

Instantané de recherche

Deux années de mentorat en milieu scolaire et adapté à la culture favorisent une bonne santé mentale chez les jeunes provenant des PNMI

Sur quoi portent ces recherches?

Les effets négatifs sur l'état de santé, particulièrement sur le bien-être psychologique, que subissent les jeunes provenant des Premières Nations, des Métis et des Inuits (PNMI) présentent des niveaux disproportionnellement élevés. Les résultats d'études récentes ont permis de définir des facteurs de protection culturels précis qui favorisent la résilience et qui agissent comme zones tampons contre les effets indésirables sur ces jeunes. On reconnaît de plus en plus l'importance capitale des liens culturels (c.-à-d. dans quelle mesure une personne s'associe à sa propre culture), et d'une identité culturelle solide et positive dans tout programme efficace ciblant ces jeunes. Les programmes de mentorat se sont également distingués en tant que stratégie prometteuse, puisqu'ils fournissent un outil qui favorise l'établissement de relations solides et harmonieuses dans un contexte qui appuie la culture.

« Dans l'ensemble, cette étude préliminaire a permis de démontrer qu'offrir aux jeunes provenant des PNMI un mentorat adapté à la culture qui dure assez longtemps pourrait accroître le bien-être, tel que catégorisé par la bonne santé mentale et l'identité culturelle positive. Elle a également permis de montrer que ces effets pourraient être reliés à la croissance sur les plans intrapersonnel et interpersonnel, ainsi qu'à l'apprentissage relatif aux relations saines et à la culture... » [TRADUCTION LIBRE]

Le programme de mentorat Uniting Our Nations pour les jeunes provenant des PNMI met en priorité l'établissement de relations harmonieuses dans un cadre adapté à la culture et fondé sur les points positifs. Il est mis en œuvre dans les écoles tant de niveau primaire que de niveau secondaire. On met l'accent sur le développement d'habiletés permettant d'établir des relations saines. On renforce ainsi les liens et l'identité culturels par la présentation de contenu culturel et des enseignements pertinents. Les élèves au primaire rencontrent hebdomadairement leurs mentors, jeunes adultes des Premières Nations; ceux du secondaire entretiennent des relations de mentorat entre pairs qui se caractérisent par le jumelage des plus jeunes (élèves de 9^e année) aux plus vieux (élèves de 10^e à 12^e année).

Ce que vous devez savoir

Cette étude visait à examiner les répercussions qu'aurait, sur le bien-être des jeunes provenant des PNMI, leur participation à un programme de mentorat en milieu scolaire et adapté à la culture. Les chercheurs ont découvert que ceux qui avaient pris part à un mentorat axé sur les relations pendant 2 ans déclaraient avoir une meilleure santé mentale et une identité culturelle plus positive que leurs pairs n'ayant pas joint le programme. Les jeunes ont rapporté que leur participation au programme a comporté des avantages, dont une croissance sur les plans intrapersonnel et interpersonnel, l'approfondissement des connaissances culturelles, et le développement d'habiletés leur permettant d'établir des relations saines.

Cette étude visait à évaluer les effets du programme de mentorat Uniting Our Nations sur le bien-être des jeunes provenant des PNMI. Plus particulièrement, les chercheurs souhaitaient déterminer si un mentorat de deux ans serait plus avantageux pour les jeunes qu'un mentorat d'un an ou que l'absence de mentorat.

Comment les chercheurs ont-ils procédé?

Entre 2011 et 2013, soit une période de deux ans, les chercheurs ont suivi 105 élèves d'un important conseil scolaire du Sud-Ouest de l'Ontario. Les sujets provenaient des PNMI, et ils étaient en 7^e ou en 8^e année. Les chercheurs ont employé des méthodes mixtes pour évaluer le programme. Certaines données ont été recueillies par des sondages où les élèves devaient fournir des renseignements, ainsi que par des entrevues auprès des jeunes.

Pendant l'étude, les données par sondage ont été recueillies en trois « phases » (2011, 2012 et 2013) au cours desquelles les jeunes remplissaient des questionnaires afin de fournir des renseignements.



La participation au mentorat était également évaluée à chacune de ces phases. Les élèves de l'échantillon appartenaient à l'une des trois catégories établies selon l'état d'avancement du programme, soit : deux années de mentorat ($n = 17$), une année de mentorat ($n = 19$) ou l'absence de mentorat ($n = 63$).

