



Abrégés de recherche

Évaluation pilote d'un programme d'intervention préventive pour les enfants et les familles vivant avec un parent ayant un trouble dépressif

Résumé

Plusieurs interventions ont été développées dans le monde pour favoriser la résilience des enfants et familles vivant avec un parent atteint d'un trouble dépressif majeur. Au Québec, le programme FAMILLE+ a été créé à cet effet. Cet article détaille le contenu du programme, ses objectifs, sa structure générale et les activités d'apprentissage et outils qu'il propose. Les résultats d'une étude pilote sur la fidélité de la mise en œuvre du programme seront exposés, dont les facteurs qui facilitent et entravent son implantation, les retombées perçues par les animateurs et participants (enfants, parents), ainsi que les implications pour la pratique.

AUTEURE PRINCIPALE

Geneviève Piché, Ph. D.
genevieve.piche@uqo.ca
<https://uqo.ca/profil/pichge01>

Problématique et objectifs

La littérature révèle que les enfants dont le ou les parents ont un trouble dépressif majeur (TDM) sont plus susceptibles de vivre des difficultés sociales, scolaires et émotionnelles, d'avoir un fonctionnement adaptatif plus faible et de développer un trouble mental (TM). Les manifestations d'un TDM peuvent nuire à l'exercice de la parentalité, notamment dans la capacité du parent à répondre adéquatement et quotidiennement aux besoins émotionnels, éducatifs et de supervision de l'enfant. Dans ces familles, un certain nombre d'enfants assument un rôle de proche aidant auprès de leur parent et disent ressentir des craintes importantes face aux manifestations du TM parental, un manque de soutien social, et une stigmatisation face à leur situation familiale. Les familles ayant un parent avec TDM sont plus à risque de rapporter des difficultés de communication et un haut niveau de conflits relationnels. Des stratégies d'intervention préventive sont recommandées pour améliorer la littératie en santé mentale, ainsi que les compétences sociales, socioémotionnelles et communicationnelles au sein de ces familles.

PROGRAMME FAMILLE+

Objectifs - Que les parents et enfants puissent : 1) Approfondir leurs connaissances concernant la dépression; 2) Reconnaître et solidifier leurs forces personnelles; 3) Renforcer la relation parent-enfant et les liens familiaux; 4) Identifier et renforcer leur réseau de soutien; 5) Organiser et planifier l'avenir pour prévenir les difficultés familiales.

Structure, déploiement et activités

- Six rencontres hebdomadaires en vécu partagé de groupe (4 à 8 familles, parents et enfants séparément), et rencontre familiale individuelle.
- Rencontre de suivi un mois plus tard avec les parents de chaque famille pour discuter des progrès réalisés, des défis auxquels ils ont été confrontés, et pour recueillir leurs préoccupations et réviser certaines stratégies.
- **Groupe parents** : Activités d'apprentissage dynamiques et interactives (partage de récits narratifs, techniques d'impact, activités avec photos, outils d'autoévaluation, réflexion personnelle ou en sous-groupes, etc.).
- **Groupe enfants** : Modalités d'apprentissage et moyens de mise en interaction variés, dynamiques et interactifs (vignettes familiales, jeux de rôle, dessin). Outils et activités visant les stratégies d'adaptation, les habiletés socioémotionnelles, le soutien social et la conscience de soi.

ÉTUDE PILOTE

Objectifs – 1) Évaluer la fidélité de la mise en œuvre du programme : adhésion au protocole, satisfaction et niveau d'engagement des participants et animateurs, niveau de compréhension des enfants, clarté des animateurs, sécurité des activités; 2) Identifier les principaux obstacles et éléments facilitants dans l'implantation de FAMILLE+; 3) Évaluer les effets préliminaires de l'intervention et les retombées perçues.

Méthodologie – 1) Devis de recherche mixte convergent et participatif reposant sur un volet quantitatif et un volet qualitatif, avec triangulation des données recueillies par le biais de questionnaires, d'entrevues et d'enregistrements; 2) Analyses statistiques descriptives (logiciel SPSS) articulées sur quatre dimensions : adhésion au protocole, qualité de l'animation et du programme, réponse des participants, innocuité des activités; 3) Analyse des données qualitatives (logiciel NVivo); 4) Recrutement via les réseaux sociaux, et des organismes communautaires de Saint-Jérôme (décembre 2018); 5) Critères d'admissibilité : a) chaque famille doit compter un parent ayant vécu un épisode dépressif majeur au cours des 18 derniers mois, et au moins un enfant âgé entre 7 et 11 ans, b) les parents n'ont pas de problèmes d'abus de substances ou de trouble psychotique, c) la famille doit être disponible pour les rencontres hebdomadaires, d) la famille ne doit pas être en période de crise ou de transition (ex. : séparation en cours).

