

UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

Faculté de médecine

Implantation et évaluation de la contribution d'un programme de prévention
des troubles anxieux en milieu scolaire spécialisé

Par

David Côté-Dion

Essai synthèse présenté à la faculté de médecine

en vue de l'obtention du grade de

Maître

Maîtrise en pratique de la réadaptation

Juin 2011

© David Côté-Dion, 2011

Sommaire

L'implantation d'un programme de prévention des troubles anxieux visent leur prévention et diminuer voire éliminer l'aggravation des problèmes liés aux troubles anxieux chez des élèves âgés entre 7 et 13 ans fréquentant une école spécialisée en santé mentale. Les objectifs généraux visent, chez les élèves ciblés, l'augmentation de la fréquence d'expériences positives, de la capacité à résister à la pression des pairs et l'acquisition d'habiletés prosociales par l'apprentissage de stratégies d'adaptation face au stress. Le programme veut aussi augmenter la capacité des parents à gérer leur stress et leurs émotions.

Le programme comprend trois volets. Le premier cible la maîtrise des habiletés de gestion du stress par le biais de la participation des élèves ciblés au programme « Les trucs de Dominique » (Gervais et coll., 2006). Le second volet consiste en une période de jeux coopératifs précédée d'une courte période d'enseignement d'habiletés sociales par jeux de rôles avec le programme américain « Skillstreaming » (Goldstein et coll., 1997). Le troisième volet, à l'attention des parents, vise l'apprentissage des habiletés de gestion du stress et des émotions en fournissant un enseignement par correspondance (feuille explicative envoyée à la maison) et par des capsules web. Celui-ci s'inspire de deux programmes visant l'intervention auprès des parents : le volet parents du programme « Les trucs de Dominique » (Gervais et coll., 2006) et le volet parents du programme « Mieux vivre avec le TDA/H à la maison » (Massé et coll., 2011).

Le programme fut mis à l'essai entre les mois de décembre 2010 et mai 2011. Quatorze élèves âgés entre 7 et 13 ans provenant de deux groupes différents (7-10 ans, 9-13 ans) ont complété le programme, soit onze garçons et une fille. Quatre autres élèves ont permis de former le groupe témoin.

L'évaluation de l'implantation et du fonctionnement a permis d'assurer le déploiement optimal et d'offrir une rétroaction continue permettant d'adapter les interventions tout au long du processus et d'améliorer la planification du programme, en vue d'une reprise

éventuelle. L'évaluation de la contribution du programme à l'atteinte des objectifs visés (prévention ou diminution de l'anxiété) a permis d'estimer la valeur du programme en question.

Un protocole de type mesure « ex ante » et « ex post » sans groupe contrôle fut privilégié et a permis une analyse descriptive des résultats. Malgré les limites inhérentes à ce devis ainsi qu'aux instruments utilisés, les résultats indiquent que chez les jeunes ciblés, le programme apporte des effets positifs sur l'acquisition des habiletés sociales et sur la gestion de leur anxiété. Toutefois, le programme semble avoir peu d'effet sur le niveau d'anxiété des élèves perçu et sur celui de leurs parents. Le volet consacré aux parents n'apporterait aucune modification face à leur propre niveau d'anxiété. La discussion fournit une interprétation détaillée des résultats obtenus.