



APSY<sup>-v</sup>



# Efficacité d'interventions en milieu scolaire visant à promouvoir la santé psychologique des adolescents : essai contrôlé randomisé

**Eugénie Vaillant-Coindard**

Doctorante en psychologie clinique et psychopathologie

**Florence Lespiau**

MCF en psychologie cognitive

**Gaëtan Briet**

MCF en psychologie du développement

**Elodie Charbonnier**

MCF HDR en psychologie clinique et psychopathologie  
Directrice de l'UPR APSY-v

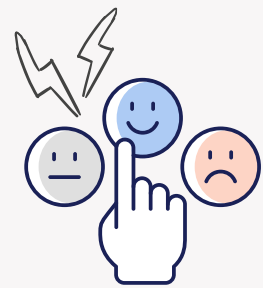
*Aucun conflit d'intérêts n'est associé à ces travaux*

# Santé psychologique à l'adolescence : *période de vulnérabilité*



- Apparition des principaux troubles mentaux ou prémises  
*Kessler et al., 2005 ; Léon et al., 2021 ; Solmi et al., 2022*
- 10 à 40% des adolescents concernés  
*Roques-Lamiroux et al., 2022 ; Silva et al., 2020 ; UNICEF, 2022*
- Tendance à un déclin moyen du bien-être  
*Booker et al., 2018 ; González-Carrasco et al., 2017 ; Léon et al., 2021 ; Li et al., 2024*
- Impact négatif sur le fonctionnement et le développement  
*Dooley et al., 2015 ; Hoff et al., 2017 ; Swan & Kendall, 2016*

# Santé psychologique à l'adolescence : *période d'opportunité*



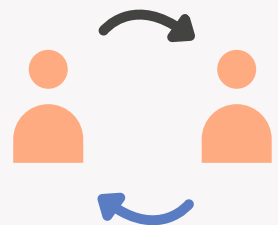
**Adaptation réactive** *faire face aux stressseurs quotidiens*

*Richardson et al., 2021 ; Zimmer-Gembeck & Skinner, 2016*



**Adaptation proactive** *poursuivre des objectifs significatifs*

*Biggs et al., 2017 ; Romer et al., 2021 ; Supervía et al., 2023*

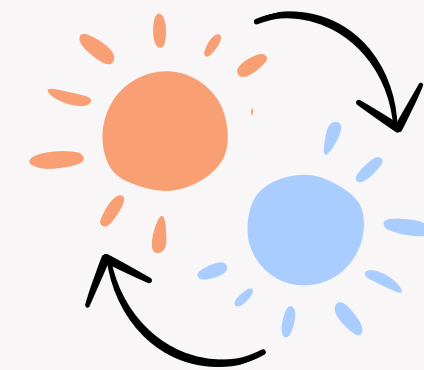


**Adaptation interpersonnelle** *optimiser les interactions et les relations*

*Cavell, 1990n; Sánchez-Queija et al., 2017 ; Son & Padilla-Walker, 2020*



**cibles d'intervention stratégiques**



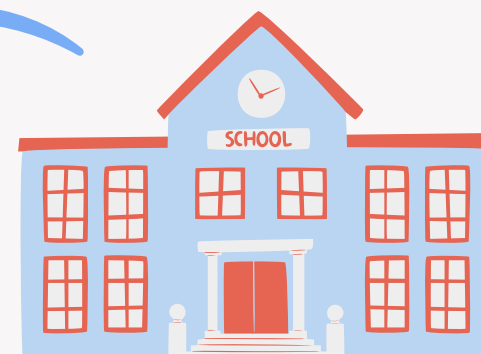
# Améliorer les trajectoires de santé psychologique à l'adolescence

## Essor scientifique et politique de la prophylaxie en santé psychologique

*prévenir la psychopathologie et promouvoir le bien-être*

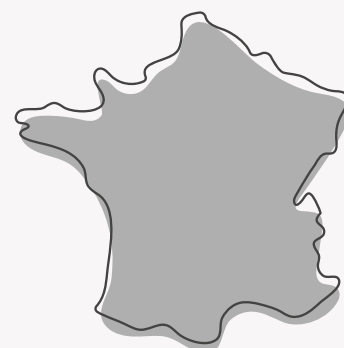
**Effets positifs** à la suite d'interventions universelles en milieu scolaire

