



DÉLINQUANCE ET
TROUBLES DE COMPORTEMENT

SÉRIE 1: SPIN TON STRESS !

Projet pilote sur l'évaluation du programme Déstresse et Progresse[©]

No
2

NUMÉRO 2: Préparation en étroite collaboration recherche/terrain

DANS CE NUMÉRO

- La collaboration terrain facilite le processus d'approbation de projet
- Planification - la collaboration: un incontournable
- Adaptation du programme - l'expérience terrain mise à profit
- Le SPIN à travers les étapes de collaborations

DANS CETTE SÉRIE

- 1 Présentation du projet
- 2 Préparation en étroite collaboration recherche/terrain
- 3 Créativité pour le recrutement et la collecte de consentements
- 4 La collecte de données... à faire saliver!
- 5 Le programme et les défis d'animation – la réalité terrain
- 6 Résultats: Retour immédiat aux participants
- 7 Les retombées

Ici, on agit ensemble!

LA CO-CONSTRUCTION, UNE MÉTHODE ÉPROUVÉE !

par Clément Laporte, Centre d'expertise | Délinquance et Troubles de comportement (CE|DTC), CJM-IU

C'est certain, **Agir ensemble** peut prendre de multiples formes. La co-construction est une forme de collaboration très achevée permettant la réalisation d'innovations. Cette méthode nécessite la contribution croisée des intervenants de proximité, des gestionnaires et des chercheurs à toutes les étapes d'un projet. Ce triangle de collaboration met en son centre les jeunes et leur famille, utilisateurs ultimes de la nouvelle connaissance issue de l'innovation. Le projet pilote sur l'évaluation de **Déstresse et progresse[©]** en est une illustration éloquent.

Dès le départ du projet, les intervenants terrain visés ont eu accès à une formation organisée par le Centre d'études sur le stress humain (CESH) portant sur l'animation du programme en milieu scolaire. Les intervenants ont ensuite participé à l'adaptation des ateliers à la réalité des jeunes devant participer au projet, soit des garçons âgés entre 12 et 14 ans hébergés au Centre jeunesse de Montréal – Institut universitaire (CJM-IU), sous la direction des services de réadaptation aux adolescents (DSRA). Ces jeunes, à titre d'utilisateurs ultimes de cette nouvelle connaissance, ont également pu agir comme co-construc-teur de l'expérimentation menée sous la coordination du Centre d'expertise | Délinquance et Troubles de comportement.

Intervenants et jeunes n'étaient pas seuls à **Agir ensemble**. Toute la ligne de gestion et de soutien des unités de vie, où s'est déroulé le projet, a aussi été impliquée et ce, dès le processus d'idéation. Cette participation est essentielle au bon déroulement des activités liées au projet. C'est une des conditions de base à l'atteinte des objectifs autour desquels tous se sont affiliés.

Les chercheurs, à l'origine de la proposition de départ, ont montré l'ouverture et la souplesse nécessaires tout au long de l'expérience. Ils ont été présents à toutes les étapes du projet et en ont influencé directement la conduite.

Ce deuxième numéro de la Série 1 d'**Agir ensemble** vise à illustrer les premières étapes de cette méthode de co-construction, soit l'approbation du projet, sa planification ainsi que l'adaptation du programme. Tout n'est pas rose, bien sûr, Cela prend une volonté ferme d'y arriver, volonté fondée sur une confiance mutuelle chez tous les acteurs. Les articles présentés dans ce numéro vous permettront d'y voir plus clair. Bonne lecture!

Ici, je change le monde! <http://www.icijechangelemonde.com/>



CENTRE D'ÉTUDES
SUR LE STRESS
HUMAIN (CESH)



Centre de recherche
Fernand-Seguin
de l'Hôpital
Louis-H. Lafontaine

Animés par l'espoir



Approbation du projet: processus facilité par la collaboration terrain!

En octobre 2010 le CESH a présenté son programme *Déstressse et Progresse*[®] au CJM-IU, en proposant de l'adapter et de l'évaluer auprès d'une clientèle adolescente en difficulté. Dès novembre, le CEDTC, mandaté pour piloter le projet, a confirmé sa collaboration avec la DSRA qui acceptait avec enthousiasme de s'impliquer dans le projet en faisant participer 4 de ses unités d'hébergement. Avant même que le processus officiel d'approbation du CJM-IU ne soit complet, les 4 chefs des unités d'hébergement ciblées avaient confirmé l'intérêt de leurs équipes respectives à participer au projet.

