIVERSITAIRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE L'ESTRIE –  
CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE SHERBROOKE



Cette offre de service est offerte par les intervenants psychosociaux de la DSPu. Les intervenants offriront un accompagnement et du soutien pour la planification et la réalisation d'interventions positives en partenariat avec les services de garde éducatif, les milieux scolaires primaires, secondaires et post-secondaires. L'implantation de l'offre de service se fait pour et avec le milieu, selon les besoins et les différents contextes. L'intervention permettra le suivi de moyens et d'actions concrètes dont la finalité sera d'amener les jeunes dès la petite enfance vers le développement d'habiletés et de compétences qui les conduiront vers leur santé, bien-être et réussite éducative.

## SECTION 1 : IDENTIFICATION DU DEMANDEUR

---

### 1. Date de la demande

Cliquez ici pour entrer du texte.

### 2. Nom de l'établissement d'enseignement

Cliquez ici pour entrer du texte.

#### a) Nom du pavillon, s'il y a lieu

Cliquez ici pour entrer du texte.

### 3. Adresse de l'établissement

Inscrivez la rue : Cliquez ici pour taper du texte.

Inscrivez la ville : Cliquez ici pour entrer du texte. (Québec) Inscrivez le code postal : Cliquez ici pour entrer du texte.

### 4. Si applicable, centre de services scolaire et Commission scolaire

- Centre de services scolaire de la Région-de-Sherbrooke
- Centre de services scolaire Des Sommets
- Centre de services scolaire Des Hauts-Cantons
- Centre de services scolaire du Val-des-Cerfs
- Commission scolaire Eastern Townships

### 5. Territoire de MRC sur lequel est situé l'établissement d'enseignement

- Brome-Missisquoi
- Val-Saint-François
- Coaticook
- Des Sources
- Haute-Yamaska
- Memphrémagog
- Granit
- Sherbrooke
- Haut-Saint-François

### 6. Direction responsable de la demande dans l'établissement

Inscrivez le nom de la direction : Cliquez ici pour entrer du texte.

Inscrivez le courriel de la direction : Cliquez ici pour entrer du texte.

Inscrivez le numéro de téléphone de la direction : Cliquez ici pour entrer du texte.

## SECTION 2 : DEMANDE D'ACCOMPAGNEMENT

---

### 1. Description de l'état actuel de la situation

Cliquez ici pour entrer du texte.

### 2. Besoin d'accompagnement pour le déploiement de l'offre de service de la promotion de la santé mentale positive et du développement des habiletés socioaffectives des jeunes

- Ateliers de sensibilisation à l'intervention positive, afin d'offrir un milieu de vie accueillant, sécuritaire et bienveillant. (Prérequis au service)
- Accompagnement du personnel pour les soutenir afin de mieux répondre aux besoins des jeunes
- Développer des moyens et actions concrets pour favoriser l'attachement, l'empathie, la bienveillance et la saine fermeté
- Adapter les outils utilisés en cohérence avec l'intervention positive et le référent ÉKIP
- Planifier et réaliser des activités visant l'implantation de l'offre de service
- Mobiliser les intervenants autour de l'offre de service et de sa mise en application
- Autre :

### 3. En lien avec la réponse à la question 2, précisez votre besoin d'accompagnement pour promouvoir la santé mentale positive des jeunes et le développement des habiletés socioaffectives des jeunes dans l'établissement

### 4. Interventions déjà réalisées/tentées dans le passé et résultats associés à ces interventions

- Aucune intervention n'a été essayée au préalable ou je ne suis pas au courant
- Une ou des stratégies ont déjà été mises en place ou essayées par différents intervenants ou partenaires : intervenants de la DPJE, agentes des services régionaux de soutien ou d'expertise de la région, professionnels de l'école (AVSEC, psychoéducatrice, psychologue, personnes ressources du CSS, organismes communautaires, etc.)

Si oui, décrivez les principales interventions/stratégies essayées dans le passé

**a) Intervention #1**

Date : Cliquez ici pour entrer du texte.

