

# Webinaire

## Portait de la santé mentale scolaire en formation professionnelle et solutions pour agir avec bienveillance

Annie Dubeau, Ph D. Professeure titulaire

Jonathan Bluteau, Ph D. Psychoéducateur, Professeur agrégé

UQAM

Karine Martin et Karine Jacques,

orthopédagogues pour l'accompagnement national FGA-FP

Services éducatifs complémentaires

4 octobre 2022



SERVICES ÉDUCATIFS  
**COMPLÉMENTAIRES**  
FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES ET PROFESSIONNELLE



SERVICES ÉDUCATIFS  
**COMPLÉMENTAIRES**  
FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES ET PROFESSIONNELLE

- Favoriser la réussite du projet personnel et professionnel de l'adulte en formation.
- Tenir compte de la personne dans toutes ses dimensions.
- Développer des conditions qui soutiennent la persévérance et la réussite scolaire et professionnelle.
- Offrir du soutien pour l'ensemble de la population scolaire selon une approche individualisée pour répondre aux besoins diversifiés et hétérogènes de la FGA et de la FP.



# SÉC FGA-FP

## SERVICES ÉDUCATIFS COMPLÉMENTAIRES

FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES ET PROFESSIONNELLE

- Accompagner les centres de formation dans leurs actions et leurs services pour soutenir les adultes vulnérables.
- Promouvoir les pratiques gagnantes supportées par la recherche.
- Concevoir et piloter des activités de formation, des communautés de pratiques.
- Collaborer avec les intervenants dans l'implantation ou l'adaptation de pratiques visant à la réussite scolaire et professionnelle pour l'ensemble des adultes.
- Être en constante discussion avec le Ministère de l'Éducation pour présenter les besoins des milieux et proposer des actions préventives.
- Produire et diffuser des **infolettres** en partageant des projets du réseau.
- Actualiser le site Internet des **Services éducatifs complémentaires** pour y retrouver des documents modèles.

## SOUTIEN À L'APPRENTISSAGE | SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE | VIE ÉTUDIANTE



**SERVICES ÉDUCATIFS  
COMPLÉMENTAIRES**  
FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES ET PROFESSIONNELLE

- Soutenir les centres FGA-FP dans le déploiement des services éducatifs complémentaires.
- Assurer le suivi et la diffusion des résultats des recherches pouvant orienter l'action des milieux vers de meilleures pratiques.
- Animer des webinaires et des communautés de pratique pour soutenir le réseautage des intervenants.

*Karine Jacques, orthopédagogue*  
Services éducatifs complémentaires FGA-FP

[sec@carrefourfgafp.ca](mailto:sec@carrefourfgafp.ca)

[bit.ly/SECFGAFP](https://bit.ly/SECFGAFP)



**L'ÉQUIPE CHOC**  
SERVICES ÉDUCATIFS COMPLÉMENTAIRES

- Offrir des formations gratuites adaptées aux besoins, en présentiel ou en virtuel.
- Rendre disponible l'expertise de ressources expérimentées dans les trois volets des services éducatifs complémentaires.
- Accompagner la réflexion pour la mise en lumière des besoins et la planification de plans de formation.

*Karine Martin, orthopédagogue*  
L'Équipe-Choc Services éducatifs complémentaires

[equipechoc.sec@carrefourfgafp.ca](mailto:equipechoc.sec@carrefourfgafp.ca)

[bit.ly/EQUIPECHOCSEC](https://bit.ly/EQUIPECHOCSEC)

2 services  
pour la FGA  
et la FP 

# Plan de la présentation

- Problématique et portrait de la santé mentale
- Portrait des élèves de FP
- Pistes de solutions
  - L'utilisation des pratiques validées et innovantes
  - L'importance du lien et de la bienveillance
  - L'importance de l'obtention d'une qualification
- Échanges

# L'histoire de Jonathan



# L'état des lieux concernant la santé mentale à l'école et ailleurs

Depuis les années 2000, on observe (Gøtzsche, 2017):

- une **multiplication des diagnostics** de troubles mentaux
- une **augmentation des prescriptions** pharmacologiques

Au Québec, l'identification des élèves a pour effet d'entraîner :