*Dray et al., 2017 ; Martínez-García, 2022*

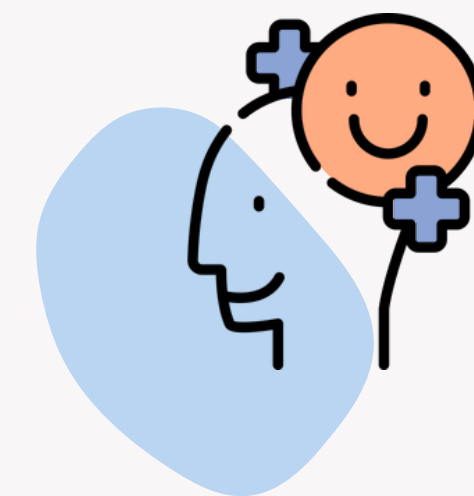


**Ressources limitées** freinant l'implémentation et la dissémination

*Fazel et al., 2014 ; Martin & Arcand, 2005*



**Un défaut d'interventions probantes** et d'études de validation en France



## Projet de recherche

**Développer 3 modules prophylactiques**, ciblant chacune soit l'adaptation réactive, **proactive** ou **interpersonnelle**

→ **Délivrer ces interventions dans des collèges français**

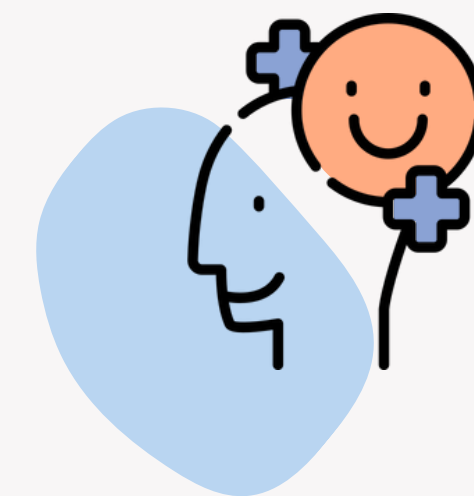
→ **Evaluer leurs effets** sur des mesures **cliniques et processuelles** et des mesures d'**expérience utilisateur** via un essai contrôlé randomisé

⇒ **Pour + de détails méthodologiques : article protocole en accès ouvert**

Vaillant-Coindard et al. (2024). Effects of three prophylactic interventions on French middle-schoolers' mental health : protocol for a randomized controlled trial.

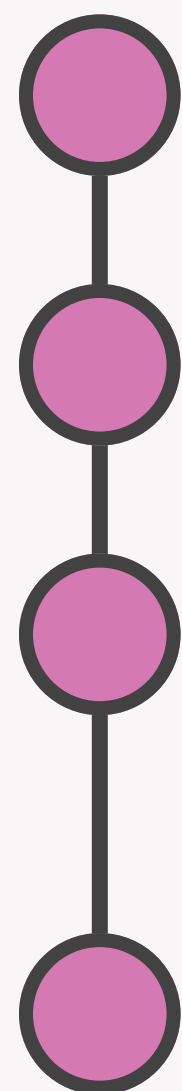
*BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01723-8>





## Les modules

### *Caractéristiques générales*



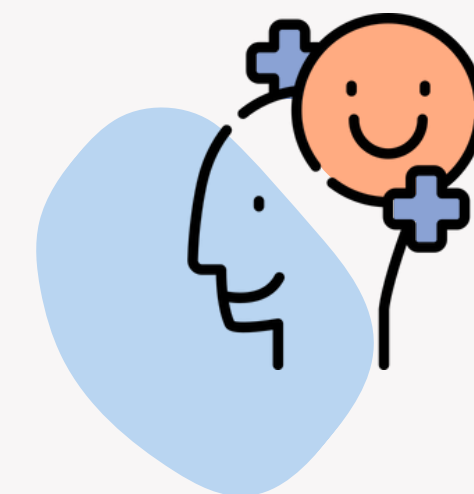
**3x 1h séances hebdomadaires**

#### **Format des séances :**

1. Introduction : *brainstorming* en grand groupe
2. Application des outils sur des situations fictives en petits groupes
3. Activités individuelles
4. Conclusion : *brainstorming* en grand groupe

**+ 1 séance de rappel à un mois**





## Les modules

### *Contenu additionnel*

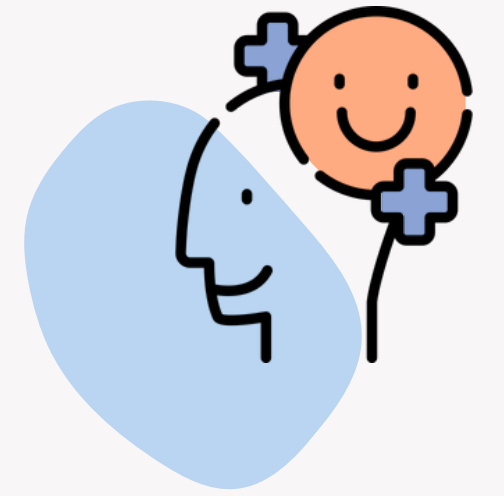
- ***Un répertoire de ressources locales***
- ***Un cahier-participant personnel***

