

Les faits en éducation

Quelles sont les approches efficaces pour améliorer le mieux-être mental des élèves?

La santé mentale des jeunes constitue une grande préoccupation au Canada et dans le monde. Selon l'Association canadienne pour la santé mentale, de 10 à 20 % des jeunes Canadiens sont touchés par un trouble mental; d'autres études indiquent des taux encore plus élevés de dépression, de troubles de comportement et d'intimidation en milieu scolaire. En plus des problèmes d'assiduité associés à ces problèmes, l'apprentissage en souffre souvent aussi. Pour s'attaquer à la question, de nombreux chercheurs et praticiens estiment qu'il est essentiel d'intégrer des programmes sur la santé mentale dans les programmes d'études. Lorsque la Commission de la santé mentale du Canada a publié la toute première stratégie nationale en matière de santé mentale en 2012, elle a fait de la santé mentale des enfants et des jeunes une priorité, en soutenant que les programmes dans les écoles constitueraient un outil efficace de promotion de la santé mentale.

Au Canada, de nombreux programmes ont été mis en œuvre à l'échelle des conseils, commissions et districts scolaires ou des provinces. Dans un examen récemment publié, le Consortium sur la santé mentale et la toxicomanie en milieu scolaire avait établi que plus de 100 programmes étaient présentement utilisés au pays. En l'absence d'études fondées sur des données probantes, il est difficile de déterminer lesquels sont les plus efficaces. Même si le corpus de recherche sur la santé mentale s'enrichit de manière constante, les études sont dispersées et n'évaluent souvent qu'un seul programme dans un milieu particulier. De plus, peu de programmes ont fait l'objet de plus d'une ou deux évaluations. Selon ces données limitées, une trousse sur l'apprentissage social et affectif élaborée par le Canadian Prevention Science Cluster (Atlantic) recommande fortement deux programmes. Il s'agit des programmes Promoting Alternative Thinking Strategies (PATHS) et Second Step. Un autre programme, Les amis de Zippy, a obtenu des résultats positifs dans une étude réalisée au Québec.

Malgré le caractère dispersé de l'évaluation des programmes, la recherche effectuée fait montre d'une compréhension commune sur les caractéristiques d'un programme efficace. Les programmes en milieu scolaire devraient :

- s'inscrire dans une initiative de santé globale à l'école et viser tous les élèves, plutôt que cibler ceux qui sont considérés comme ayant des problèmes de santé mentale;
- reposer sur la collaboration, ce qui signifie que les éducateurs, les élèves, les parents, les organismes communautaires et les fournisseurs de soins de santé travaillent ensemble;
- être axés sur la promotion de la santé mentale positive plutôt que de réagir à la maladie mentale;
- être adaptables, pour répondre aux besoins et convenir aux ressources du milieu en question.

Outre cela, il faut accorder une attention particulière à la façon dont les programmes sont mis en œuvre dans les écoles. Même lorsqu'ils sont adaptés aux réalités locales, ils doivent être offerts en demeurant fidèles à leur conception originale. Pour veiller à obtenir les résultats souhaités, le processus et les retombées doivent être suivis de près. Il faut dégager des ressources pour former et soutenir le personnel responsable de la prestation du programme.

Le mieux-être mental des enfants et des jeunes est une question cruciale pour les parents, les éducateurs, les fournisseurs de soins de santé, les chercheurs et les responsables de l'élaboration des politiques. Ces groupes doivent travailler de concert, non seulement pour continuer à réunir des données sur les modèles de programmes, mais aussi pour commencer à intégrer dès maintenant des programmes efficaces ou prometteurs aux programmes d'études.

Pour connaître des ressources en ligne, ainsi que les références de recherche à ce sujet, prière de visiter :

www.cea-ace.ca/faits-en-education

La série « Les faits en éducation » est produite grâce au généreux soutien de l'Association canadienne des commissions / conseils scolaires.

Information sur le droit d'auteur

Vous êtes libre de reproduire et de distribuer ce document sous toute forme, à condition de reproduire intégralement les commentaires et l'attribution aux deux sources, comme suit :

Campbell, Valerie. « Quelles sont les approches efficaces pour améliorer le mieux-être mental des élèves? » Les faits en éducation. Association canadienne d'éducation et University of Prince Edward Island, avr. 2014.



Association
canadienne
d'éducation



UNIVERSITY
of Prince Edward
ISLAND