- la course aux diagnostics et l'exigence d'une médication, pour une recevoir un service dans les écoles

# Trouble mental ou problème d'adaptation?

- L'anxiété
- La dépression
- L'épuisement

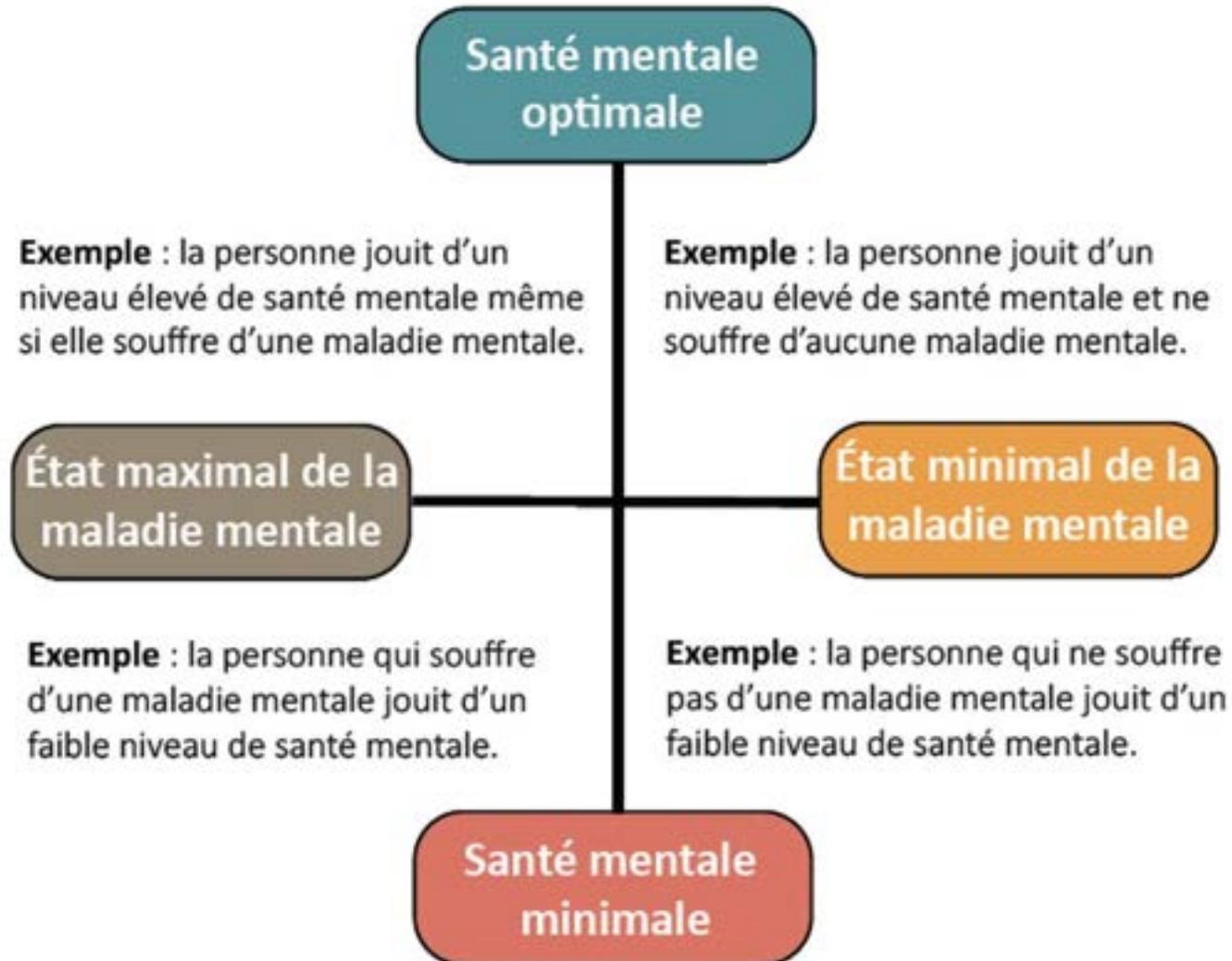
les plus prévalents et sont transdiagnostiques

20 % population occidentale

**Anxiété, dépression et épuisement** sont liés à:

- la régulation émotionnelle et comportementale
- notre système de réponse au stress (chronique)
- Depuis le contexte de la COVID on observe ces prévalences augmenter à 30 % chez les populations jeunes adultes et ados

# CONTINUUM DE LA SANTÉ MENTALE



# La santé mentale

---

Il est admis que la santé mentale ne se résume pas à constater l'absence de maladie mentale/trouble de santé mentale.