- ***Un site dédié***

<https://parcours-adoptimisme.unimes.fr/>

http://





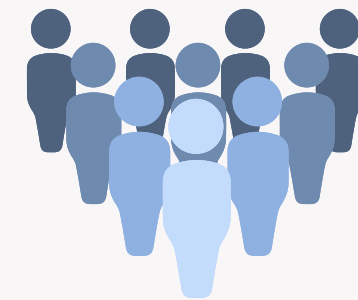
## Echantillon

### *contexte*



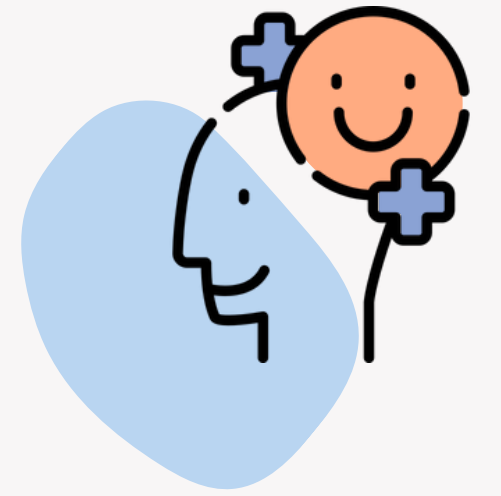
- 2 collèges urbains
  - 1 établissement public
  - 1 établissement privé
- dans le sud de la France
- Origines socioéconomiques et culturelles variées

