



Pratiques de la santé mentale au quotidien : points saillants des résultats de l'étude pilote

De nombreuses enseignantes et enseignants de l'Ontario cherchent des moyens pour promouvoir l'apprentissage socio-émotionnel (ASE) en salle de classe. Cependant, les programmes structurés d'ASE sont utiles, mais difficiles à intégrer dans un horaire de cours très chargé. Ainsi, l'Équipe d'appui pour la santé mentale dans les écoles (Équipe d'appui) et la Fédération des enseignantes et des enseignants de l'élémentaire de l'Ontario (FEEO) ont conjointement mis sur pied une ressource sur les *Pratiques de la santé mentale au quotidien* qui offrent des stratégies pratiques, brèves et fondées sur des données probantes en vue d'améliorer l'apprentissage socio-émotionnel à l'école.

En 2017-2018, cette ressource a été examinée par neuf conseils des écoles élémentaires publiques anglophones de l'Ontario comptant 153 enseignantes et enseignants. L'objectif de l'étude était de déterminer si les *Pratiques de la santé mentale au quotidien* ont amélioré les aspects suivants chez les enseignantes et enseignants :

- La connaissance de l'ASE
- La confiance en leurs compétences pour mettre en oeuvre les pratiques d'ASE
- Les croyances relatives aux avantages de l'ASE
- La perception du climat scolaire (optimisation de l'environnement d'apprentissage)
- La perception du nombre d'élèves mettant en pratique les compétences efficaces
- en matière d'ASE

Après une mise en oeuvre de 12 semaines de *Pratiques de la santé mentale au quotidien*, des progrès considérables ont été observés dans tous les cinq domaines.

Les résultats étaient-ils liés à la fréquence d'utilisation de la ressource ?

Bien qu'il n'existe pas de corrélation, du point de vue statistique, les tendances suivantes ont été observées :

- L'utilisation modérée était associée à l'amélioration apparente du climat scolaire par les enseignantes et les enseignants (5 à 8 fois par semaine).
- L'utilisation élevée était associée à l'amélioration des connaissances des enseignantes et enseignants ainsi qu'à la confiance qu'ils ont en leurs compétences pour mettre en oeuvre les pratiques ASE (8 à 12 fois par semaine).
- L'utilisation très élevée était associée à l'amélioration apparente, par les enseignantes et enseignants, des compétences des élèves en matière d'ASE (au moins 12 fois par semaine).



Les enseignantes et enseignants étaient-ils satisfaits de la ressource *Pratiques de la santé mentale au quotidien* ?

- 84 % des enseignantes et enseignants ont trouvé la ressource extrêmement utile ou très utile
Plus de 95 % des enseignantes et enseignants recommanderaient ces pratiques à d'autres éducateurs dans le cadre et hors du cadre de leur organisation et de leurs rôles.

Qu'est-ce que les enseignantes et enseignants ont le plus aimé au sujet de la ressource *Pratiques de la santé mentale au quotidien* ?

Ces pratiques sont:

- Courtes, accessibles et faciles à mettre en oeuvre
- Facilement modifiables pour les élèves de tout âge
- Interactives et ludiques de nature
- Faciles à comprendre par les élèves
- Bénéfiques pour la santé mentale des enseignantes et enseignants ainsi que pour leur niveau de confort quant à la mise en oeuvre des pratiques d'ASE