

Aperçu de recherche

Un programme de développement de la résilience pour les jeunes nouveaux arrivants renforce les relations, le sentiment d'appartenance et les capacités d'adaptation

Objet de la recherche

L'étude portait sur la perception qu'ont les jeunes nouveaux arrivants des avantages et de l'acceptabilité du programme FORT, une intervention en milieu scolaire ayant pour but de favoriser la résilience et une bonne santé mentale.

Depuis 2016, le nombre de jeunes nouveaux arrivants (immigrants et réfugiés récents) a augmenté dans les écoles canadiennes, notamment en raison des mesures prises par le Canada en réponse à la crise en Syrie. Ces jeunes ont de nombreuses forces, comme le soutien de leur famille, les liens avec leur communauté et les expériences vécues qui renforcent leur résilience. Toutefois, un grand nombre d'entre eux ont éprouvé un stress intense et ont vécu des expériences traumatisantes pendant le parcours qui les a menés au Canada, ce qui les rend plus susceptibles d'éprouver des difficultés sur le plan mental, surtout si on ne répond pas à leurs besoins psychosociaux. Pour être efficaces, les soutiens en santé mentale doivent être pertinents, adaptés à la culture des jeunes nouveaux arrivants, répondre à leurs besoins immédiats et les aider à composer avec les traumatismes vécus. Les écoles sont un endroit idéal où offrir des interventions en santé mentale pour les jeunes, car elles sont facilement accessibles et comptent parmi leur personnel des professionnels en santé mentale.

Déroulement de la recherche

Les chercheurs ont recueilli des données auprès de 29 jeunes ayant participé à l'un des six groupes d'intervention FORT dans un district scolaire du Sud de l'Ontario. Ces groupes étaient animés par des intervenants en santé mentale des conseils scolaires. Les participants à l'étude avaient entre 11 et 20 ans. Plus du quart d'entre eux (28 %) avaient émigré de Syrie. Les autres participants provenaient notamment de l'Iran, de l'Irak, de la Jamaïque, du Bangladesh, du Cameroun, du Ghana, des Philippines, du Pakistan et du Rwanda.

Points saillants

- L'étude portait sur la perception qu'ont de jeunes nouveaux arrivants d'une intervention en milieu scolaire visant à accroître leur résilience.
- Les jeunes ont déclaré que leurs habiletés d'adaptation s'étaient améliorées, que leur sentiment d'appartenance était plus fort et que les liens tissés avec leurs pairs étaient plus étroits après avoir participé à l'intervention en groupe.
- Les jeunes ont aimé participer au groupe et le recommanderaient à leurs pairs.

Les jeunes participants ont rempli des sondages ou ont participé à un groupe de discussion, ou ont fait les deux. Les sondages visaient à évaluer la résilience, le climat à l'école et les habiletés visées par le programme FORT avant et après la participation à ce programme. Il y avait un sondage pour chacune des habiletés de base développées pendant l'intervention. De plus, on a invité les jeunes à se joindre à un groupe de discussion après avoir suivi le programme afin de recueillir des données supplémentaires sur leur perception du programme.

À propos du programme FORT

Le programme FORT est un programme de développement de la résilience destiné aux jeunes nouveaux arrivants. En groupe, les participants utilisent une approche cognitivo-comportementale et se livrent à des activités fondées sur les forces et la narration pour accroître leur résilience, enrichir leurs connaissances de la détresse, savoir comment la repérer et développer leurs habiletés cognitivo-comportementale (p. ex., habiletés d'adaptation et de relaxation). Le programme comprend dix séances en groupe et une séance individuelle, au cours de laquelle les jeunes racontent leur histoire de migration et font le point sur leurs forces en compagnie d'un animateur.

Pour plus de renseignements sur le programme FORT, consulter le site <https://www.strongforschools.com/>



Avantages du programme FORT

Dans les groupes de discussion, les jeunes ont fait état des nombreux avantages du programme FORT : nouvelles stratégies d'adaptation; renforcement de la confiance en soi, des liens tissés avec les pairs et du sentiment d'appartenance; partage et échange d'histoires avec les pairs; et enrichissement des connaissances sur le contexte canadien. De plus, les données des sondages ont démontré que le programme FORT avait permis aux jeunes de devenir plus résilients et de développer les habiletés ciblées. De dire un participant d'un groupe de discussion :

« Les capacités d'adaptation sont ce qu'il y a de plus important. Bien sûr, nous avons aimé les exercices et le programme, mais les nouvelles habiletés d'adaptation que nous avons développées nous seront utiles toute notre vie. Nous saurons quoi dire et quoi faire dans une situation stressante. On nous a donné des conseils pour examiner ce genre de situation sous un autre angle et développer nos forces. »

Les jeunes ont aimé faire la connaissance d'autres jeunes ayant vécu des expériences semblables aux leurs et ont déclaré qu'ils se sentaient moins seuls après avoir suivi le programme.

Acceptabilité du programme

Dans les groupes de discussion, les jeunes ont parlé de ce qu'ils avaient vécu en suivant le programme FORT. Deux thèmes principaux sont ressortis de ces discussions : un degré élevé d'acceptabilité du programme et des améliorations à apporter.

Les jeunes ont déclaré qu'ils avaient aimé le contenu du programme et ses activités interactives :

« J'ai adoré les exercices. »

Dans l'ensemble, les jeunes ont aimé le programme et n'ont suggéré que des améliorations mineures, dont les suivantes : un meilleur soutien linguistique, une plus grande variété de jeux et d'activités ainsi que l'élargissement du groupe à un plus grand nombre de jeunes.

Utilisation des résultats de la recherche

L'étude a permis de prendre connaissance de la perception qu'ont les jeunes du programme FORT. Selon les résultats des sondages et les discussions en groupe, le programme a été bénéfique pour les jeunes et leur a permis d'accroître leur résilience, de renforcer leurs liens avec les pairs et de développer leurs habiletés d'adaptation.

Selon d'autres recherches, les jeunes courent des risques si on ne répond pas à leurs besoins sociaux et affectifs après leur migration dans leur pays d'accueil. L'étude montre que le programme FORT permet d'intervenir sur le plan psychosocial auprès des jeunes nouveaux arrivants, les aide à développer leurs habiletés d'adaptation et renforce leurs liens avec les pairs.

Article de recherche initial

Pour une description complète de la recherche et de ses résultats, veuillez consulter l'article de recherche intégral :

Crooks, C.V., N. Kubishyn, M. Syeda et L. Dare. « The STRONG resiliency program for newcomer youth: A mixed-methods exploration of youth experiences and impacts », *International Journal of School Social Work*, 2020.

Auteurs

Claire Crooks, professeure agrégée et directrice du Centre for School Mental Health, faculté d'éducation, Université Western. **Nataliya Kubishyn**, candidate au doctorat, faculté d'éducation, Université Western. **Maisha Syeda**, associée postdoctorale, Centre for School Mental Health, faculté d'éducation, Université Western. **Lynn Dare**, Ph.D., évaluatrice de programmes et consultante.

Mots clés : résilience, approche cognitivo-comportementale, réfugié, jeunes

À propos du présent résumé : Le présent résumé a été rédigé par Amira Noyes, candidate au doctorat, faculté d'éducation de l'Université Western.

Pour plus de renseignements sur le Centre for School Mental Health de l'Université Western, consulter le site www.edu.uwo.ca/csmh.