### *participants*

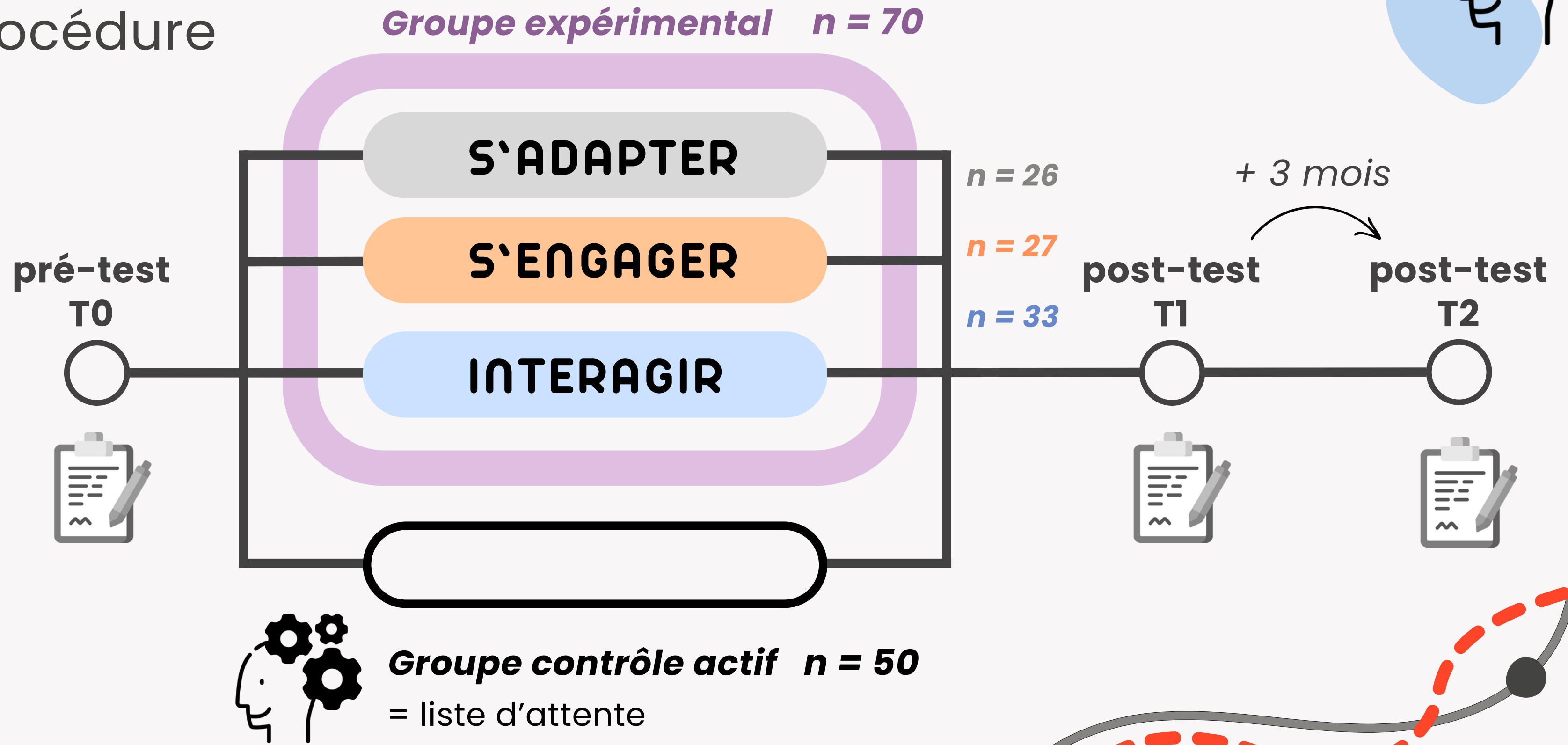


- 120 participants inclus / 200
- Niveau 4E
- M = 13.5 ans (ET = 0.5)
- ♀ 45.8 %



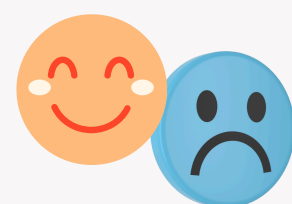


# Procédure



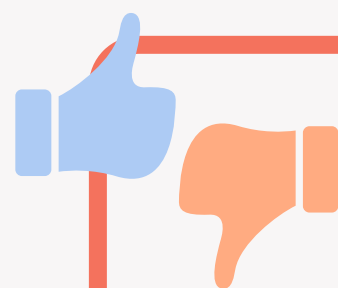


## Outils de mesure



### Mesures de santé psychologique

- HADS : **symptômes anxieux et dépressifs**
- WSAS-Y-SR : **retentissement fonctionnel**
- MHC-SF : **bien-être**



+ questionnaire d'**EXPERIENCE UTILISATEUR**  
appréciation - acceptabilité - utilité - utilisabilité



### Mesures procesuelles

- CFS : **flexibilité de coping**
- Brief-COPE : **stratégies de coping**
- WAM-C/a : **actions engagées**
- GSES : **auto-efficacité générale**
- AFQ : **affirmation de soi**

# effet du temps de mesure

**GROUPE**

**à court terme**

**à 3 mois**

TE = taille d'effet

**EXPÉRIMENTAL**

- symptômes dépressifs  $p=.02, TE=.35$
- flexibilité de coping
- affirmation de soi

- flexibilité de coping
- sentiment d'auto-efficacité
- affirmation de soi

**CONTRÔLE**

# effet du temps de mesure

**GROUPE**

**à court terme**

**à 3 mois**

TE = taille d'effet

**EXPÉRIMENTAL**

- symptômes dépressifs
- flexibilité de coping  $p=.04, TE=-.30$
- affirmation de soi  $p<.001, TE=-.85$

- flexibilité de coping  $p=.02, TE=-.35$
- sentiment d'auto-efficacité
- affirmation de soi  $p=.002, TE=-.44$

**CONTRÔLE**

# effet du temps de mesure

**GROUPE**

**à court terme**

**à 3 mois**

TE = taille d'effet

**EXPÉRIMENTAL**

- symptômes dépressifs
- flexibilité de coping
  
- affirmation de soi

- flexibilité de coping

- sentiment d'auto-efficacité  $p=.02$ ,  $TE=-.37$

- affirmation de soi

**CONTRÔLE**

# effet du temps de mesure

GROUPE	à court terme	à 3 mois
<b>EXPÉRIMENTAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• symptômes dépressifs</li> <li>• flexibilité de coping</li> <li>• affirmation de soi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• flexibilité de coping</li> <li>• sentiment d'auto-efficacité</li> <li>• affirmation de soi</li> </ul>
<b>CONTRÔLE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sentiment d'auto-efficacité <math>p=.05, TE=-.35</math></li> <li>• affirmation de soi <math>p&lt;.001, TE=-.67</math></li> </ul>	

TE = taille d'effet



# effet du temps de mesure

## GROUPE

### à court terme

### à 3 mois

TE = taille d'effet

S'adapter

- symptômes dépressifs
- flexibilité de coping
- distraction
- affirmation de soi  $p=.01, TE=-.60$

- flexibilité de coping
- distraction
- actions engagées  $p=.02, TE=-.60$
- sentiment d'auto-efficacité
- affirmation de soi  $p=.01, TE=-.65$