---

L'OMS ajoute à la définition ci-haut les aspects de bien-être émotionnel, de sentiment d'accomplissement et de contribution à la communauté.

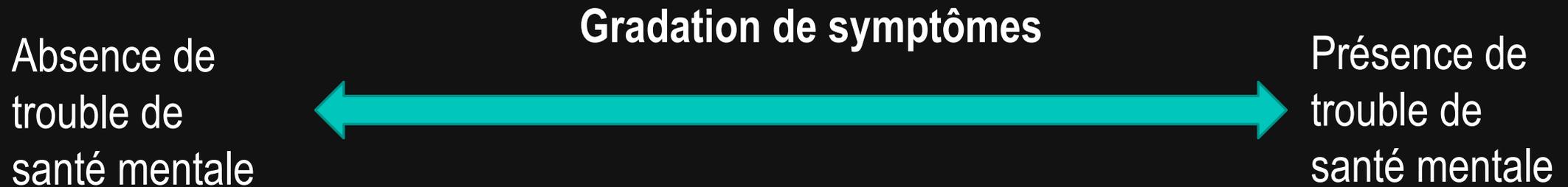
---

État de bien-être complet qui nous permet de ressentir, penser et agir de manière à profiter de la vie et à faire face aux défis auxquels nous sommes confrontés.

---

La santé mentale va donc plus loin que la simple absence de trouble.

# Si on complexifie notre compréhension



- Est-il possible d'avoir une mauvaise santé mentale sans avoir de trouble de santé mentale?
- Est-il possible d'avoir une bonne santé mentale tout en ayant un trouble de santé mentale?
- Est-il possible d'avoir une bonne santé physique globale tout en ayant une maladie?

- Ne représentent pas les 2 extrêmes d'un même continuum, mais constituent plutôt des concepts distincts, mais corrélés
- Au cœur de cette conception: la notion de rétablissement
- L'idée n'est pas de s'intéresser uniquement aux personnes qui présentent (ou pas) des troubles/difficultés, mais plutôt de viser une adaptation optimale pour chacun.e, peu importe son bagage/ses diagnostics/ses difficultés

## La santé mentale et la maladie mentale

Portrait des élèves de FP

## Ces problématiques :

- affectent les personnes dans leur fonctionnement au quotidien (Baraldi et al., 2015);
- peuvent être incompatibles avec la réalisation d'une formation et avec la pratique d'un métier (Dumont, 2020);
- inquiètent les enseignants de la FP qui se sentent souvent impuissants pour intervenir.