Stratégie réalisée/tentée et par qui : Cliquez ici pour entrer du texte.

Impact de cette stratégie : Cliquez ici pour entrer du texte.

**b) Intervention #2**

Date :

Stratégie réalisée/tentée et par qui :



Impact de cette stratégie :

**c) Intervention #3**

Date :

Stratégie réalisée/tentée et par qui :

Impact de cette stratégie :

**5. Groupe d'âge des jeunes concernés (possibilité de cocher plusieurs choix)**

**PRIMAIRE**

- Maternelle 4 ans
- Maternelle 5 ans
- 1<sup>er</sup> cycle (1<sup>ière</sup>, 2<sup>e</sup> année)
- 2<sup>e</sup> cycle (3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> année)
- 3<sup>e</sup> cycle (5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année)

**SECONDAIRE**

- 1<sup>er</sup> cycle (1<sup>ère</sup> et 2<sup>e</sup> année)
- 2<sup>e</sup> cycle (3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> année)

**POSTSECONDAIRE**

- CFA (Centre de formation aux adultes)
- CFP (Centre de formation professionnelle)

**6. Personnes concernées de l'école par la demande (possibilité de cocher plusieurs choix)**

- Directions
- Secrétaires
- Membres du conseil d'établissement
- Enseignants
- Professionnels
- Personnels en soutien direct à l'élève
- Technicien en service de garde scolaire
- Intervenants du midi ou surveillants d'élèves
- Chauffeurs d'autobus ou brigadiers scolaires
- Concierges
- Parents
- Groupe d'élèves
- Autres (Inscrivez le membre de l'école) :

**7. Nombre approximatif de jeunes concernés (indirectement) par la demande d'accompagnement**

---

Signature du directeur/demandeur

---

Date

## NOTES

- \* Le professionnel pivot de votre Centre de service scolaire, Commission scolaire ou de l'école (demander le nom de celui-ci) discutera de votre demande de service avec l'intervenant de la santé publique et vous contactera dans les meilleurs délais.
- \* Des critères de choix de milieux en cas de surplus de demandes s'appliqueront au besoin.

## Décision et orientation de la demande

- Acceptée et assignée
- Acceptée et mise en attente
- Refusée. Raison :