## CONTRÔLE

- sentiment d'auto-efficacité
- affirmation de soi

# effet du temps de mesure

## GROUPE

### à court terme

### à 3 mois

TE = taille d'effet

## S'engager

- symptômes dépressifs
- flexibilité de coping  $p=.05, TE=-.51$
- affirmation de soi  $p<.001, TE=-.84$

- flexibilité de coping  $p=.04, TE=-.54$
- distraction  $p=.02, TE=.68$
- actions engagées
- sentiment d'auto-efficacité
- affirmation de soi

## CONTRÔLE

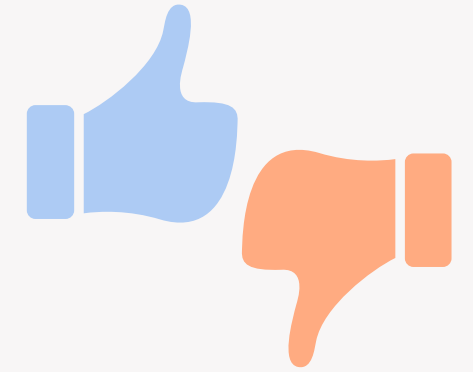
- sentiment d'auto-efficacité
- affirmation de soi

# effet du temps de mesure

GROUPE	à court terme	à 3 mois
<p><b>Interagir</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• symptômes dépressifs <math>p=.02, TE=.56</math></li> <li>• flexibilité de coping</li> <li>• distraction</li> <li>• affirmation de soi <math>p&lt;.001, TE=-.94</math></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• flexibilité de coping</li> <li>• distraction</li> <li>• actions engagées</li> <li>• sentiment d'auto-efficacité <math>p=.01, TE=-.68</math></li> <li>• affirmation de soi <math>p=.01, TE=-.56</math></li> </ul>
<p><b>CONTRÔLE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sentiment d'auto-efficacité</li> <li>• affirmation de soi</li> </ul>	

TE = taille d'effet

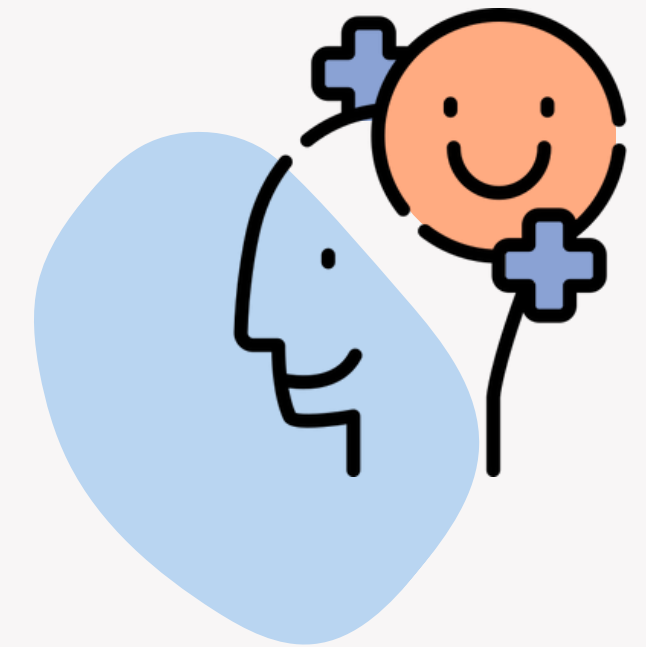
# Expérience utilisateur *groupe expérimental*



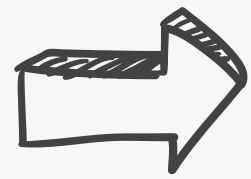
**Tableau 1.** Indicateurs d'expérience utilisateurs par sous-dimension.

	Score / 100		Taux d'évaluation positive (% , N = 75)	
	T1	T2	T1	T2
<b>Appréciation générale</b>	60.9	62.3	72.9	60.0
<b>Acceptabilité perçue</b>	61.0	63.1	58.6	57.1
<b>Utilité perçue</b>	48.8	51.2	55.7	44.3
<b>Utilisabilité perçue</b>	64.0	53.5	72.9	60.0

⇒ Pas de différence significative entre les modules sauf en termes d'appréciation générale **S'engager**



# Conclusion



**Effets positifs des interventions sur plusieurs indicateurs de santé psychologique et processus stratégiques des collégiens**



