

## Pratiquons ensemble nos compétences (PEC)

### 1) Catégorie :

- Programme ciblé

### 2) Problème de départ :

- Les difficultés de comportement constituent un défi exigeant pour les agents de l'éducation.
- Le nombre d'élèves identifiés comme ayant des difficultés comportementales est en augmentation.
- Ces mêmes élèves présentent souvent des difficultés d'apprentissage et sont plus à risque de ne pas compléter leurs études.

### 3) Objectifs :

- Consolider les compétences des parents, notamment en renforçant leur habileté à négocier avec leur adolescent
- Perfectionner les habiletés sociales des adolescents
- Favoriser une réelle collaboration entre l'école et la famille
- Reconnaître et utiliser les forces des familles

### 4) Milieu de réalisation :

- Écoles secondaires
- Familles

### 5) Clientèle visée :

- Élèves de 12 à 14 ans qui ont des difficultés d'adaptation liées au comportement (Le programme peut aussi être adapté pour les élèves de 15 à 18 ans.)
- Leurs parents

### 6) Mots clés :

- Pratiquons ensemble nos compétences, PEC, cœuréaction, partenariat école-famille-communauté, programme ciblé, habiletés sociales, trouble du comportement (TC), trouble oppositionnel avec provocation (TOP), relations interpersonnelles, styles parentaux, climat familial, communication, négociation

## 7) Description :

- *Pratiquons ensemble nos compétences* (PEC) est un programme qui intervient relativement à l'acquisition d'habiletés sociales auprès d'adolescents éprouvant des difficultés d'adaptation liées au comportement. Mené conjointement par les intervenants du milieu scolaire et ceux du secteur de la santé, il propose une intervention multimodale se déroulant tant à l'école qu'en milieu familial.
- La lecture du *Guide d'introduction* est essentielle à la compréhension de la structure de ce programme et de la problématique qui y est associée. Le programme (les deux volets et la vidéo) et les outils d'intervention y sont décrits. Ce guide propose un survol de la littérature et des résultats de recherches portant sur les problèmes de comportement à l'école secondaire, sur l'intervention auprès des parents ainsi que sur le perfectionnement des habiletés sociales des adolescents et des compétences parentales.
- Le programme PEC comprend deux volets :
  - o **Le volet scolaire**
    - Assurée par le milieu scolaire, ce volet est un programme d'entraînement aux habiletés sociales qui s'adresse aux élèves en classe régulière ou spéciale. Dans un premier temps, il est important d'évaluer ce que l'adolescent doit développer. Cela nécessite l'utilisation d'instruments de mesure comme le Social Skills Rating System (Gresham & Elliot, 1990) et de la grille d'évaluation (Goldstein & McGinnis, 2000). L'identification des habiletés déficitaires doivent ensuite faire consensus entre l'adolescent, les parents et l'enseignant.
    - Vingt ateliers d'une durée de 75 minutes sont intégrés dans la grille horaire du jeune sur une période de 10 semaines (2 ateliers par semaine). Ils permettent notamment à l'adolescent d'acquérir la capacité de suivre des directives, d'éviter les ennuis et de faire preuve de maîtrise de soi. Ces habiletés sociales sont enseignées à l'aide de différentes stratégies, en deux phases : 1) *la mise à niveau des connaissances* (stratégie utilisée : l'enseignement et la discussion); et 2) *la mise en pratique des connaissances* (stratégie utilisée : jeux de rôle et jeux coopératifs). Une fois les ateliers terminés, la maîtrise des habiletés est évaluée de nouveau.
  - o **Le volet familial**
    - Ce deuxième volet est assuré par le CSSS qui travaille de façon concertée et synchronisée avec les intervenants en milieu scolaire. Le travail de l'intervenant est effectué en trois phases : 1) *intervention familiale*; 2) *intervention sur le plan des compétences parentales*; et (dans la mesure où c'est déjà le cas ou que le besoin est présent) 3) *suivi par le centre jeunesse (C. J.)*.
    - Le volet familial comprend une série de rencontres dont les thèmes varient selon les phases. Ainsi, pour la phase 1, « *intervention familiale* », quatre rencontres permettent à la famille (adolescents et parents) d'aborder différents thèmes (communication, valeurs, croyances sur l'éducation, etc.), de prendre conscience de la situation (difficultés) et de discuter des stratégies de changement. Pour les familles ayant des difficultés très importantes, deux rencontres ayant les mêmes objectifs peuvent être ajoutées.
    - Dans la phase 2, « *intervention sur le plan des compétences parentales* », six rencontres sont prévues. Elles s'adressent uniquement aux parents et portent sur le thème de la résolution de conflits. Ces rencontres donnent aux parents la possibilité d'acquérir des habiletés leur permettant notamment d'établir des limites, de renforcer les comportements appropriés de l'adolescent et d'adopter des méthodes plus efficaces de gestion et de négociation des conflits (discipline démocratique). Une fois les six rencontres effectuées, des rencontres additionnelles avec les parents sont prévues afin d'assurer le maintien des habiletés acquises.

- La troisième phase du volet familial, « *suivi du C.J.* », permet, dans des situations particulières, de faire appel à une personne-ressource des Centres jeunesse. Cette démarche aura lieu conformément à une entente établie avec le CSSS, et ce, uniquement si l'adolescent et sa famille sont clients des deux établissements.