\_\_\_\_\_  
Signature de l'intervenant DSPu

\_\_\_\_\_  
Titre/fonction

\_\_\_\_\_  
Date

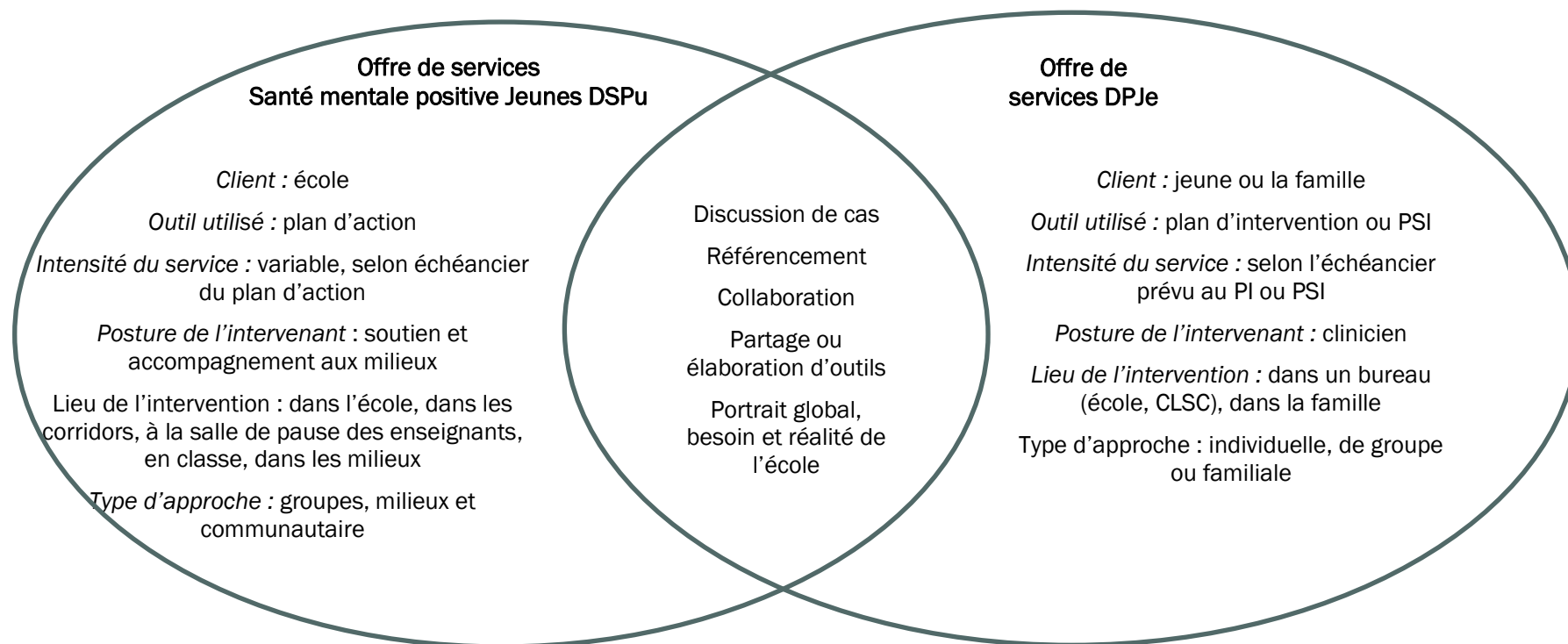




## Distinction de certains rôles des intervenants de la Direction de santé publique (DSPu) et de la Direction du programme jeunesse (DPJe)

Rôles communs	DSPu	DPJe
Amener les jeunes vers le développement des apprentissages qui les conduiront vers leur réussite éducative et leur mobilisation au plan personnel et relationnel.	Interventions indirectes, <u>à partir du besoin de l'école ou proposé par l'intervenant</u> : 1. Principalement auprès des adultes de l'école qui accompagne les jeunes. 2. Auprès des groupes existants de jeunes dans le milieu (pairs aidants, le conseil d'élèves, les groupes de théâtre ou sportifs, comité Code de vie, etc.) pour les sensibiliser à la bienveillance, à l'empathie et au développement de leur cerveau par la mise en place de moyens dans l'environnement scolaire identifié dans le plan d'action de l'école.	Intervention directe, auprès du jeune, <u>à partir d'une demande d'aide ou d'un milieu</u> : 1. En individuel par les moyens identifiés dans le plan d'intervention du jeune. 2. En groupe, à partir d'un besoin commun identifié
Aider les jeunes à développer leur confiance dans leurs capacités de régulation, de résilience, de positivisme et d'optimisme.		
Outiller les parents (ou les jeunes parents) à développer des stratégies éducatives positives, cohérentes, constantes et saines.	<b>Moyens</b> : groupes de parents sur des thématiques en lien avec celles priorisées par l'école et l'intervention positive (ex. : la discipline positive, la bienveillance, «comment accompagner mon enfant?») dans une perspective de conscientisation et d'éducation positive en continuité avec ce qui se fait dans l'école.	<b>Moyens</b> : groupes de parents dans une perspective éducative, informative ou de soutien en lien avec différents sujets identifiés par les parents ou communs aux parents du groupe. Parents ciblés par l'intervenant ou en attente de prise en charge, sur une problématique particulière.