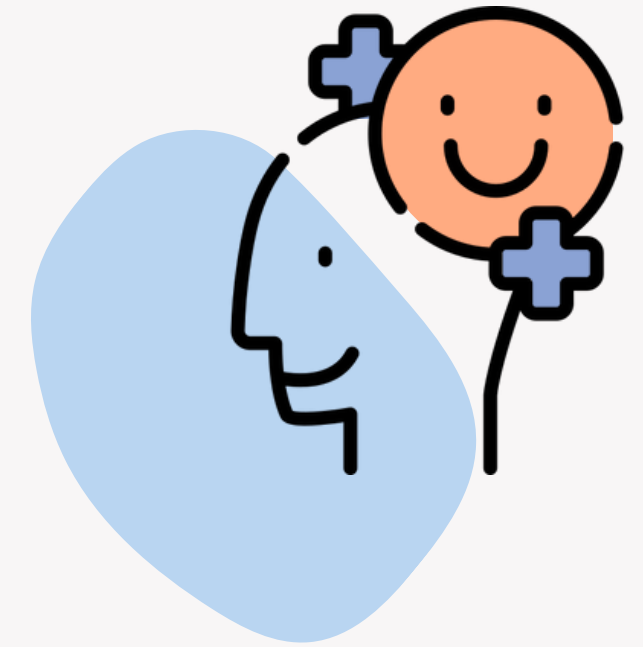
Effets variables selon les modules

**Vers une combinaison synergique des 3 modules**, afin de

- **cibler efficacement un panel de processus clefs** et des indicateurs de santé psychologique variés
- **optimiser l'expérience utilisateur**
- favoriser une implémentation / dissémination **efficientes**



# Conclusion



- J'ai pu mieux me connaître
- J'ai pu atteindre mon microobjectif
- J'ai moins de crises de stress par rapport aux notes
  - J'ai réussi à résoudre des conflits avec mes amies





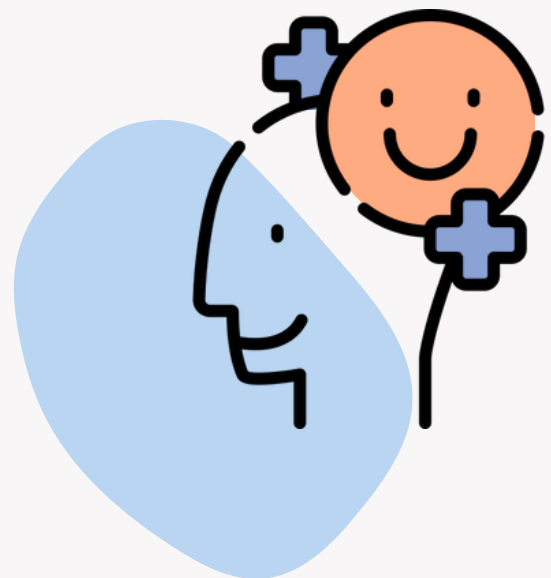


A $\psi$ SY<sup>-V</sup>



# Merci pour votre attention !

## Efficacité d'interventions en milieu scolaire visant à promouvoir la santé psychologique des adolescents : essai contrôlé randomisé



Eugénie Vaillant-Coindard

*[eugenie.vaillant-coindard@unimes.fr](mailto:eugenie.vaillant-coindard@unimes.fr)*

Gaëtan Briet

Florence Lespiau

Elodie Charbonnier

SCAN ME



# Bibliographie

- Beierlein, C., Kemper, C. J., Kovaleva, A., & Rammstedt, B. (2017). Short Scale for Measuring General Self-efficacy Beliefs (ASKU). *GESIS Methods, Data, Analyses*, 7(2), 251–278. <https://doi.org/10.12758/MDA.2013.014>
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory. In *The Handbook of Stress and Health* (C. L. Cooper & J. C. Quick, pp. 349–364). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch21>
- Bocéréan, C., & Dupret, E. (2014). A validation study of the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) in a large sample of French employees. *BMC Psychiatry*, 14(1), 354. <https://doi.org/10.1186/s12888-014-0354-0>
- Booker, C. L., Kelly, Y. J., & Sacker, A. (2018). Gender differences in the associations between age trends of social media interaction and well-being among 10–15 year olds in the UK. *BMC Public Health*, 18(1), 321. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5220-4>
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92–100. [https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401\\_6](https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6)
- Cavell, T. (1990). Social Adjustment, Social Performance, and Social Skills: A Tri-Component Model of Social Competence. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 19(2), 111–122. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1902\\_2](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1902_2)
- Cobos-Sánchez, L., Fluja-Contreras, J. M., & Gómez, I. (2020). Willingness and Action Measure for Adolescents: Psychometric validation in Spanish adolescents. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 15, 46–51. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2019.11.006>
- De Los Reyes, A., Makol, B. A., Racz, S. J., Youngstrom, E. A., Lerner, M. D., & Keeley, L. M. (2019). The Work and Social Adjustment Scale for Youth: A Measure for Assessing Youth Psychosocial Impairment Regardless of Mental Health Status. *Journal of Child and Family Studies*, 28(1), 1–16. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1238-6>
- Dooley, B., Fitzgerald, A., & Mac Giollabhui, N. (2015). The risk and protective factors associated with depression and anxiety in a national sample of Irish adolescents. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 32, 1–13. <https://doi.org/10.1017/ipm.2014.83>