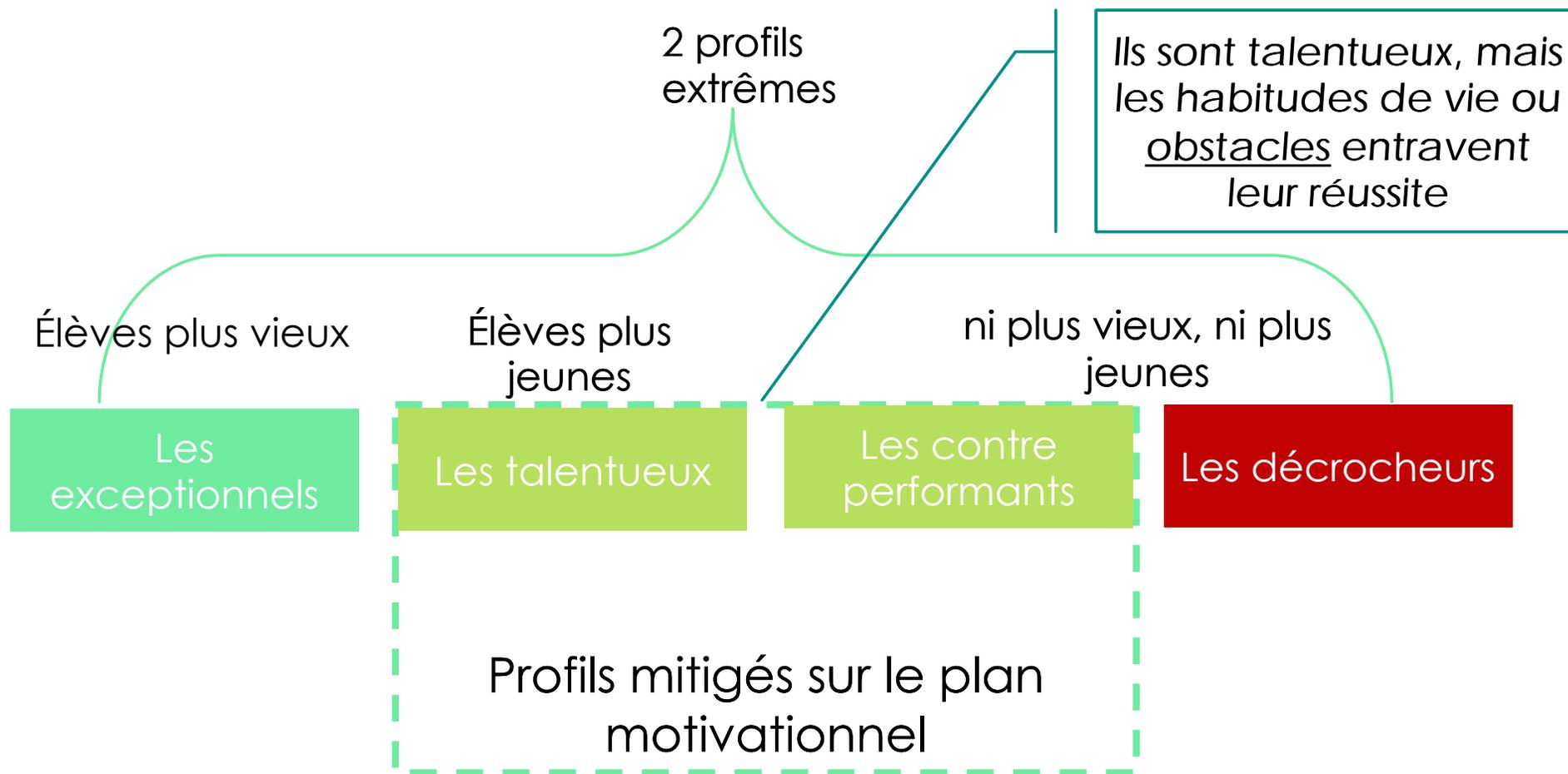


# Population des élèves de FP

Beaucher et al. (2021)

- Difficultés d'adaptation scolaire ou d'apprentissage
  - Redoublement d'une année scolaire au secondaire 42,1% ou 9 élèves sur 22
- Diagnostic de trouble d'apprentissage émis par un professionnel 33,6% 7 élèves sur 22
- Situation familiale ou sociale difficile
  - Travailler plus de 15 heures par semaine pendant les études 44% ou 10 élèves sur 22
  - Avoir au moins un enfant à charge **22%** ou **5 élèves** sur 22
- Problématiques associées à la santé mentale
  - Diagnostic de trouble de santé mentale émis par un professionnel 20,3% ou 4 élèves sur 22
  - Anxiété et au stress **24,2%** ou **5 élèves** sur 22 --> Anxiété face aux épreuves + + +

# Ces problématiques énoncées donnent lieu à des profils d'élèves distincts



A grayscale photograph of a hand pointing at a map. The hand is on the right side of the frame, with the index finger pointing towards the center. The map is a complex network of lines, possibly representing a city street grid or a technical drawing. The background is dark and out of focus.

**Que peut-on faire?**

# Solutions centrées sur trois fondements

L'utilisation des pratiques validées et innovantes par la recherche

L'importance du lien et de la bienveillance

L'importance de l'obtention d'une qualification

**L'utilisation des pratiques  
validées et innovantes par la  
recherche**

# Pratique innovante

(Lafortune, Cousineau  
et Tremblay, 2010)

- Une pratique innovante désigne une nouvelle avenue explorée en intervention.
- Elle a le potentiel de régénérer les pratiques traditionnelles et permet d'intervenir autrement sur une problématique.
- Elle permet de modifier les façons de faire établies et changer les pratiques.

