

# La course comme outil de prévention psychosociale chez des adolescent.e.s du secondaire: effets sur le bien-être psychologique



1<sup>er</sup> colloque - L'INTERVENANT EN SPORT ET PLEIN-AIR À CARACTÈRE PSYCHOSOCIAL  
1<sup>er</sup> mai 2019

Catherine Laurier, Ph.D., Département de psychoéducation, Université de Sherbrooke

Nicolas Moreau, Ph.D., École de service social, Université d'Ottawa

Anne-Marie Ducharme, M.Sc., candidate au doctorat, Département de psychoéducation, Université de Sherbrooke

Geneviève Beaulieu, candidate au B.Sc. en psychoéducation, Université de Sherbrooke



# Histoire du projet

- Un intérêt
- Les écrits au sujet des effets du sport sur les jeunes présentant des difficultés psychosociales
- Plusieurs activités en cours auprès des jeunes
- Activité sportive visée



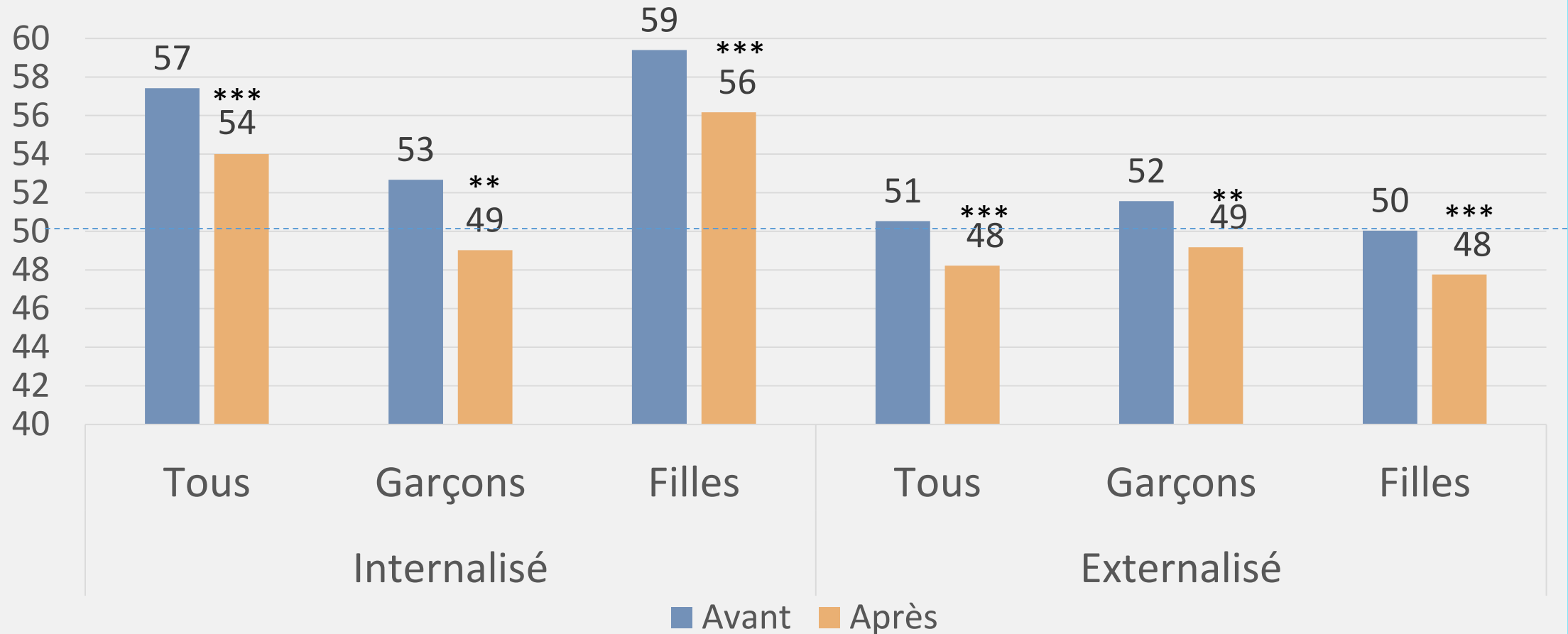
# Déroulement, participants, données

- Centres jeunesse, écoles publiques et écoles privées
- 210 adolescent.e.s (65 garçons, 143 filles)
- **Problèmes de comportement, relations sociales, estime de soi physique, personnalité, santé mentale, coping et estime de soi**
- Entrevues