# Bibliographie

- Doré, I., O'Loughlin, J. L., Sabiston, C. M., & Fournier, L. (2017). Psychometric Evaluation of the Mental Health Continuum–Short Form in French Canadian Young Adults. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 62(4), 286–294. <https://doi.org/10.1177/0706743716675855>
- Dray, J., Bowman, J., Campbell, E., Freund, M., Wolfenden, L., Hodder, R. K., McElwaine, K., Tremain, D., Bartlem, K., Bailey, J., Small, T., Palazzi, K., Oldmeadow, C., & Wiggers, J. (2017). Systematic Review of Universal Resilience-Focused Interventions Targeting Child and Adolescent Mental Health in the School Setting. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 56(10), 813–824. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.07.780>
- Fazel, M., Hoagwood, K., Stephan, S., & Ford, T. (2014). Mental health interventions in schools. *The Lancet Psychiatry*, 1(5), 377–387. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(14\)70312-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(14)70312-8)
- González-Carrasco, M., Casas, F., Malo, S., Viñas, F., & Dinisman, T. (2017). Changes with Age in Subjective Well-Being Through the Adolescent Years: Differences by Gender. *Journal of Happiness Studies*, 18(1), 63–88. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9717-1>
- Hoff, A. L., Kendall, P. C., Langley, A., Ginsburg, G., Keeton, C., Compton, S., Sherrill, J., Walkup, J., Birmaher, B., Albano, A. M., Suveg, C., Hoff, A., & Piacentini, J. (2017). Developmental Differences in Functioning in Youth with Social Phobia. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 46(5), 686–694. <https://doi.org/10.1080/15374416.2015.1079779>
- Jassi, A., Lenhard, F., Krebs, G., Gumpert, M., Jolstedt, M., Andrén, P., Nord, M., Aspvall, K., Wahlund, T., Volz, C., & Mataix-Cols, D. (2020). The Work and Social Adjustment Scale, Youth and Parent Versions: Psychometric Evaluation of a Brief Measure of Functional Impairment in Young People. *Child Psychiatry & Human Development*, 51(3), 453–460. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-00956-z>
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Ma, R., Jin, M. A., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication (pp. 593–602).

# Bibliographie

- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Lamers, S. M. A., Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. T., ten Klooster, P. M., & Keyes, C. L. M. (2011). Evaluating the psychometric properties of the mental health Continuum–Short Form (MHC–SF). *Journal of Clinical Psychology*, 67(1), 99–110. <https://doi.org/10.1002/jclp.20741>
- Léon, C., Spilka, S., Ehlinger, V., & Godeau, E. (2021). Santé mentale et bien-être: Résultats de l'Enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents sur la santé et les substances—EnCLASS 2018. Enquête des Hautes Etudes en Santé Publique. <https://www.ehesp.fr/2021/01/13/sante-et-bien-etre-des-adolescents-en-france-les-nouveaux-resultats-de-l-enquete-enclass-sont-en-ligne/>
- Li, S., Meng, X., Xiong, Y., Zhang, R., & Ren, P. (2024). The Developmental Trajectory of Subjective Well-Being in Chinese Early Adolescents: The Role of Gender and Parental Involvement. *Child Indicators Research*, 17(2), 731–752. <https://doi.org/10.1007/s12187-023-10099-x>
- Martin, C., & Arcand, L. (2005). *Ecole en santé: Guide à l'intention du milieu scolaire et de ses partenaires. Pour la réussite éducative, la santé et le bien-être des jeunes [Guide]*. Institut National de Santé Publique du Québec. [https://www.bib-bop.org/base\\_bib/bib\\_detail.php?ref=3728](https://www.bib-bop.org/base_bib/bib_detail.php?ref=3728)
- Martínez-García, A. (2022). Contributions of universal school-based mental health promotion to the wellbeing of adolescents and preadolescents: A systematic review of educational interventions. *Health Education*, 122(5), 564–583. <https://doi.org/10.1108/HE-07-2021-0106>
- Muller, L., & Spitz, E. (2003). Évaluation multidimensionnelle du coping: Validation du Brief COPE sur une population française. *L'Encéphale*, 29(6), 507–518.



