

21 août 2018

## **Ateliers simultanés**

### *Acquérir des compétences pour favoriser des collectivités mentalement saines*

Cinq ateliers fondés sur les constats seront offerts dans le but de perfectionner les compétences liées à l'emploi d'outils et de méthodes pour les pratiques et les politiques qui appuient la promotion de la santé mentale chez les enfants et les jeunes.

#### **4. Utilisation de renseignements sur la santé mentale fondés sur des données probantes dans des jeux de société conçus par des pairs afin d'accroître la littératie des jeunes en matière de santé mentale : Transitions et Know Before You Go de TeenMentalHealth.org**

Présentateurs : Cat MacIntyre, Olivia Huybers et Chris Gilham, Université St. Francis Xavier

Dans le cadre de cet atelier, on jouera essentiellement à des jeux de société uniques créés par de jeunes adultes à l'aide du contenu des ressources sur les compétences de vie à l'intention des jeunes de TeenMentalHealth.org *Know Before You Go* et *Transitions*. Le but de *Know Before You Go* est de soutenir les élèves du secondaire dans leur préparation à la transition vers les études postsecondaires, alors que celui de la ressource *Transitions* est d'appuyer les élèves dans leurs premières années d'études postsecondaires. Ces deux ressources visent à aider les élèves à renforcer leurs compétences de vie (p. ex. établissement d'un budget, résolution de conflits et métacognition), en plus d'accroître leur littératie en santé mentale et leur efficacité à trouver de l'aide pour mieux les soutenir et soutenir les autres. En collaboration avec nos pairs, nous avons créé deux jeux de société dans le but d'appuyer ces ressources. Cet atelier permettra aux participants d'approfondir le contenu des ressources fondé sur des données probantes par l'intermédiaire des jeux de société. De plus, le fait de jouer à des jeux de société favorise les compétences sociales et l'établissement de liens avec les autres. Nous espérons que les participants nous fourniront des commentaires utiles pour améliorer nos jeux de société et mettre à jour les défis auxquels les jeunes sont confrontés dans la transition du secondaire vers la vie universitaire.

#### Lien avec le thème de l'IEA :

Dans le cadre de ces jeux, les élèves sont confrontés à des événements difficiles de la vie et doivent déterminer ce qui constitue des réactions saines et appropriées à ces événements ou à ces mises en situation. Pour ce faire, ils apprennent à utiliser des compétences de vie qui représentent des pratiques exemplaires et sont fondées sur des données probantes. Cela favorise la métacognition des élèves, ce qui aide les participants à établir les compétences et les stratégies les plus efficaces pour les aider en période difficile. Le jeu est une façon proactive d'accroître la résilience des élèves pour les défis qu'ils peuvent avoir à relever dans l'avenir.

#### Apprentissage des participants :

Les participants à l'atelier verront d'abord le contenu principal de *Transitions* et de *Know Before You Go*, ainsi que la manière d'accéder à ces ressources. En outre, les participants peuvent explorer la façon dont ces ressources peuvent soutenir leur propre travail, puisqu'elles ciblent les jeunes. Les participants

peuvent apprendre à utiliser les jeux de société pour appuyer l'apprentissage « socio-affectif » et la littératie en santé mentale des élèves.

Leçons pour offrir des politiques et programmes ou les déployer à grande échelle :

Des recherches pilotes dans une université de la Nouvelle-Écosse (Gilham, C., E. Austen, Y. Wei et S. Kutcher. « Improving Mental Health Literacy in Post-Secondary Students: Field Testing the Feasibility and Potential Outcomes of a Peer Led Approach », *Revue canadienne de santé mentale communautaire*, sous presse) et dans deux écoles secondaires de la Nouvelle-Écosse visent à documenter le déploiement à grande échelle à venir à d'autres endroits. Les conclusions révèlent qu'il faut peut-être intégrer le contenu au programme scolaire afin d'accroître l'engagement et l'apprentissage. Les départements d'éducation peuvent envisager d'incorporer les ressources dans le programme scolaire.

Présentatrice :

Cat MacIntyre  
Nouvelle diplômée, Université St. Francis Xavier  
[macintyre.cat@gmail.com](mailto:macintyre.cat@gmail.com)

En tant que nouvelles diplômées du programme de baccalauréat en éducation à l'Université St. Francis Xavier, Olivia et Cat commencent tout juste à exercer une profession axée sur le bien-être des jeunes. Nous avons eu une occasion incroyable de créer une ressource de littératie en santé mentale conviviale pour les enseignants et nous passionnons pour l'accroissement de la littératie en santé mentale et des compétences de vie des jeunes, ainsi que pour la possibilité d'aider les enseignants à aider les jeunes. Avec le soutien de Chris Gilham, Ph. D. et Erin Austen, Ph. D., de l'Université St. Francis Xavier, nous avons été en mesure de mettre sur pied et à l'essai notre ressource. Nous sommes très heureuses de vous la présenter!

Coprésentateurs :

Olivia Huybers  
Nouvelle diplômée, Université St. Francis Xavier  
[oliviahuybers@gmail.com](mailto:oliviahuybers@gmail.com)

Chris Gilham, Ph. D.  
Professeur agrégé, faculté d'éducation, Université St. Francis Xavier  
[cgilham@stfx.ca](mailto:cgilham@stfx.ca)