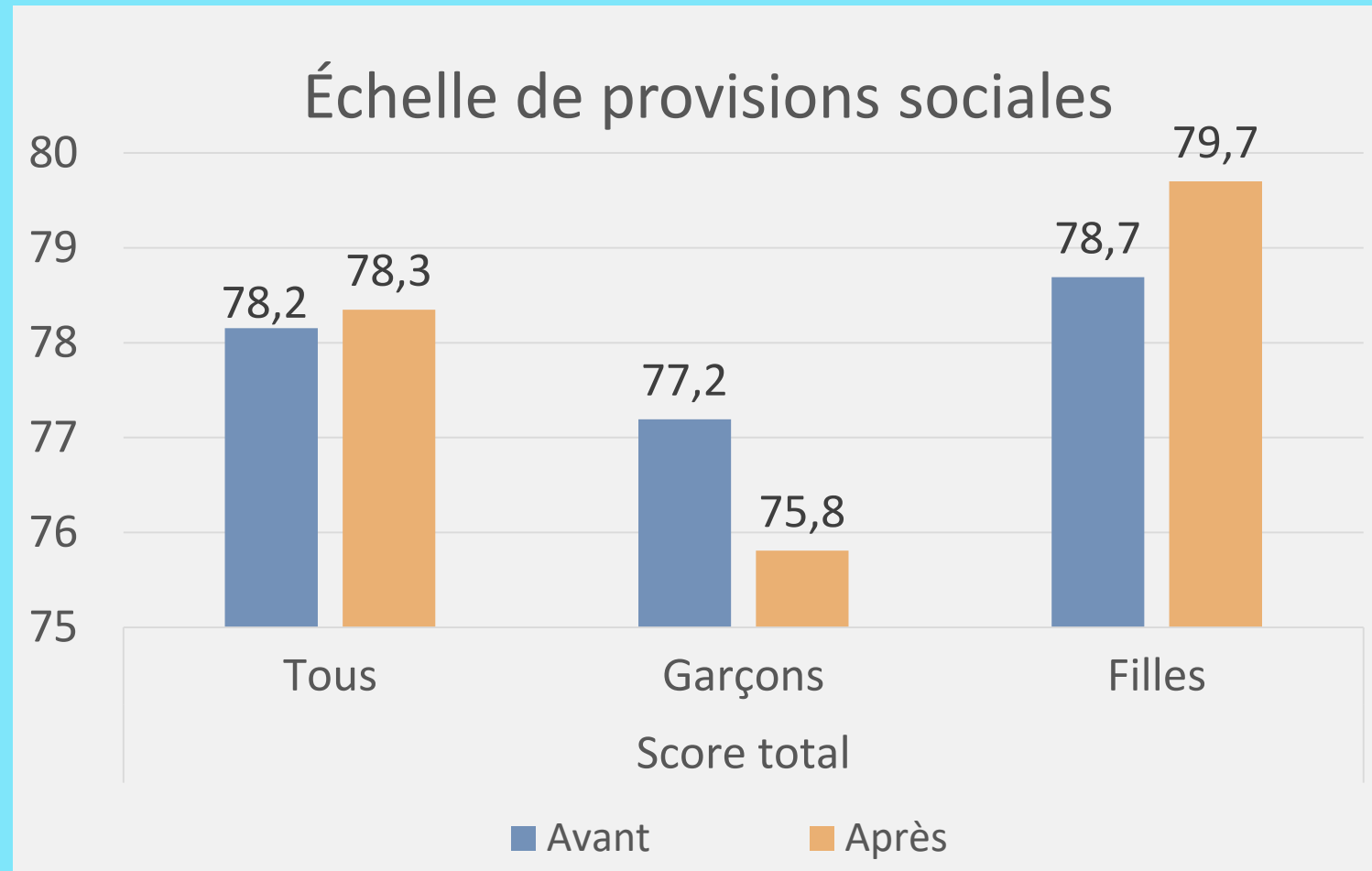
# Résultats

## Problèmes de comportement





# Résultats





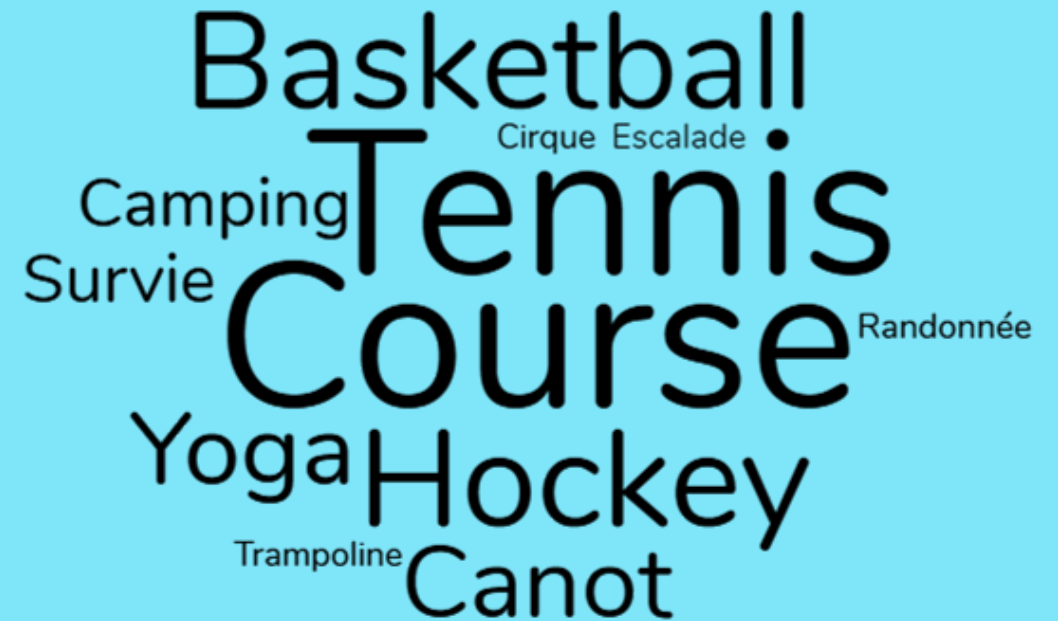
# Quelques constats

- Les adolescents les plus difficiles à intégrer dans ces activités en bénéficient le plus.
  - Plus retirés → ne se présentent pas
  - Plus agressifs → ne sont pas les bienvenus
- La variable à l'étude, le « sport », doit être mieux définie
  - Entraînements et entraîneurs
- Pratiquer un sport et l'envers de la médaille



# Des pistes pour le futur

- Mieux monitorer les interventions utilisant le médium sportif afin de comprendre leur influence sur l'adaptation psychosociale
  - Interventions plus ciblées
  - Les bonnes interventions aux bons participants



# Merci de votre attention!



[catherine.laurier@usherbrooke.ca](mailto:catherine.laurier@usherbrooke.ca)