# Bibliographie

- Noonan, P. M., & Erickson, A. S. G. (2018). The Skills That Matter: Teaching Interpersonal and Intrapersonal Competencies in Any Classroom. In *The Skills That Matter: Teaching Interpersonal and Intrapersonal Competencies in Any Classroom* (pp. 103–127). Corwin. <https://doi.org/10.4135/9781506376349>
- Richardson, C. E., Magson, N. R., Fardouly, J., Oar, E. L., Forbes, M. K., Johnco, C. J., & Rapee, R. M. (2021). Longitudinal Associations between Coping Strategies and Psychopathology in Pre-adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(6), 1189–1204. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01330-x>
- Romer, A. L., Hariri, A. R., & Strauman, T. J. (2021). Regulatory focus and the p factor: Evidence for self-regulatory dysfunction as a transdiagnostic feature of general psychopathology. *Journal of Psychiatric Research*, 137, 178–185. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.02.051>
- Roques, H., & Lamiraux, K. (2022). Deuxième vague du “Baromètre des adolescents” de notre avenir à tous: “Les adolescents face au monde: Le mal-être et la détresse s’amplifient (p. 48). Ipsos.
- Sánchez-Queija, I., Oliva, A., & Parra, Á. (2017). Stability, change, and determinants of self-esteem during adolescence and emerging adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(8), 1277–1294. <https://doi.org/10.1177/0265407516674831>
- Silva, S. I. A. Jo, Silva, S. U., Ronca, D. bora B., alves, V. S. S. G., Dutra, E. S., & Carvalho, K. M. B. (2020). Common mental disorders prevalence in adolescents: A systematic review and meta-analyses. 15(4 : e0232007). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232007>
- Solmi, M., Radua, J., Olivola, M., Croce, E., Soardo, L., Pablo, G. S. de, Shin, J. I., Kirkbride, J. B., Jones, P., Kim, J. H., Kim, J. Y., Carvalho, A. F., Seeman, M. V., Correll, C. U., & Fusar-Poli, P. (2022). Age at onset of mental disorders worldwide: Large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. *Molecular Psychiatry*, 27(1), 281–295. <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01161-7>

# Bibliographie

- Son, D., & Padilla-Walker, L. M. (2020). Happy Helpers: A Multidimensional and Mixed-Method Approach to Prosocial Behavior and Its Effects on Friendship Quality, Mental Health, and Well-Being During Adolescence. *Journal of Happiness Studies*, 21(5), 1705–1723. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00154-2>
- Supervía, P. U., Bordás, C. S., Robres, A. Q., Blasco, R. L., & Cosculluela, C. L. (2023). Empathy, self-esteem and satisfaction with life in adolescent. *Children and Youth Services Review*, 144. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106755>
- Swan, A. J., & Kendall, P. C. (2016). Fear and Missing Out: Youth Anxiety and Functional Outcomes. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 23(4), 417–435. <https://doi.org/10.1111/CPSP.12169>
- Traber, D., Atzeni, T., Pellissier, S., & Le Barbenchon, E. (2022). Structure et propriétés de l'échelle d'évaluation de la flexibilité du coping: Validation en population française. *Annales Médico-Psychologiques*, 180(6S), 10–16. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2020.11.002>
- Tricot, A. (2007). Utility, usability and acceptability: An ergonomic approach to the evaluation of external representations for learning. *Computer Science*. <https://www.semanticscholar.org/paper/Utility%2C-usability-and-acceptability%3A-an-ergonomic-Tricot/847267f8c5497d98a0c0e090b1c2fa1d3fe31df1>
- UNICEF. (2022). La Situation des enfants dans le monde Promouvoir, protéger et prendre en charge la santé mentale des enfants. Fonds des Nations Unies pour l'enfance. <https://www.unicef.org/fr/rapports/situation-enfants-dans-le-monde-2021>
- Vaillant-Coindard, E., Briet, G., Lespiau, F., Gisclard, B., & Charbonnier, E. (2024). Effects of three prophylactic interventions on French middle-schoolers' mental health: Protocol for a randomized controlled trial. *BMC Psychology*, 12(1), 204. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01723-8>
- Zigmond, A. S., & Snaith, R. P. (1983). The Hospital Anxiety and Depression Scale. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 67(6), 361–370. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1983.tb09716.x>
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Skinner, E. A. (2016). The development of coping: Implications for psychopathology and resilience. In *Developmental Psychopathology: Risk, Resilience, and Intervention* (3e ed., Vol. 4, pp. 485–545). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781119125556.devpsy410>