

Programmes d'AdaptAction



**Informations pour les directions et
directions adjointes des écoles**



School
Mental Health
Ontario

Santé mentale
en milieu scolaire
Ontario

Que sont les Programmes d'AdaptAction?

La ressource **AdaptAction** est une ressource conçue pour être enseignée par le personnel de soutien aux élèves dans **un petit groupe ou à l'ensemble de la classe uniquement**. Elle comprend des programmes éclairés par les données probantes visant à soutenir la santé mentale et le bien-être des élèves de 5e et 6e année.



Groupes d'élèves cibles

Bien que ce programme ait été conçu à l'origine pour les élèves de la 5e et de la 6e année, nous reconnaissons que certains conseils scolaires cibleront d'autres groupes d'élèves selon le contexte et les besoins locaux :

- les élèves de 4e ou de 7e année, ou des classes combinées
- les élèves bénéficiant de mesures de soutien et de services de soutien en éducation spécialisée et qui auraient besoin de développer des compétences dans ce domaine



Les Programmes d'AdaptAction

...est une ressource psychoéducative éclairée par les données probantes qui comprend deux programmes : **Quête du CALME** et **Équipe-RÉSOUS**, conçus pour déstigmatiser la recherche d'aide et fournir aux élèves des outils pour gérer leur stress et résoudre leurs problèmes.

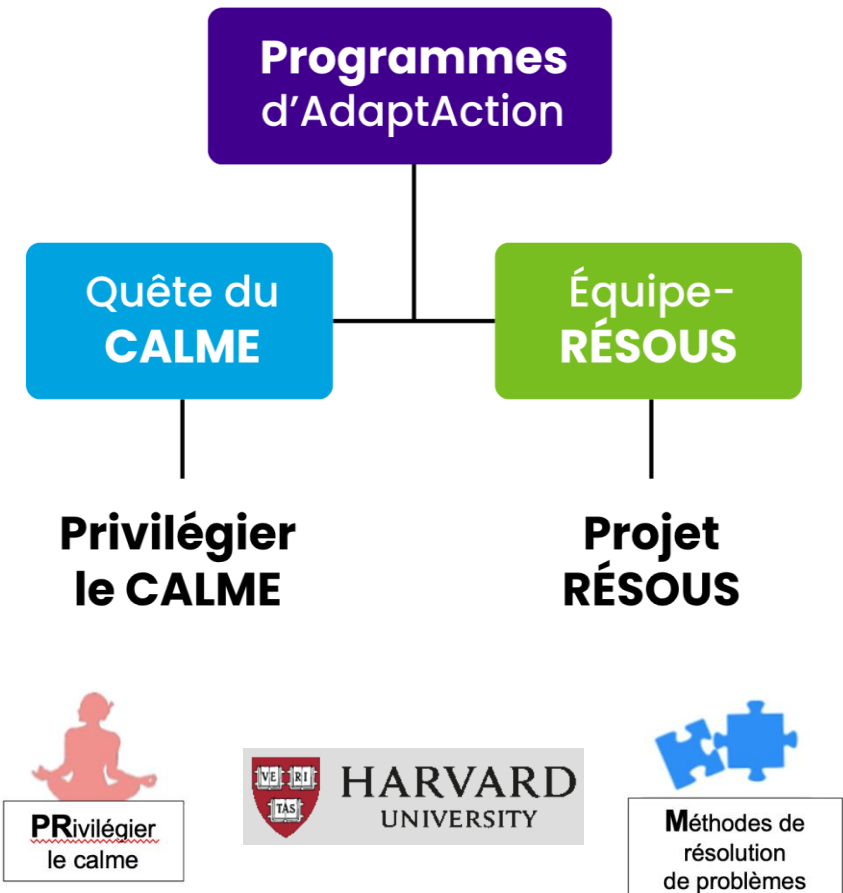


Vue d'ensemble des Programmes d'AdaptAction

Les programmes d'AdaptAction intègrent deux « Trousses d'adaptation » **modérées** – Privilégier le CALME et Projet RÉSOUS – qui ont été adaptées à partir des « Trousses d'adaptation » autodirigées incluses dans les interventions adaptatives brèves (IAB).

Il a été démontré que ces « trousse d'adaptation » améliorent les symptômes d'intériorisation chez les adolescents, tels que l'anxiété et l'humeur dépressive.

Un grand merci au **Dr John Weisz** pour la permission de utiliser Privilégier le CALME et Projet RÉSOUS dans le cadre des programmes d'AdaptAction!



Quelles sont les activités proposées dans les « Trousses d'adaptation » ?



Un programme de quatre séances qui comprend :

Privilégier le CALME – aide les élèves à explorer comment utiliser des stratégies apaisantes pour gérer leurs sentiments et leurs expériences d'une manière qui leur semble utile et efficace.



Un programme de quatre séances qui comprend :

Projet RÉSOURS – aide les élèves à explorer des stratégies pratiques pour aborder les problèmes quotidiens que les jeunes peuvent résoudre.