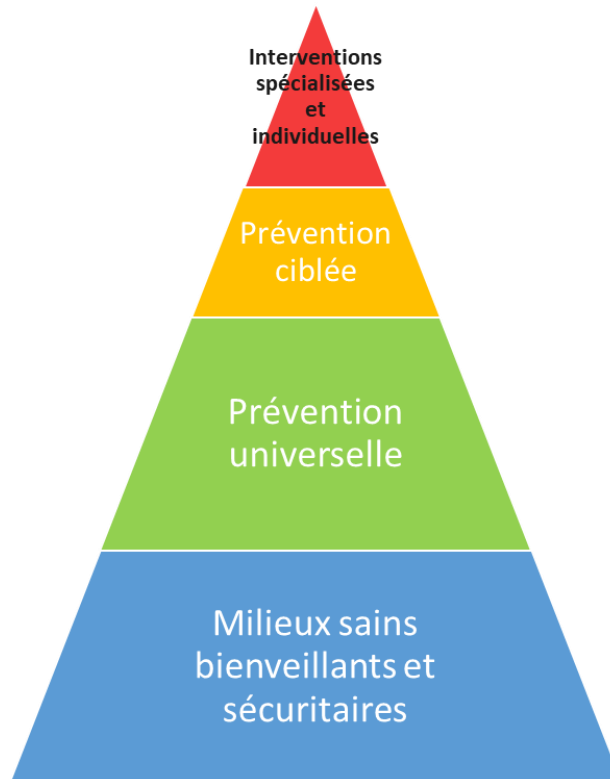
Participer, en collaboration à l'équipe-école, au repérage, à l'orientation et la référence de jeunes présentant des vulnérabilités ou des difficultés.	Référence à la DPJe ou à l'accueil psychosociale selon les modalités définies localement.	Référence aux services santé mentale jeune ou autres services, selon les modalités définies localement.
Participer aux différents lieux de concertation de partenaires institutionnels, communautaires et de recherche autour des problématiques touchant la santé mentale des jeunes.	<b>Objectif de sa participation :</b> sensibiliser les membres de la communauté à l'intervention positive pour la mise en place d'activités ou d'environnements sains, bienveillants et sécuritaires.	<b>Objectif de sa participation :</b> discuter des défis vécus par les jeunes, par les familles de la communauté. Faire connaître et référer aux ressources de la communauté.



Travaux et document réalisés par Claudine Martin (ACP) et Marie-Josée Riel (APPR) de la DSPu et Laurence Roy-Demers, SAC, DPJe

## La prévention universelle en matière de santé et de bien-être des jeunes (Modèle RAI)

La prévention universelle vise l'ensemble des jeunes, peu importe leurs habitudes ou leurs risques de développer des problèmes. Les actions visent à prévenir l'apparition de problèmes et la diminution des facteurs de risque en agissant le plus précocement possible auprès du jeune. L'objectif de la prévention universelle est de réduire les facteurs de risques associés aux maladies, aux problèmes psychosociaux et aux traumatismes et leurs conséquences, ainsi que détecter rapidement les signes hâtifs de problèmes.



### Milieus sains, bienveillants et sécuritaires :

Pour que les jeunes puissent développer leurs compétences personnelles et sociales, les actions éducatives qui favorisent l'acquisition des savoirs ne sont toutefois pas suffisantes. En effet, l'aménagement d'environnements sains, bienveillants et sécuritaires, à l'école, auprès de la famille et dans la communauté, doit également être favorable au développement des compétences. Par exemple, l'acquisition du savoir sur la gestion des émotions et du stress peut être jumelée à des installations ou à des activités qui favorisent la détente (salle de lecture, ateliers de méditation, etc.).

