

# ACTIONS CONCERTÉES

## *Identification de conditions favorables à l'adoption, la mise à l'échelle et à la pérennisation d'un programme de prévention de l'anxiété en milieux scolaires : l'expérience du programme HORS-PISTE*

### **Chercheuse principale**

Julie Lane, Université de Sherbrooke

### **Cochercheur.euse.s**

Danyka Therriault, Université de Sherbrooke; Anne-Marie Tougas, Université de Sherbrooke; Patrick Gosselin, Université de Sherbrooke; Quan Nha Hong, Université de Montréal; Patricia Dionne, Université de Sherbrooke; Audrey Dupuis, Université de Moncton; Saliha Ziam, Université TELUQ; Esther McSween, Université TELUQ; Nancy Beauregard, Université de Montréal; Isabelle Thibault, Université de Sherbrooke; Jonathan Smith, Université de Sherbrooke; Christian Dagenais, Université de Montréal; Nathalie Maltais, Université de Sherbrooke; Félix Berrigan, Université de Sherbrooke; Martin Drapeau, Université McGill; Myriam Laventure, Université de Sherbrooke

### **Coordination du projet**

Eliane Saint-Pierre Mousset et Andrée-Anne Houle, Université de Sherbrooke

### **Établissement gestionnaire de la subvention**

Université de Sherbrooke

### **Numéro du projet de recherche**

2023- ORNR-323806

### **Titre de l'Action concertée**

Actions concertées Programme de recherche sur la persévérance et la réussite scolaires

### **Partenaire(s) de l'Action concertée**

Le ministère de l'Éducation et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

### **Date de dépôt du rapport :**

16/01/26

## **RÉSUMÉ**

### *L'augmentation des enjeux d'anxiété et des programmes pour les contrer*

Les troubles anxieux sont de plus en plus présents dans notre société, et ce, particulièrement chez les personnes adolescentes (Warner et al., 2023). Ils touchent aujourd'hui jusqu'à 30 % des jeunes, représentant une prévalence qui a presque doublé depuis la pandémie de COVID-19 (Anderson et al., 2025). Ces troubles peuvent avoir d'importantes conséquences sur le plan social (Brimariu et al., 20105), scolaire (Butterworth et Leach, 2018) et psychologique (Pollard et al., 2023) des personnes adolescentes.

Pour répondre aux enjeux de santé mentale, plusieurs programmes de prévention ont été développés pour être offerts en milieu scolaire. Des revues systématiques (Feiss et al., 2019; Werner-Seidler et al., 2021) rapportent que ces programmes contribuent effectivement à prévenir les symptômes d'anxiété chez les personnes adolescentes. Cependant, peu d'études se sont penchées sur l'évaluation de l'implantation de ces programmes, un élément pourtant crucial pour comprendre pleinement pourquoi un programme fonctionne réellement et, à l'inverse, pourquoi il ne fonctionne pas (Schultes et al., 2023).

Quelques études ont été menées pour cibler les facteurs qui influencent l'implantation de ces programmes, en se concentrant principalement sur les freins à l'implantation (ex. : roulement du personnel, manque de ressources humaines et financières) (Baghian et al., 2023; Peters-Corbett et al., 2023; Weiss et al., 2021). Toutefois, très peu d'entre elles utilisent un cadre de références validé pour les évaluer. Le Consolidated Framework for Implementation Research (CFIR) de Damschroder et al. (2009),

est un cadre largement utilisé dans l'évaluation de l'implantation des programmes en santé publique. Par ailleurs, Proctor et ses collaborateurs (2011) proposent une taxonomie novatrice permettant d'évaluer huit retombées d'implantation : acceptabilité, adoption, pertinence, faisabilité, coût, fidélité, mise à l'échelle et pérennisation des programmes. Ces retombées représentent des indicateurs de succès et permettent d'optimiser en continu le processus d'implantation d'un programme implanté en milieu scolaire afin de dégager des stratégies d'implantation optimales (Schultes, 2023).

### *Le programme HORS-PISTE*

Le programme HORS-PISTE, développé en 2017 par le *Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale* de l'Université de Sherbrooke, a comme objectifs de prévenir les troubles anxieux et promouvoir le bien-être des jeunes. Il a été coconstruit avec plusieurs partenaires et il poursuit ses objectifs en favorisant le développement des compétences psychosociales tout au long du parcours scolaire. Le volet Exploration (prévention universelle) d'HORS-PISTE secondaire, destiné aux élèves du premier cycle du secondaire, comprend dix ateliers qui portent sur différentes thématiques liées aux problématiques vécues par les jeunes (stress, anxiété, comparaison sociale, etc.). Les évaluations des effets du programme, selon un protocole pré et post-test, rapportent des effets positifs (ex. : diminution des symptômes d'anxiété) (Therriault et al., 2023) même pendant la pandémie (Dupuis et al., 2024). Considérant l'important déploiement du volet Exploration d'HORS-PISTE secondaire et les effets prometteurs qu'il suscite, la présente recherche vise à évaluer son processus d'implantation de façon rigoureuse afin d'identifier les conditions favorables à l'adoption, la mise à l'échelle et la pérennisation de programmes de prévention de l'anxiété