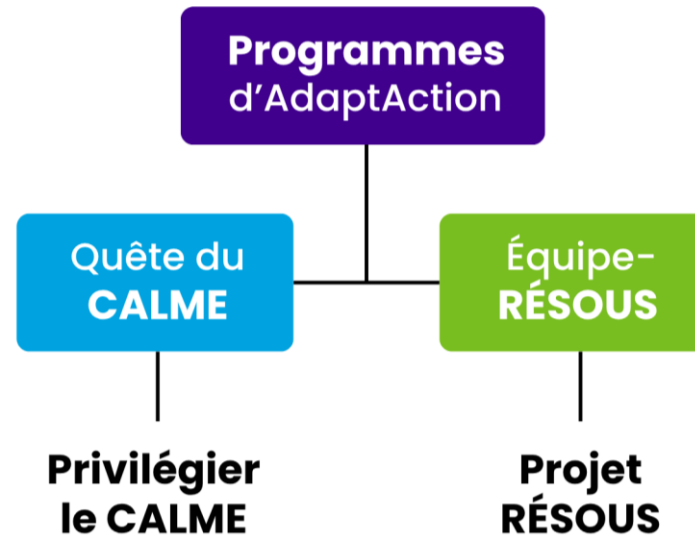


Composantes des Programmes d'AdaptAction

- la psychoéducation éclairée par les données probantes
- des discussions et des activités axées sur la recherche d'aide
- des occasions pour une mise en pratique
- des outils pour intégrer les stratégies dans la vie au quotidien

Quête du CALME et Équipe-RÉSOU

- ✓ Les deux programmes du programme AdaptAction suivent la même séquence de quatre séances (plus une séance de rappel facultative).
- ✓ Vous pouvez choisir de proposer Quête du CALME ou Équipe-RÉSOU, ou les deux, en fonction des besoins et des priorités des élèves.
- ✓ Si le programme est animé auprès de l'ensemble de la classe, le personnel scolaire déterminera quel programme sera offert.



Déroulement de **Quête du CALME** et **Équipe-RÉSOU**S

Séance 1 – Bienvenue à Quête du CALME/Équipe-RÉSOU

- Co-crée un espace favorable et inclusif et créer des relations

Séance 2 – La recherche d'aide

- Discuter de l'importance de la recherche d'aide et des soutiens disponibles.
- Faire une activité de recherche d'aide pour identifier les personnes, lieux et choses qui les aident.

Séance 3 – Réaliser l'activité de la trousse d'adaptation

- **NOUVEAU*** Terminer la trousse d'adaptation modérée en petits groupes ou avec la classe (**Privilégier le CALME/Projet RÉSOUS**).

Séance 4 – Aller de l'avant

- Offrir un forum pour discuter de toute occasion qui s'est survenue pour la mise en pratique en dehors des séances.
- Élaborer un plan pour utiliser les stratégies dans la vie au quotidien.

Séance de renforcement (facultative) – Renouer avec ce que vous avez appris

Messages clés par public

Public	Exemple de message(s) clé(s)
Personnel enseignant	• programme de niveau 1 éclairé par des données probantes pour les élèves de la 5^e à la 6^e année visant à améliorer les capacités d'adaptation, de recherche d'aide et de résolution de problèmes • les compétences acquises au cours de ces séances peuvent être appliquées dans la vie quotidienne en classe • des ressources supplémentaires sont disponibles pour poursuivre l'apprentissage tout au long de l'année, y compris les liens avec le programme scolaire
Parents et aidants naturels	• des habiletés de vie relatives à la gestion du stress, à la recherche d'aide et à la résolution de problèmes • des ressources supplémentaires fournies pour poursuivre l'apprentissage à la maison
Professionnel de la SMMS	• soutien psychoéducatif complémentaire utilisant un langage commun pour faciliter la transition vers des services de santé mentale plus approfondis si nécessaire
Élèves	• des séances amusantes et interactives pour explorer les moyens de faire face au stress, de résoudre les problèmes et de savoir quand et comment demander de l'aide au besoin

Rôle clé des directions et des directions adjointes des écoles

Éléments de soutien

- communication avec le personnel enseignant
- communication avec les parents et les aidants naturels

Éléments logistiques

- temps protégé
- espace protégé
- accès aux ressources pour soutenir la prestation (p. ex., technologie, photocopies)

Des questions?

Camila Gonzalez

Co-responsable de l'identification précoce et du soutien,
praticienne en soins de l'enfance et de la jeunesse

cgonzalez@smho-smso.ca

Programmes
d'AdaptAction  



**School
Mental Health
Ontario**

**Santé mentale
en milieu scolaire
Ontario**

Soyez informé!
Abonnez-vous
aux nouvelles et
aux mises à jour.



Santé mentale en milieu scolaire Ontario est une équipe provinciale de soutien à la mise en œuvre. Nous aidons les districts scolaires à améliorer la santé mentale des élèves grâce à l'utilisation de stratégies et de services éclairés par des données probantes.



4,850+
écoles en
Ontario



332,470+
professionnels
de la SM



2.1 million
élèves placés au
centre



Ensemble, nous
pouvons soutenir la
santé mentale de
chaque élève.



L'accessibilité et la santé mentale sont reliées.

Le fait d'assurer l'inclusion dans les écoles de l'Ontario et la société contribue à favoriser la santé mentale des individus. Nous tenons fermement au principe de l'égalité d'accès à nos ressources et à l'application des normes définies dans la Loi sur l'accessibilité pour les personnes handicapées de l'Ontario (LAPHO). Nous nous efforçons d'éliminer les obstacles afin de répondre aux besoins de nos intervenants et de les faire participer pleinement au processus. Si un document ne répond pas à vos besoins en matière d'accessibilité, veuillez communiquer avec nous et nous vous fournirons d'autres formats sur demande.