Les chercheurs ont fait une entrevue avec les jeunes prenant part au mentorat au cours de la première année de l'étude ($n = 28$) pour obtenir de la rétroaction descriptive quant à l'expérience vécue dans le cadre du programme.

Quelles ont été les conclusions des chercheurs?

Les résultats indiquaient que les jeunes ayant participé au programme de mentorat pendant deux ans ont rapporté avoir une santé mentale et une identité culturelle significativement meilleures que les jeunes y ayant participé un an ou n'y ayant pas du tout participé. De plus, à la lumière des résultats préliminaires, les chercheurs suggèrent que la participation de deux ans au mentorat est associée à l'acquisition d'un nombre supérieur de crédits scolaires. Les résultats d'analyses sur l'effet du programme selon le sexe des sujets suggèrent qu'une participation de deux ans a eu un effet particulièrement positif chez les filles.

Ceux qui ont pris part au programme de mentorat pendant deux ans ont rapporté avoir ainsi bénéficié de nombreux avantages. Les chercheurs ont cerné quatre thèmes globaux grâce aux entrevues :

- **Aspect intrapersonnel.** Le programme a permis aux jeunes d'acquérir une plus grande confiance en soi, il a valorisé leurs antécédents culturels, et les a aidés à comprendre leur individualité.
- **Aspect interpersonnel.** Le cadre de mentorat a donné l'occasion aux jeunes de bâtir un réseau de soutien dans leur communauté scolaire. Les jeunes ont établi et renforcé des relations enrichissantes, et ont formé des liens étroits avec les animateurs du programme.
- **Apprentissage relatif à la culture.** Grâce au programme, les élèves ont eu plusieurs occasions d'en apprendre sur leur culture, et d'associer les enseignements culturels à leur propre vécu à l'école et à l'extérieur.
- **Apprentissage relatif aux relations saines.** Les jeunes pouvaient mettre en pratique les connaissances et les compétences acquises dans des situations réelles. Ils ont été capables d'adapter et d'utiliser, au quotidien, des stratégies relatives à la communication positive et aux relations saines apprises dans le cadre du programme.

Comment utiliser les résultats de ces recherches?

Les résultats de cette étude suggèrent que la participation à un programme de mentorat adapté à la culture en milieu scolaire a entraîné un bien-être accru chez les jeunes provenant des PNMI. Les résultats ont permis de souligner la nécessité de faire durer le programme assez longtemps et d'axer les efforts sur l'établissement de relations solides afin que les jeunes en tirent le maximum d'avantages. Ces résultats enrichissent une base de recherche croissante qui prône l'importance des programmes adaptés à la culture et fondés sur les points positifs en tant que stratégie efficace d'atténuation des risques et de valorisation des effets positifs dans cette population.

Compte rendu de recherche

Pour obtenir une description complète des recherches qui ont été menées et de leurs résultats, veuillez consulter le compte rendu de recherche complet (article en anglais seulement) :

Crooks, C. V., D. Exner-Cortens, S. Burm, A. Lapointe et D. Chiodo. « Two years of relationship-focused mentoring for First Nations, Métis, and Inuit adolescents: Promoting positive mental health », *The Journal of Primary Prevention*, 2016, p. 1-18. DOI : 10.1007/s10935-016-0457-0

À propos des auteurs

Claire Crooks, professeure agrégée, faculté

d'éducation, Université Western. **Deinera Exner-Cortens**, professeure adjointe, faculté de travail social, Université de Calgary. **Sarah Burm**, candidate au doctorat, Université Western. **Alicia Lapointe**, candidate au doctorat et chargée de cours, Université Western. **Debbie Chiodo**, conseillère en projets – Programme de soutien au système provincial, Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH) et associée en recherche, Centre for School Mental Health, Université Western.

Mots clés : jeunesse autochtone, santé mentale, bien-être, liens culturels, identité culturelle, relations saines.

À propos de ce résumé : Ce résumé a été rédigé par Caely Dunlop, candidate au doctorat à Université Western. Pour obtenir de plus amples renseignements sur le Centre for School Mental Health de l'Université Western, rendez-vous sur le site www.edu.uwo.ca/csmh (en anglais seulement).