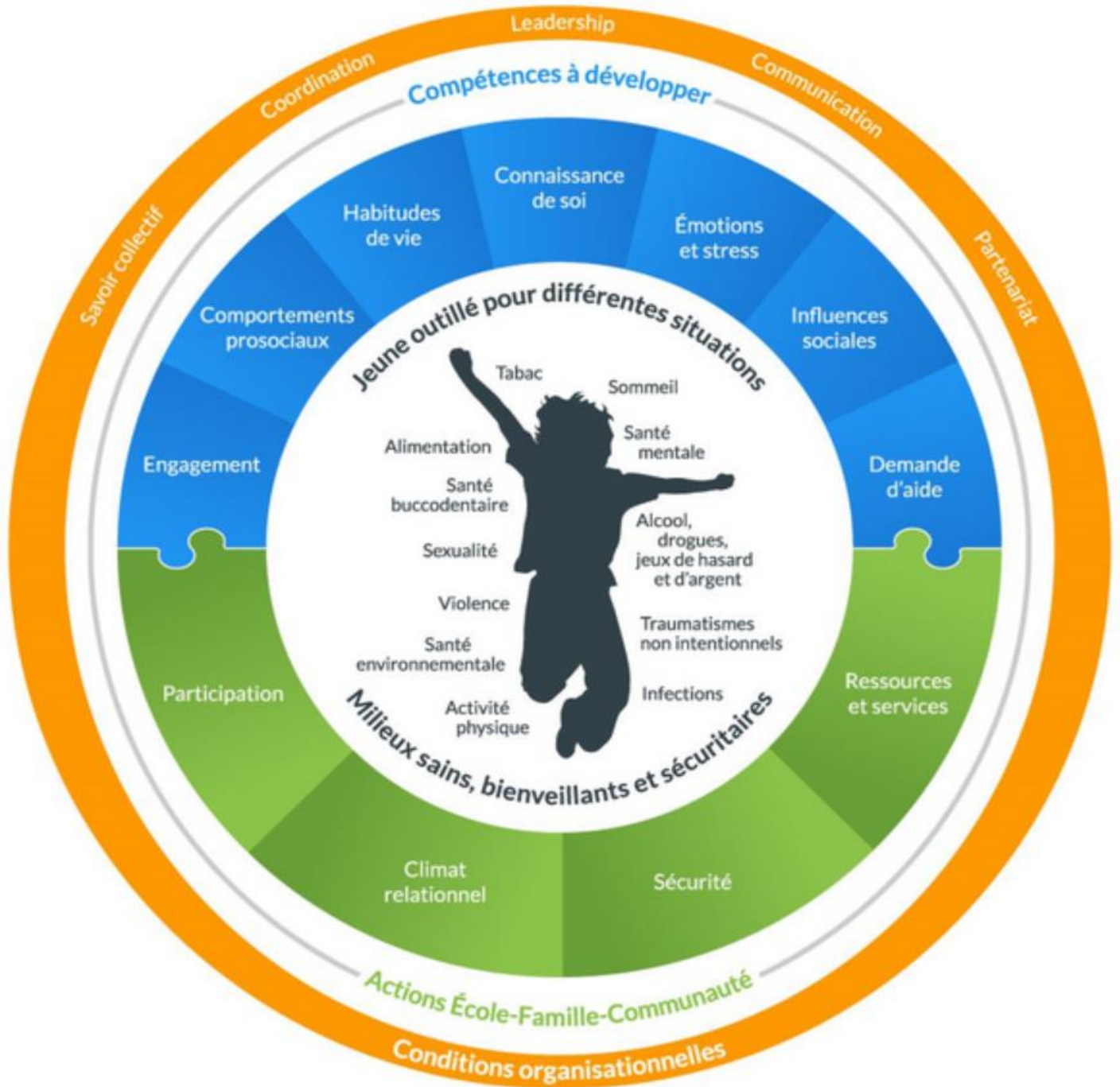
Les actions dans les milieux (École – famille - communauté) visent à offrir aux jeunes des milieux sains, bienveillants et sécuritaires qui favorisent :

- un sentiment de sécurité physique et émotionnelle;
- un sentiment d'appartenance;
- un sentiment de compétence;
- l'autonomie, l'engagement social et le sens des responsabilités.