# Pratique prometteuse

(Lafortune, Cousineau  
et Tremblay, 2010)

- **Une pratique prometteuse est :**
  - fondée sur un modèle clair et s'appuie sur un rationnel et des données empiriques dont il est possible de comprendre et d'opérationnaliser.
  - suffisamment consolidée, qui a dépassé l'étape du projet pilote et à atteint une certaine maturité.
  - inédite et n'a pas fait l'objet de beaucoup de publications scientifiques.

# Pratique prometteuse

(Lafortune, Cousineau et Tremblay, 2010)

opérationnelle et prévoit des stratégies et des outils concrets qu'un enseignant peut utiliser;

évaluable, donc définie en termes clairs, *manualisée* et ayant une structure avec des objectifs;

répond à des besoins qui ne sont pas toujours bien desservis par les pratiques traditionnelles.

# Pourquoi s'intéresser aux pratiques validées?

La déontologie se positionne clairement sur cette question

- Pour répondre aux citoyens du bien-fondé d'une pratique et des coûts qu'elle représente pour la société.
- Pour prendre des décisions administratives éclairées.
- Pour permettre de recevoir du feedback sur ce qui est fait et procéder à l'amélioration des pratiques.

# Principes probants pour soutenir l'enseignement et l'apprentissage

**Principes avec des  
preuves  
scientifiques solides  
- universaux**

Indépendamment  
des disciplines  
enseignées

(math, français,  
sciences, etc.)

# Principes probants pour soutenir l'enseignement et l'apprentissage

- La perception des élèves à propos de leur capacité affecte l'adhésion face à l'apprentissage.
- L'autorégulation des élèves facilite l'apprentissage et elle peut être perfectible.
- Les élèves ont tendance à aimer apprendre et à performer davantage lorsqu'ils sont intrinsèquement motivés.

# Principes probants pour soutenir l'enseignement et l'apprentissage

- Les élèves persistent face aux défis lorsque les tâches sont centrées sur la maîtrise plus que sur la performance.
- Les attentes et la sensibilité de l'enseignant ont une incidence sur les apprentissages, la motivation et la réussite.
- Fixer des objectifs à court terme, spécifiques et modérément difficiles, favorise la motivation.