Deux types de projets peuvent être officiellement approuvés au CJM-IU: le « projet de recherche » et le projet « autre que recherche ». *Déstressse et Progresse*[®], composé tant d'un volet d'intervention clinique que d'un volet recherche, a dû faire approuver les deux volets.

Le projet devait débuter en janvier 2011. Tout était prévu et mis en branle avec la DSRA de façon à permettre l'animation des premiers ateliers en janvier 2011.

Mais, à la bonne fortune du chercheur, au cours du temps des fêtes, il obtint un poste à l'université de Sherbrooke! À

la grande déception des intervenants, le chercheur a dû retarder sa disponibilité pour le projet. Par bonheur, dès la fin mai 2011, le chercheur était de nouveau disponible et le projet était remis en marche. L'intérêt de la DSRA réaffirmée, une nouvelle présentation au comité d'approbation de projet « autre que recherche » a eu lieu en juillet 2011, suivi d'une présentation pour son approbation finale, la certification éthique obtenue, au comité de direction clientèle, volet mission universitaire.

La préparation du projet a nécessité plusieurs rencontres entre l'équipe de recherche et les équipes terrain, permettant entre autres : la confirmation de la participation des unités, la suggestion commune de diminuer le nombre de tests à administrer aux jeunes, l'identification de la procédure de collecte des consentements de participation des jeunes. Toute cette planification présentée au comité d'approbation en juillet et au comité d'éthique en août on fait en sorte que les approbations ont été quasi instantanées. Le début du projet fut dès lors prévu pour septembre 2011.

*La collaboration instantanée et active entre le CEDTC et la DSRA, en partenariat avec le CESH, a définitivement accéléré et grandement facilité l'obtention des approbations nécessaires pour permettre la réalisation du projet pilote *Déstressse et Progresse*[®]!*

Planifier: Incontournable!

La réalisation d'un projet est efficace si elle est tient compte des réalités des nombreux partenaires et collaborateurs. La planification du projet *Déstressse et Progresse*[®] avait débuté au cours du processus d'approbation avec le CESH (l'équipe de recherche) et en collaboration avec la DSRA par l'identification et la confirmation des équipes participantes. De plus, ces équipes avaient déjà confirmé qu'elles acceptaient de réaliser le projet dans les mois suivants.

Mais une fois le projet approuvé, avant de pouvoir animer, il fallait planifier la collecte de consentements, les dates des tests, des prélèvements de salive et les dates et heures d'animation. Et tout cela, en tenant compte de l'horaire de 4 unités et de l'équipe de chercheurs.

La réalité d'une unité de vie comporte une programmation préétablie. Les jeunes ont de l'école le jour, des sports prévus certains soirs, des activités cliniques d'autres soirs, des heures précises pour les repas à la cafétéria, des sorties les vendredi soir pour certains jeunes, etc. C'est grâce à la collaboration étroite des chefs d'équipe que nous avons pu identifier des moments possibles pour la réalisation des différentes étapes du projet.

Toutefois, des échanges téléphoniques et des courriels n'ont pas été suffisants pour planifier la collecte de données et l'animation des ateliers. Il fallait tenir compte de la programmation des 4 unités de vie, de l'horaire de travail des éducateurs ciblés pour co-animer les ateliers ainsi que de la disponibilité de l'équipe chercheur, ce qui créait un va-et-vient constant de propositions et de contrepropositions de calendrier. Il fut donc incontournable d'asseoir chercheur et chefs d'équipes afin d'échanger « face à face » pour trouver une proposition commune. Cette rencontre fut fort appréciée, mettant en évidence l'ouverture, la bonne foi et l'adaptabilité tant des équipes terrain que de l'équipe recherche. Le calendrier fut tellement bien planifié, qu'il fut respecté en totalité!

Certes, des imprévus ont été rencontrés au cours des différentes étapes du projet. Mais encore, comme vous pourrez le lire dans les prochains numéros, grâce à une exceptionnelle collaboration entre l'équipe recherche et les équipes terrain, des solutions rapides ont toujours permises de réaliser les étapes du projet telles que prévues!