et autres troubles d'adaptation associés ou de la promotion de la santé mentale en milieux scolaires. Plus précisément il poursuit deux objectifs spécifiques : 1) Évaluer les retombées d'implantation (acceptabilité, adoption, pertinence, faisabilité, coût, fidélité, mise à l'échelle et pérennisation) du volet Exploration du programme HORS-PISTE secondaire; et 2) Évaluer les facteurs qui facilitent et freinent l'implantation de ce programme (facteurs liés au processus d'implantation, aux caractéristiques d'HORS-PISTE, au contexte organisationnel des écoles, aux caractéristiques des individus impliqués dans l'implantation et au contexte externe).

### *La méthodologie*

L'étude a mobilisé un devis mixte et a compté sur la participation de 37 écoles (26 écoles qui implantaient le programme et 11 écoles qui n'implantaient pas le programme). Les écoles provenaient de huit régions administratives du Québec et présentaient des caractéristiques variées (ex. : favorisées/non favorisées, urbaines/rurales etc.). La collecte de données s'est déroulée entre septembre 2022 et avril 2025. Cinq outils de collecte de données ont été utilisés : des sondages de satisfaction (élèves et parents), des journaux de bord (personnes animatrices), des sondages administratifs (membre de l'équipe-école), des questionnaires validés évaluant les retombées d'implantation et des entrevues semi-dirigées (membres des comités d'implantation). Les données quantitatives ont été analysées à l'aide de SPSS afin de calculer des moyennes, écarts-types et fréquences. Les données qualitatives ont pour leur part été analysées à l'aide de NVivo afin de procéder à une analyse thématique, selon les cadres de référence de Proctor et al., (2011), pour

l'évaluation des différentes retombées d'implantation, et de Damschroder et al., (2009) pour l'évaluation des facteurs qui ont facilité et freiné l'implantation.

### *Les principaux résultats*

Les résultats de l'étude suggèrent que le programme présente un bon niveau d'acceptabilité (satisfaction élevée des élèves et des personnes animatrices), de pertinence (programme jugé pertinent, flexible et adapté aux besoins des jeunes) et de faisabilité (faisable, mais avec quelques défis liés au temps pour les acteurs scolaires).

Les retombées de fidélité et de pérennisation présentent des scores modérés. Le score plus bas pour la pérennisation s'explique en partie, par le fait que la majorité des écoles participantes en sont à leurs deux premières années d'implantation et n'ont ainsi pas encore mis en place de système pour favoriser la pérennisation. Le score plus bas pour la fidélité s'explique par le fait que le programme est flexible et permet les adaptations au contexte d'implantation. Bien que cette retombée soit centrale dans les études d'évaluation de programme, les études récentes soulignent l'importance de trouver un équilibre entre la fidélité d'implantation et la flexibilité d'adaptation (Perez et al., 2016).

Ces résultats soutiennent l'importance d'évaluer les retombées d'implantation afin d'aider les acteurs des milieux scolaires à mieux comprendre les facteurs qui favorisent la réussite du programme et à augmenter les chances d'obtenir les bénéfices du programme sur la population cible, soit les jeunes.

### *Les principales pistes de solutions ou d'actions retenues par ces résultats*

Les résultats permettent de mettre en lumière 17 conditions favorables à l'adoption, la mise à l'échelle et la pérennisation de programmes de prévention de l'anxiété et de

promotion de la santé mentale. Ces conditions sont regroupées selon trois moments clés : la conception, l'implantation ou l'évaluation des programmes. Pour la conception, il est recommandé de mettre en place des conditions qui permettent d'agir sur tous les niveaux du système (caractéristiques du programme, processus d'implantation, contexte organisationnel, etc.) et de prêter attention à toutes les retombées d'implantation : favoriser la coconstruction du programme avec les acteurs du terrain, favoriser le codéveloppement du matériel, permettre une certaine flexibilité d'implantation, etc.

Lors de la planification du déploiement et de l'implantation, il est recommandé : d'accompagner les milieux scolaires tout au long du déploiement du programme; de sensibiliser les écoles à l'importance de la mise en place d'un comité d'implantation; d'encourager les personnes animatrices à participer aux formations concernant l'animation du programme; de sensibiliser le personnel scolaire à l'importance d'agir en promotion de la santé mentale et prévention de l'anxiété; d'anticiper et réfléchir aux adaptations nécessaires tout en respectant les éléments fondamentaux du programme; d'encourager l'implication de la direction scolaire; de mobiliser l'ensemble du personnel qui gravite autour des jeunes dans l'école; et d'encourager les milieux à mobiliser différents partenaires dans l'implantation du programme.

Lors de l'évaluation du programme, il est recommandé d'adopter une approche de recherche intégrée en s'appuyant sur les connaissances scientifiques validées et actuelles, en favorisant l'utilisation d'une méthodologie mixte et en encourageant/rappelant l'importance de l'évaluation pour l'amélioration continue des services.