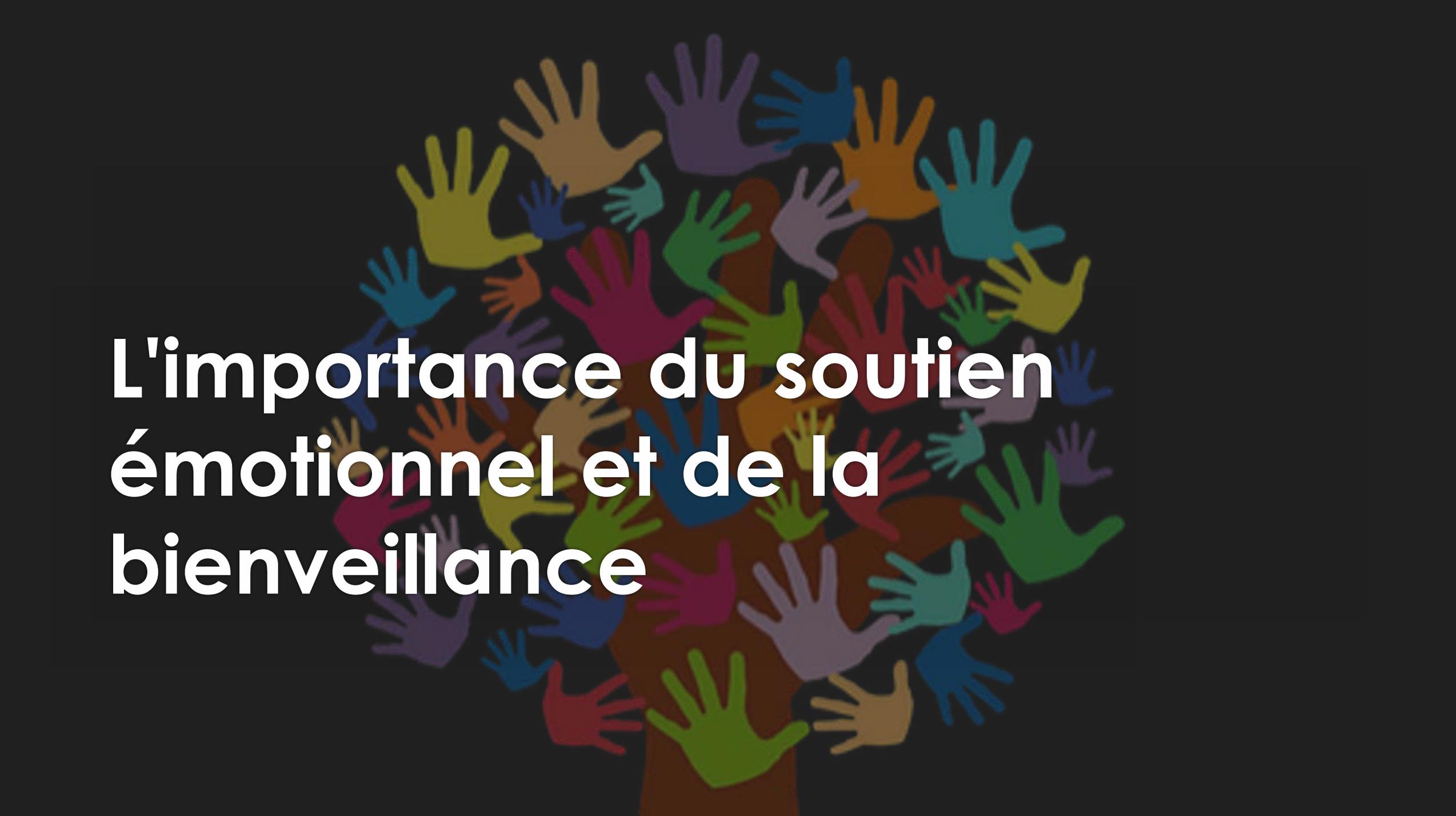
# Principes probants pour soutenir l'enseignement et l'apprentissage

- L'apprentissage doit être situé dans de multiples contextes sociaux.
- Le bien-être émotionnel influe sur la réussite scolaire et la santé mentale.
- Une gestion de classe efficace est basée sur la communication d'attentes élevées, le maintien constant de relations positives, et (c) un niveau élevé de soutien aux élèves.

# S'appuyer sur la science pour implanter des pratiques

Jacobs, Jones, Gabella, Spring et Brownson (2012)





# L'importance du soutien émotionnel et de la bienveillance

# **Travailler sur les déterminants de la santé mentale et du bien être**

**Une adéquation entre les besoins des jeunes et les conditions de l'environnement.**

Une école axée sur les besoins des élèves et des enseignants.

Se décentrer des symptômes pour travailler sur les conditions de l'environnement et en fonction des profils des jeunes.

# La place de l'enseignant.e ou de l'intervenant.e scolaire

- Compréhension – sensibilité de l'enseignant.e
- Fixer des objectifs réalistes et adaptés
- Moduler les attentes
- Adapter les interventions
- Travailler à faire évoluer son groupe