Jamais cela n'aurait été ainsi possible sans une collaboration directe et étroite entre l'équipe recherche et les équipes terrain!

Adaptation du programme : L'expérience terrain mise à profit!

Le programme *Déstresse et Progresse*® a d'abord été conçu pour s'adresser à des jeunes âgés de 12 à 14 ans dans un contexte scolaire. Il fallait donc se questionner sur la pertinence d'adapter le programme pour s'adresser aux jeunes du CJM-IU.

Évidemment, les éducateurs travaillant auprès de ces jeunes étaient les mieux placés pour conseiller l'équipe de recherche sur ce point! Deux rencontres ont eu lieu en octobre 2011, avec les co-animateurs terrain et l'équipe recherche, pour survoler le contenu du programme.

Le nombre de rencontres et le contenu scientifique n'ont pas été modifiés. Toutefois, les exemples de situations stressantes

illustrées dans le programme initial devaient être modifiés. Par exemple, au lieu de parler de « mère qui insiste pour un ménage de chambre », il a été suggéré de parler de « passage au tribunal » ou de « de parents qui appellent à la dernière minute pour dire qu'ils ne viendront pas chercher leur fils pour la fin de semaine ».

Les éducateurs ont une grande expérience d'animation d'ateliers (gestion de la colère, résolution de problèmes...). À la lecture du programme, ils ont mis en évidence dès le départ qu'il fallait trouver une façon de mieux capter l'attention des jeunes. L'équipe de recherche a donc créé une présentation « power point » avec beaucoup d'images pour accompagner l'animation

des ateliers. Il a aussi été prévu d'écourter le plus possible le temps des ateliers.

Le programme ayant également été présenté à des parents, ces derniers ont fait valoir l'importance de recevoir l'information sur le contenu afin qu'ils puissent, avec leurs fils, discuter et mettre en pratique à la maison les notions apprises en atelier. Les chercheurs ont donc conçu un document expressément pour les parents.

Enfin, des petits ajustements d'exercices et d'animation ont été faits en cours d'animation, suite à certaines suggestions des co-animateurs et des jeunes.

L'expérience terrain a certes profité à l'adaptation du programme, augmentant son appréciation et son efficacité!

Un projet pilote c'est stressant! - Le S.P.I.N. à travers ses étapes collaboration!

Déstresse et Progresse® enseigne aux jeunes que notre cerveau interprète une situation comme stressante parce qu'il détecte au moins un des quatre ingrédients suivants: **Sens du contrôle faible**, **Personnalité menacée**, **Imprévisibilité**, **Nouveauté... d'où le S.P.I.N.!**

Au cours des 5 ateliers du programme, les jeunes sont invités à nommer des situations stressantes et à identifier les ingrédients du stress dans chacune d'elles. Par exemple, un jeune peut rapporter que le passage au tribunal est une situation stressante et que les ingrédients sont **S.P.I.**: **S** parce qu'il n'a pas de contrôle sur les propos qui seront rapportés sur son sujet ni sur la décision du juge, **P** parce qu'on risque de rapporter des éléments négatifs sur ses comportements et ses attitudes, **I** parce que la décision lui semble complètement imprévisible, toutefois le jeune ne retient pas le **N** parce que le passage au tribunal n'est pas nouveau pour lui.

La mise en œuvre d'un projet pilote peut aussi faire vivre du stress aux collaborateurs impliqués.

Sens du contrôle faible

Les équipes terrain et de recherche pouvaient ressentir qu'ils n'avaient pas le contrôle sur la situation quant à certains choix. C'est pourquoi la collaboration (gestionnaires / éducateurs / chercheurs) dans la planification des étapes du projet était essentielle. L'ouverture, l'écoute et la prise en considération des besoins et des contraintes propres à chacun ont permis aux collaborateurs de contribuer aux compromis inévitables à convenir.

Personnalité menacée

Chaque individu est unique et réagit différemment aux quatre ingrédients du stress. Par exemple, certains pourraient craindre que des collaborateurs jugent leurs opinions ou leurs compétences face aux actions à accomplir. Le fait que les équipes, recherche et terrain, aient pu se rencontrer dès les étapes de planification a aidé à diminuer les perceptions de possibles menaces à l'égo. Ouverture, flexibilité, écoute et reconnaissance réciproque des compétences ont contribué à la confiance régnant entre les collaborateurs.