## Le référent ÉKIP en un coup d'œil





## Cohérence des thèmes des ateliers et compétences visées du programme *HORS-PISTE (volet universel - exploration) avec le référent ÉKIP*

Niveau scolaire	Ateliers <i>HORS-PISTE</i> : thème principal - compétences visées	Compétence (s) générale (s) visée (s) par le référent EKIP	Savoir prioriser pour la thématique de santé mentale (SM) (référent EKIP)
<b>Secondaire 1</b>	Stress – gérer son stress	Connaissance de soi & gestion des émotions et du stress	Reconnaître des stratégies d'adaptation à des situations stressantes ou difficiles
	Anxiété – gérer son stress	Connaissance de soi & gestion des émotions et du stress	Reconnaître des stratégies d'adaptation à des situations stressantes ou difficiles
	Demande d'aide – réguler ses émotions	Connaissance de soi & gestion des émotions et du stress & demande d'aide	Connaître des stratégies à privilégier lors d'une situation qui nécessite de l'aide pour soi ou les autres
	Comparaison sociale – observer en soi	Connaissance de soi & gestion des influences sociales	Évaluer et adapter ses stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être
	Pressions sociales – s'affirmer	Gestion des influences sociales	Évaluer et adapter ses stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être
<b>Secondaire 2</b>	Conflits - Communiquer	Connaissance de soi & gestion des émotions et du stress	Évaluer et adapter ses stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être
	Estime de soi – s'aimer	Connaissance de soi & adoption de comportements prosociaux	Contribution du savoir à la thématique de SM
	Jugement des autres – être	Adoption de comportements prosociaux – engagement social	Contribution du savoir à la thématique de SM
	Place dans un groupe – comportements pros sociaux	Adoption de comportements prosociaux – engagement social	Contribution du savoir à la thématique de SM
	Technologie – esprit critique	Choix éclairés en matière d'habitudes de vie	Expliquer l'influence de ses habitudes de vie sur sa santé et sur son bien-être
<b>Secondaire 3-4-5</b>	Explorer et expérimenter les bienfaits de certaines activités sur le bien-être psychologique	Choix éclairés en matière d'habitudes de vie et gestion des émotions et du stress	Expérimenter diverses activités en classe, dans le milieu ou hors de l'école (la nature, les arts, l'activité physique, les respirations quotidiennes, la méditation, etc.)



# BIBLIOGRAPHIE

Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale (2020). *Hors-piste – parler d'anxiété sans stress – Introduction au programme – Programme Exploration – 1<sup>er</sup> cycle du secondaire*, disponible à l'adresse suivante : <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/hors-piste/programme-secondaire/>, Page consulté le 5 octobre 2010

Fournier, V. et Pauzé, R. (2017). *Définition, facteurs de risque associés et conséquences et conséquences possibles de l'anxiété généralisée (TAG) chez les adolescents*, 45 p., disponible à l'adresse suivante : <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2018/02/Recension-Trouble-danxiete-generalisee-31-janvier-2018.pdf>

Houle, A-A. (2017). *Recension des programmes de prévention en matière d'anxiété et de stress chez les enfants et les adolescents*, Centre d'expertise RBC en santé mentale, Université de Sherbrooke, 38 p., disponible à l'adresse suivante : <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2018/02/Recension-programmes-prevention-stress-et-anxiete-31-janvier-2018.pdf>, page consulté le 5 octobre 2020

Houle, A-A. (2017). *Recension des écrits sur les critères d'efficacité et les programmes d'intervention précoce en matière d'anxiété chez les adolescents de 12 à 17 ans*, Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale destinée aux enfants, adolescents et aux jeunes adultes, 31 p., disponible à l'adresse suivante : <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2019/03/RECENSION-programmes-dintervention-pr%C3%A9coce-3-novembre-2017-copie2.pdf>, page consultée le 5 octobre 2020

Piché, G., Cournoyer, M., Bergeron, L., Clément, M-È et Smolla N., (2017). *Épidémiologie des troubles dépressifs et anxieux chez les enfants et les adolescents québécois*, Revue santé mentale au Québec, Volume 42, Numéro 1, Printemps 2017, p. 19-42



**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Estrie – Centre  
hospitalier universitaire  
de Sherbrooke**

**Québec** 