# Exemple innovant

Les services de proximité

# Les meilleures pratiques

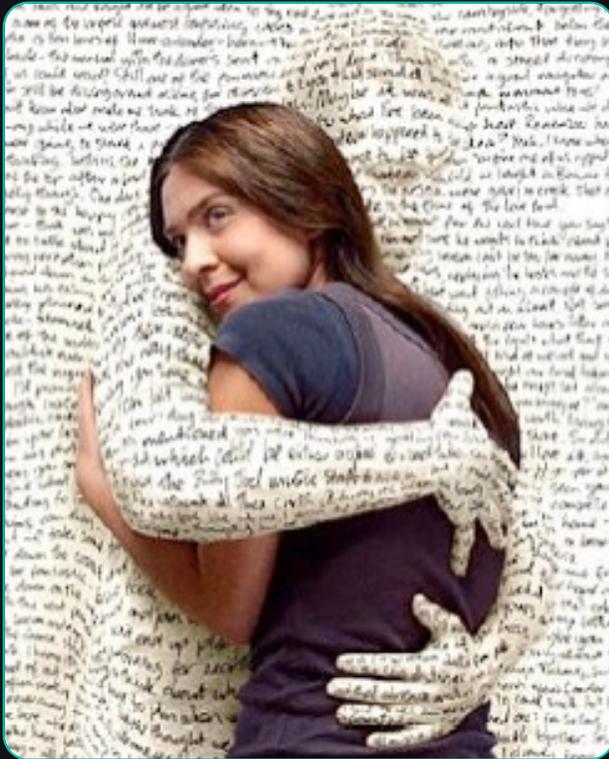
Faire un portrait des profils (tempérament) des élèves de la classe (McCormick, et al., 2015)

Favoriser les services de proximité – à l'intérieur de l'école ou en partenariat avec l'école.

Favoriser le soutien social et la demande d'aide

La rétroaction (*feedback loop*)

# Les meilleures pratiques



- Les activités d'investissement favorisent le sentiment d'appartenance et prédisent la réussite éducative :
- **activités parascolaires structurés et investies** (Kurdi, Archambault, Nault-Brière et Turgeon, 2018)
- Bienveillance et sensibilité de l'enseignant

# Favoriser le bien être

Travailler sur l'aménagement, la pédagogie et les interactions en classe:

- le choix, le mouvement, le confort, la créativité et la coopération (Delzer, 2015; Havig, 2017)
- L'activité physique: une arme thérapeutique de choix (Bernard, et al. 2018)
- Une simple marche extérieure 10 min. (Hunter, Gillespie, Yu-Pu Chen, 2019)

# Gestion de classe basée sur le tempérament des élèves

- Tenir compte du tempérament des élèves dans les interventions est une pratique efficace (McCormick, O'Connor, Cappella, et McClowry, 2015)
- Adapter les interactions avec les élèves et tenir compte des traits de tempérament dans la gestion de classe – **activé vs inhibé**.
- Faire que chaque élève améliore sa capacité à réguler ses émotions et ses comportements à l'intérieur de la classe.

# L'importance de l'obtention d'une qualification

## Retombées positives de l'obtention d'une qualification

- Accès au monde du travail
  - Meilleurs emplois,
  - Risque réduit d'accident de travail
- Meilleure santé mentale et physique (p.ex. : moins de maladies cardiaques, diabète)
- Espérance de vie plus longue

Collectivement, on a beaucoup à gagner en soutenant la participation des élèves en FP

  - En classe : leviers pédagogiques
  - Dans le centre : leviers institutionnels

# Leviers pédagogiques pour soutenir la participation en FP (soutenir les apprentissages ou la réalisation de la tâche)

Proposer des méthodes de travail (stratégies d'apprentissage)  
Ne pas se centrer *uniquement/principalement* sur un contenu

## Climat

- Orienté sur le soutien à l'autonomie de l'élève plutôt que sur la compétition et le contrôle, offrir des choix, éviter la microgestion
- Gestion de classe axée sur l'entraide
- Encourager, offrir du soutien informel, engager la discussion, prendre du (son) temps
- Entourer, rassurer, soutenir et conseiller

## Tâches

- Stimulantes et intéressantes
- Définir clairement ses attentes par rapport aux tâches à réaliser, donner une vue d'ensemble (surtout en individualisé)
- Qui ne sont pas anxiogènes
- Contextualisées (surtout lorsque théoriques)
- Permettant de valider le choix de carrière (donner du temps, des occasions pour y penser)

# Leviers institutionnels pour soutenir la participation en FP

- Être attentif
- Informer au sujet des services offerts dans le centre et dans la région, rapprocher les services dans les centres (milieux de vie)

- Mettre en place des stratégies universelles
- Encourager les élèves à prendre le temps de valider leur choix de carrière et à travailler le projet personnel (SEF ou autres)
- Prendre le temps de bien connaître les élèves

**Utiliser l'organisation scolaire pour répondre aux besoins de l'élève** (d'autonomie, d'affiliation sociale et de compétence) :