## 8) Étapes de réalisation :

- Un document vidéo (DVD) mis à la disposition des intervenants présente les principales stratégies et modalités pour l'implantation du programme. Des services de formation, de documentation et de consultation sont offerts pour soutenir les intervenants. On y détaille les étapes de réalisation.

## 9) Activités/Interventions :

- Le programme PEC s'inspire de différentes activités pour soutenir l'animation des différentes rencontres. Ces activités peuvent prendre les formes suivantes : sculpture familiale, allégorie thérapeutique, injonction paradoxale, recadrage, devoirs en famille, jeux de rôle, modelage par mise en scène ou utilisation d'extraits vidéo à partir d'émissions jeunesse telles que *Ramdam* et *Macaroni tout garni*.
- Ce programme d'intervention mis en œuvre auprès des adolescents et de leurs parents mise davantage sur les forces inhérentes aux membres de la famille que sur leurs problèmes. En effet, les forces des membres de la famille sont perçues comme le moteur pouvant favoriser le changement de comportement.

## 10) Ressources nécessaires :

- Ressources humaines :
  - Une équipe composée de deux personnes qui assumeront l'animation des ateliers. (L'une d'elles doit posséder des connaissances en intervention psychosociale et l'autre, des compétences en pédagogie.)
  - Intervenants du CSSS et du Centre jeunesse
- Ressources financières :
  - Budget nécessaire pour l'achat du matériel associé au programme

## 11) Rôle des participants :

- L'école :
  - intervient sur le plan des compétences sociales;
  - collabore avec les autres intervenants du programme.
- L'intervenant du CSSS :
  - intervient pour aider les parents à développer leurs compétences.
- L'intervenant du Centre Jeunesse :
  - assure le suivi familial.

- Les parents :
  - participent aux rencontres avec le CSSS;
  - soutiennent leur enfant pour favoriser le maintien et le transfert des habiletés sociales acquises.

## 12) Résultats de l'expérimentation/ Fondements scientifiques :

- Le programme PEC est le fruit d'une synthèse de recherche échelonnée sur une période de cinq ans, réalisée à partir de l'expérience professionnelle de deux auteurs principaux et de la contribution d'un troisième auteur dans le cadre de ses études doctorales.
- Le programme PEC a fait l'objet d'une évaluation scientifique dont le plan de recherche comporte un pré-test et deux post-tests avec groupe témoin et assignation quasi-aléatoire des sujets. La recherche a été réalisée dans trois écoles secondaires de la région de Québec auprès d'élèves de premier cycle du secondaire ayant des difficultés de comportement. Cette évaluation fait ressortir plusieurs résultats intéressants selon les différents participants. En voici un aperçu :
  - Selon les enseignants, les adolescents ayant participé au programme ont de meilleures habiletés de coopération et d'affirmation de soi (maintenues dans le temps) et un meilleur contrôle de soi. On note une diminution du nombre de problèmes de comportement de nature intériorisée ou extériorisée, une amélioration des habiletés de résolution de conflits et une diminution du nombre d'incidents de nature disciplinaire.
  - En ce qui concerne les parents, ils constatent chez l'adolescent une amélioration des habiletés liées à la coopération et au contrôle de soi.
  - Les adolescents remarquent quant à eux une amélioration de leur contrôle de soi. Ces améliorations ne sont pas observées chez les adolescents du groupe témoin.
  - Enfin, dans leurs commentaires, les intervenants du CSSS ont fait état d'un certain nombre d'améliorations quant au fonctionnement familial rapportées par les parents (qui ont l'impression d'avoir amélioré leurs compétences parentales et leurs habiletés de résolution de conflits et de communication). Toujours selon les intervenants sociaux, le programme PEC serait susceptible de soutenir de façon efficace d'autres mesures de protection et, possiblement, de prévenir certains placements.

## 13) Matériel associé au projet :

- Le programme PEC comprend un guide d'introduction, deux guides de l'intervenant (volets scolaire et familial) et un document vidéo (DVD) présentant les principales stratégies et modalités utilisées pour l'implantation du programme.
- Voici les références liées à l'implantation du programme PEC :
  - Royer, É., Morand, C., & Gendron, M. (2005). *Guide d'introduction au Programme PEC : Pratiquons Ensemble nos Compétences : Un programme basé sur les forces des adolescents et de leurs parents*. Donnacona, Québec : Centre de santé et de services sociaux de Portneuf.
  - Gendron, M., Royer, É., & Morand, C., (2005). *PEC : Guide de l'intervenant : volet scolaire*. Donnacona, Québec : Centre de santé et de services sociaux de Portneuf.
  - Morand, C., Royer, É., & Gendron, M. (2005). *PEC : Guide de l'intervenant : volet touchant la famille et les parents*. Donnacona, Québec : Centre de santé et de services sociaux de Portneuf.

- o Gendron, M., Royer, É., & Morand, C., (2005). *PEC : DVD : Étapes et stratégies d'intervention. L'adolescence, source de vie*. Donnacona, Québec : Centre de santé et de services sociaux de Portneuf.

#### 14) Information complémentaire :

- Les trois auteurs ont proposé l'établissement de balises afin d'accroître l'efficacité d'un programme d'intervention lié aux habiletés sociales. Ces balises, qui constituent un ensemble de pratiques gagnantes, incluent : la constitution d'un duo de formateurs, le recrutement des intervenants scolaires, le consentement des élèves et des parents, la collaboration des services sociaux et la mobilisation des ressources.
- L'information contenue dans cette fiche a été tirée des références présentées dans la section précédente.