Résultats clés

Objectif 1 : Fidélité de la mise en œuvre. Avec une moyenne de 88,75 %, l'adhésion au protocole était très élevée, tout comme le score témoignant de la qualité de l'animation (91 %). Parents et enfants disent avoir apprécié les habiletés interpersonnelles et le savoir-être des animateurs. Les caractéristiques du programme (modalité en groupe) et la satisfaction face au contenu des rencontres (exercices de dessin et de percussion corporelle pour les enfants, partage du vécu concernant la dépression pour les parents) ont aussi été hautement appréciées. La compréhension du contenu récoltait un score moyen de 73,4 % du côté des enfants, représentatif d'une bonne fidélité. Le niveau de participation était supérieur à 85 % pour l'ensemble des rencontres, soit un excellent gage de fidélité. Au niveau de la santé mentale, les enfants participants n'ont rapporté aucune augmentation des symptômes intériorisés ou extériorisés, même que leur score moyen a diminué entre le début et la fin du programme. Contrairement aux enfants qui n'ont pas rapporté d'inconfort ou de réaction émotionnelle majeure, certains parents se sont sentis mal à l'aise dans les moments de partage.

Objectif 2 : Obstacles et facteurs facilitants. Parents, enfants et animateurs ont nommé deux **obstacles** à la mise en œuvre du programme, soit la durée et l'horaire de l'animation. Les animateurs ont identifié la longueur des contenus d'éducation psychologique, le temps de préparation aux rencontres et la complexité du protocole d'intervention comme des limites à la mise en œuvre du programme. Les enfants et leurs animateurs ont jugé que l'environnement où avaient lieu les rencontres pouvait faire

obstacle à cette mise en œuvre. Ont été identifiés comme **facteurs facilitants** les caractéristiques du programme (contenu, matériel, format), la formation, la supervision, l'impact positif du programme sur les enfants et la bonne ambiance au sein du groupe.

Objectif 3 : Effets préliminaires et retombées perçues. Parents et enfants ont vu leur niveau de littératie en santé mentale augmenter, les scores moyens au début et à la fin du programme étant respectivement 3,00 et 5,00/6 pour les enfants, et 3,20 et 4,60/5 pour les parents. Les émotions négatives perçues par les parents face à la dépression étaient à la baisse à la fin du programme, et chez les enfants on relevait une légère hausse de la fréquence d'interactions positives avec la famille. Les autres retombées positives concernaient des améliorations au niveau des habiletés communicationnelles, des stratégies d'adaptation et des relations familiales.

Conclusions et recommandations

FAMILLE+ est à notre connaissance le premier programme québécois ciblant spécifiquement les enfants et familles vivant avec un parent ayant un TDM. Dans l'ensemble, les activités n'ont pas suscité d'émotions négatives importantes ni exacerbé les symptômes intériorisés ou extériorisés chez les enfants participants. Les caractéristiques du programme semblent avoir amélioré la capacité d'écoute et d'empathie des animateurs, et leur capacité à transmettre l'information clairement et à solliciter la participation des parents et enfants. Les parents ont perçu un impact positif sur leurs enfants et constaté des changements positifs dans leur vie familiale, notamment via une capacité accrue à écouter les autres, à comprendre ce qu'ils ressentent et à communiquer leurs besoins. Des enfants ont rapporté avoir vécu moins de conflits au quotidien et davantage de moments agréables en famille.

L'étude exploratoire a testé le programme FAMILLE+ pour la première fois auprès de deux familles comptant un parent avec TDM. Les résultats révèlent que le programme a été mis en œuvre fidèlement, et que tenant compte de ses facteurs facilitants et contraignants, il a été apprécié des participants et animateurs et pourrait s'avérer prometteur pour améliorer le bien-être des familles ciblées. L'étude semble souligner la pertinence d'adapter le contenu et les modalités des interventions aux capacités développementales des enfants.

Référence

Piché, G., Vetri, K., Villatte, A., Habib, R. & Beardslee, W. R. (2022). Évaluation pilote d'un programme d'intervention préventive pour les enfants et les familles vivant avec un parent ayant un trouble dépressif. *Revue de psychoéducation*, 51(1), 115–146. <https://doi.org/10.7202/1088631ar>

www.santepop.qc.ca

www.qualaxia.org