- Prévoir du temps
- Favoriser la contextualisation en regroupant les compétences (partir des situations de travail réelles)
- Donner du contrôle, laisser des choix

Toujours tenir compte du fait que les difficultés rencontrées par les jeunes peuvent avoir une origine développementale « normale »

- Considérer le développement normatif comme un spectre malléable: grandes tendances, mais de grandes différences également!
- Percevoir son groupe comme hétérogène
- Être ouvert à l'adaptation des interventions

**À garder en tête**

**Quelles sont vos actions pour soutenir la santé mentale de vos élèves?**



**Que reste-t-il à faire ?**

# Envie d'aller plus loin ?

- Participez aux différentes communautés de pratiques des Après-cours : Orthopédagogie et intervenants psychosociaux
- Contactez l'Équipe-choc des Services éducatifs complémentaires FGA-FP pour offrir une formation à votre personnel enseignant
- Abonnez-vous à l'infolettre des Services éducatifs complémentaires FGA-FP pour connaître les projets du réseau
- Participez aux journées nationales SEC-SARCA les 2 et 3 février au Centre des congrès de Lévis

# Formulaire d'appréciation

<https://forms.gle/KuUe97hMvtPAftXb6>



# Références

- Achenbach, T. M. et Rescorla, L. A. (2001). *Manual for the ASEBA School-Age Forms and Profiles*. University of Vermont, 1-9.
- Baraldi, R., Joubert, K. et Bordeleau, M. (2015). Portrait statistique de la santé mentale des Québécois : résultats de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Santé mentale 2012. Institut de la statistique du Québec. [https://bdso.gouv.qc.ca/docs-ken/multimedia/PB01671FR\\_portrait\\_sante\\_mentale2015H00F00.pdf](https://bdso.gouv.qc.ca/docs-ken/multimedia/PB01671FR_portrait_sante_mentale2015H00F00.pdf)
- Dubeau, A., Plante, I. et Frenay, M. (2017). Achievement profiles of students in high school vocational training programs, *Vocations and Learning: Studies in vocational and professional education*, 1-20. DOI 10.1007/s12186-016-9163-6
- Dubeau, A., Plante, I., Jutras-Dupont, C., Samson, G. et Frenay, M. (2019). Understanding the relationships between psychological and contextual determinants, motivation and achievement outcomes for students in Vocational Training or Career et Technical Training Programs, sera soumis pour publication à *Vocations and Learning: Studies in vocational and professional education*.
- Germain, M., Guyon, L., Landry, M., Tremblay, J., Brunelle, N. et Bergeron, J. (2016). Liens drogue-délinquance lucrative chez les adolescents. *Criminologie*, 50(1), 263-285. <https://id.erudit.org/iderudit/1039804ar>
- Gossop, M., Darke, S., Griffiths, P., Hando, J., Powis, B., Hall, W. et Strang, J. (1995). The Severity of Dependence Scale (SDS): psychometric properties of the SDS in English and Australian samples of heroin, cocaine and amphetamine users. *Addiction*, 90(5), 607-614. <https://doi.org/10.1046/j.1360-0443.1995.9056072.x>
- Lecours, M. (2020). La formation professionnelle : Un lien privilégié d'intervention en matière de consommation de psychotropes. Dans É. Mazalon et M. Dumont (dir.), *Soutien à la persévérance et à la réussite des jeunes adultes en formation professionnelle*, p. 79-101. Presses de l'Université du Québec.
- Mazalon, É. et Bourdon, S. (2015). Choix scolaires et obstacles à la participation des jeunes adultes non diplômés inscrits en formation professionnelle. In C. Villemagne et J. Myre-Bisaillon (Dir.), *Les jeunes adultes faiblement scolarisés. Parcours de formation et d'accompagnement*. Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Organisation mondiale de la santé. (2021). *Prise en charge de l'abus de substances psychoactives*. [https://www.who.int/substance\\_abuse/fr/](https://www.who.int/substance_abuse/fr/)
- Santé Canada. (2017). *Enquête canadienne sur le cannabis (ECC) de 2017: sommaire des résultats*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/medicaments-et-produits-sante/enquete-canadienne-cannabis-2017-sommaire.html>
- Les images proviennent du site web Pixabay