

Pour un déploiement national d'une approche éprouvée en protection de la jeunesse



1 Un stress chronique systémique : une réalité documentée

Les jeunes suivis en protection de la jeunesse vivent un stress chronique intense, amplifié par l'instabilité, les traumatismes, les ruptures et les conditions de vie précaires¹. Ce stress nuit à leur régulation émotionnelle, cognitive et comportementale. Parallèlement, les intervenants sont eux aussi exposés à un stress élevé : violence, surcharge, roulement de personnel, manque de soutien². Ce stress se propage par contagion dans les milieux³ et affecte directement la qualité des services. Il devient urgent d'agir à tous les niveaux du système pour protéger les jeunes, soutenir les équipes, et renforcer les organisations.

2 Une réponse innovante, éprouvée et déjà implantée : ISO-stress : Bien-être collectif

Développée depuis 2010 par l'Institut universitaire Jeunes en difficulté (IUJD), en co-construction avec le Centre d'études sur le stress humain (CESH), des questionnaires et des intervenants de trois régions (Mauricie-Centre-du-Québec, Montérégie Est, Laurentides), l'approche ISO-stress : Bien-être collectif propose une stratégie écosystémique pour transformer le stress chronique en levier de résilience individuelle, équipe et organisationnelle⁴.

Massé, S. (2025). **Pour un déploiement national d'une approche éprouvée en gestion du stress écosystémique en protection de la jeunesse** [Bulletin]. Institut universitaire Jeunes en difficulté, CIUSSS-Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal.





Cette approche inclut :

- Un parcours de formation intégré pour les gestionnaires, les intervenants et les nouveaux employés (programme web **Stress et Compagnie**, ateliers en équipe, plans d'action d'équipe, supervision)⁵
- Des versions adaptées du programme **Détresse et Progresse (D&P)** pour diverses clientèles : jeunes en centre, en famille d'accueil, contrevenants (LSJPA), jeunes avec DI-TSA, parents⁶
- Un langage commun (**modèle SPIN**, stress de contagion, etc.) facilitant l'intégration clinique et la cohérence organisationnelle³
- Des outils de pérennisation (guides, capsules, comité interrégional, formation de formateurs, accréditation prévue pour 2025) [Cliquez ici](#)

3 Des résultats concrets et mesurés

Les effets de l'approche sont largement documentés par la recherche **CRSH** (2015–2020)⁷, des projets interrégionaux et des suivis cliniques. On retrouve entre autres :

- Chez les jeunes : diminution du cortisol, du stress perçu, de la dépression; augmentation de l'estime de soi, du sentiment de contrôle et de la compétence relationnelle¹
- Chez les intervenants : baisse du stress et de l'épuisement professionnel, hausse du sentiment d'efficacité, meilleure régulation émotionnelle, climat d'équipe amélioré⁸
- Chez les gestionnaires : meilleur soutien des équipes, langage commun en supervision, mobilisation accrue⁹

Des **témoignages vidéos de questionnaires et**

d'intervenants illustrent aussi les effets de l'approche sur le terrain : [Cliquez ici](#)

Cette approche et ses résultats sont alignés avec les recommandations de la Commission Laurent (CSDEPJ, 2021)¹⁰, les pratiques d'accueil et d'intégration (PAOI)¹¹, et les principes d'intervention axée sur la qualité humaine.

4 Un modèle prêt à déployer à l'échelle nationale

L'approche ISO-stress : Bien-être collectif est aujourd'hui mature, duplicable, validée et soutenue par un réseau actif de partenaires.

En 2025, plus de 40 équipes et 400 professionnels sont actuellement engagés. Le modèle d'implantation repose sur une double structure : interne (dans chaque équipe) et provinciale (formation, gouvernance adaptative, co-développement).

Des outils, formateurs et conditions de pérennisation sont déjà en place. Il ne manque qu'un soutien financier national pour assurer la coordination, l'implantation progressive et la pérennisation de cette approche dans toutes les équipes jeunesse des CISSS et CIUSSS.

5 Appel à l'action : unir les forces pour le bien-être collectif

Beneva, l'APTS et Santé Québec ont tout à gagner à soutenir ensemble ce déploiement structuré, qui répond aux besoins du réseau. C'est un investissement à la fois humainement porteur et financièrement intelligent : il est bien moins coûteux de soutenir un maître formateur national à temps partiel et une équipe de coordination comme celle de l'IUJD, que de couvrir les coûts liés à l'épuisement professionnel, à l'absentéisme, au roulement de personnel et aux départs d'intervenants non soutenus. Et surtout, les jeunes et leurs familles, parmi les plus vulnérables au Québec, bénéficieront d'un accompagnement plus cohérent, compétent et humain, accompagné de ateliers éprouvés de gestion de leur propre stress à leur porté, dans un langage écosystémique.

Pour en savoir plus

<https://iujd.ca/fr/iso-stress-bien-et-re-collectif>

Document synthèse (2 pages) :

<https://iujd.ca/sites/iujd/files/media/document/Two%20pager%20ISO-stress%20BC%202.pdf>

¹ Plusquellec et al. (2016). International Journal of Education and Social Science, 3(3), 79–92. <https://www.stresshumain.ca/programmes/destresse-et-progresse/>

² Le Pain & Larose-Hébert (2022). <https://www.erudit.org/fr/revues/ss/2022-v68-n1-ss07060/1089867ar/>

³ Massé & Plusquellec (2018). Notre Dernière Parution, 24(2), 34. <https://images.sdm.qc.ca/fichiers/Public/2018/B876360.pdf>

⁴ Massé (2022a, 2022c); Bulletin ISO-stress.

⁵ Massé (2024a); <https://www.stressinc.net>

⁶ Mammouth Magazine, no 25. <https://www.stresshumain.ca/item/mammouth-magazine-numero-25-automne-2022/article>

⁷ Massé & Plusquellec (2020). https://iujd.ca/sites/iujd/files/media/document/Iso-stress%20re%CC%81sultats_bilan2015-2020.pdf

⁸ Fouda (2015). <https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/handle/1866/13668>

⁹ Massé et al. (2025). Journée ISO-stress. <https://iujd.ca/fr/evenement/iso-stress2025>

¹⁰ CSDEPJ (2021). <https://www.csdepj.gouv.qc.ca/>

¹¹ Potvin & Dionne (2023).

<http://www.santecom.qc.ca/bibliothequevirtuelle/Montreal/9782550955054.pdf>