Imprévisibilité

La planification des étapes du projet en co-construction a définitivement permis de diminuer l'imprévisibilité pouvant en stresser plus d'un! Prendre le temps de planifier a permis de mettre en lumière des problèmes prévisibles et de trouver d'avance des solutions à plusieurs problèmes potentiels.

Nouveauté

Les présentations par le chercheur du projet aux jeunes et aux équipes ont permis de diminuer le facteur nouveauté simplement en donnant l'opportunité d'une première rencontre entre tous ces gens, les chercheurs et les jeunes. Le contenu des ateliers et des tests était nouveau, mais la structure des ateliers, les animateurs, les lieux d'animation, les types de tests, etc. avaient donc déjà été vus avant le début du projet. Ce fut une façon de diminuer l'impact de l'ingrédient nouveauté!

Bref, le stress fut diminué par le S.P.I.N.!

SUITES ET RETOMBÉES - ACTUALITÉ : Décembre 2012

Au moment de la mise sous presse de ce numéro, le projet Stress et Compagnie, un projet découlant du projet pilote Désstress et Progresse[®], est en processus d'approbation de projet au CJM-IU.



Stress et Compagnie, une innovation du CESH, est un tout nouveau programme en expérimentation basé sur les mêmes théories et concepts que Désstress et Progresse[®] mais qui s'adresse aux intervenants à partir d'une plateforme web. Il est prévu que ce volet s'adressant aux intervenants soit intégré au projet futur de plus grande envergure de Désstress et Progresse en 2013-2014.

En collaboration avec la Direction des services aux adolescents (DSRA), le projet est présentement à l'étape « Processus d'approbation de projet ». Dès que le projet aura franchi les étapes d'approbation scientifique, éthique et établissement, il passera à l'étape « Planification ».



Des bons coups à souligner!



POUR LA RIGUEUR ET L'EFFICACITÉ DU TRAVAIL DE RÉDACTION ET DE SOUTIEN AU PROCESSUS D'APPROBATION SCIENTIFIQUE, ÉTHIQUE ET ÉTABLISSEMENT

Le chercheur, monsieur **Pierrich Plusquelec, Ph. D.** de l'Université de Montréal, ainsi que mesdames **Rossitza Nikolova, Danielle Lalande** et monsieur **Jean Prémont du CJM-IU.**



POUR LEUR COLLABORATION INTENSIVE, OUVERTE ET CONSTRUCTIVE LORS DE LA PLANIFICATION TERRAIN

Le chercheur, monsieur **Pierrich Plusquelec, Ph. D.** et les gestionnaires à la DSRA: mesdames **Sylvie Patry, Julie St-Jean, Florente Desmosthene** et messieurs **Richard Bourgeois** et **Michel Avon.**



POUR LE PARTAGE INCONDITIONNEL, DYNAMIQUE ET PERTINENT DE LEUR EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE AU PROFIT DE L'ADAPTATION DU PROGRAMME

Les co-animateurs et l'agent de liaison : Monsieur **François Desjarlais** et mesdames **Karen Castonguay-Ross, Véronique Chartier, Sara Laverdière, Danielle Élliott.**



POUR LE PARTAGE SINCÈRE ET CONSTRUCTIF DE LEURS OPINIONS LORS DE L'ÉTAPE ADAPTATION DU PROGRAMME

Les parents ayant participé à la présentation du projet.

Agir ensemble

IDÉATION

CE | Délinquance et Troubles de comportement

RÉDACTION

Sophie Massé
Clément Laporte

CONCEPTION

Sophie Massé
Sophie Saint-Louis

COMPOSITION / MISE EN PAGE

Ginette Bouchard
Clément Laporte

PRODUCTION

Centre jeunesse de Montréal – Institut universitaire



*Retrouver-nous
sur le web!*

Sur Youtube: Documentaire et reportage sur Désstress et Progresse[®]

Sur le site du CEDTC: à venir dans les prochains mois

Sur le site du CESH : <http://www.stresshumain.ca/>