



Prévention en amont et pratiques axées sur le sentiment d'appartenance

Qu'est-ce que la prévention en amont et les pratiques axées sur le sentiment d'appartenance? En quoi favorisent-elles la santé des élèves face à la consommation de substances?

La prévention en amont agit sur les conditions systémiques qui façonnent le bien-être et le développement sain des élèves. Plutôt que d'intervenir après l'apparition de problèmes de consommation de substances, les approches en amont visent à renforcer les facteurs de protection, notamment par l'établissement de politiques scolaires bienveillantes, la réduction de la stigmatisation et le renforcement du sentiment d'appartenance, tout en réduisant les facteurs de risque, tels que le désespoir et l'isolement social. Les pratiques axées sur le sentiment d'appartenance visent plus précisément à faire en sorte que les élèves se sentent acceptés, respectés, inclus et soutenus à l'école. Ensemble, ces approches sont associées à des résultats positifs, notamment un engagement scolaire plus solide, un meilleur bien-être socioémotionnel et une meilleure santé mentale. Les recherches montrent de manière constante que les élèves qui ressentent un fort sentiment d'appartenance à leur école présentent des taux de consommation de substances plus faibles. Ces bienfaits sont susceptibles de se prolonger à l'âge adulte.

Les facteurs qui influencent le sentiment d'appartenance à l'école sont multidimensionnels et l'environnement scolaire joue un rôle central. La recherche relève que la perception d'équité, la création d'espaces inclusifs, les occasions véritables pour les élèves de faire entendre leur voix et d'exercer leur pouvoir d'agir contribuent au sentiment d'appartenance. La qualité des relations entre les élèves et les adultes à l'école est au cœur du sentiment d'appartenance. Les relations de mentorat et d'accompagnement avec des adultes bienveillants, qu'ils soient enseignants, conseillers, entraîneurs ou autres membres du personnel scolaire, jouent un rôle particulièrement déterminant. Les données probantes indiquent que ce qui compte le plus, ce n'est pas l'enseignement seul, mais la présence constante d'adultes attentionnés qui s'intéressent sincèrement au bien-être des élèves, ainsi que le soutien au développement de leur autonomie. Le mentorat exercé par des adultes bienveillants est particulièrement efficace et équitable lorsqu'il est intégré de manière structurelle dans des programmes d'encadrement, d'accompagnement ou des initiatives de mentorat désignées.

L'activité physique et le mouvement constituent une voie de choix pour renforcer le sentiment d'appartenance, en favorisant les liens entre élèves et adultes, le partage d'expériences communes et le développement d'une identité collective. Pour de nombreux élèves, en particulier celles et ceux qui ne s'épanouissent pas uniquement par la réussite scolaire, les occasions d'activité physique offrent une autre voie leur permettant de se sentir compétent(e)s, reconnu(e)s et intégré(e)s. La recherche met également en évidence la relation bidirectionnelle entre l'activité physique et la santé mentale : le mouvement réduit le stress et l'anxiété, abaissant à son tour les obstacles psychologiques qui empêchent les élèves de participer activement à la vie scolaire. Il importe toutefois de souligner que ces bienfaits ne se concrétisent que lorsque les occasions d'activité physique sont réellement accueillantes et accessibles à tous les élèves, indépendamment de leurs aptitudes athlétiques, de leur handicap, de leur identité de genre ou de leur situation socioéconomique. Les environnements perçus comme exclusifs ou trop axés sur la compétition risquent de renforcer, plutôt que de remédier aux sentiments d'isolement et d'exclusion sociale.



Références

- Ahmadi, S., Hassani, M., & Ahmadi, F. (2020). Student- and school-level factors related to school belongingness among high school students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 741–752. <https://doi.org/10.1080/02673843.2020.1730200>
- Allen, K.-A. (2025). School belonging: Evidence, experts, and everyday gaps. *Educational Psychology Review*, 37(3), 84. <https://doi.org/10.1007/s10648-025-10055-x>
- Bouchard, K. L., & Berg, D. H. (n.d.). Students' school belonging: Juxtaposing the perspectives of teachers and students in the Late elementary school years (Grades 4–8).
- Daily, S. M., Mann, M. J., Lilly, C. L., Bias, T. K., Smith, M. L., & Kristjansson, A. L. (2020). School climate as a universal intervention to prevent substance use initiation in early adolescence: A longitudinal study. *Health Education & Behavior*, 47(3), 402–411. <https://doi.org/10.1177/1090198120914250>
- Doumas, D. M., & Midgett, A. (2024). Sense of school belonging as a mediator of the relationship between witnessing bullying and internalizing symptoms. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(7), 873. <https://doi.org/10.3390/ijerph21070873>
- Korpershoek, H., Canrinus, E. T., Fokkens-Bruinsma, M., & De Boer, H. (2020). The relationships between school belonging and students' motivational, social-emotional, behavioural, and academic outcomes in secondary education: A meta-analytic review. *Research Papers in Education*, 35(6), 641–680. <https://doi.org/10.1080/02671522.2019.1615116>
- Lee, H., & Henry, K. L. (2022). Adolescent substance use prevention: Long-term benefits of school engagement. *Journal of School Health*, 92(4), 337–344. <https://doi.org/10.1111/josh.13133>
- Li, X., Kuo, Y.-L., & Huggins, T. J. (2024). Perceived feedback and school belonging: The mediating role of subjective well-being. *Frontiers in Psychology*, 15, 1450788. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1450788>
- Rose, I. D., Lesesne, C. A., Sun, J., Johns, M. M., Zhang, X., & Hertz, M. (2024). The relationship of school connectedness to adolescents' engagement in co-occurring health risks: A meta-analytic review. *The Journal of School Nursing*, 40(1), 58–73. <https://doi.org/10.1177/10598405221096802>
- Štremfel, U., Šterman Ivančič, K., & Peras, I. (2024). Addressing the sense of school belonging among all students? A systematic literature review. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(11), 2901–2917. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14110190>
- Waite, C., Walsh, L., & Black, R. (2024). Negotiating senses of belonging and identity across education spaces. *The Australian Educational Researcher*, 51(4), 1161–1176. <https://doi.org/10.1007/s13384-023-00633-9>
- Wilkins, N. J. (2023). School connectedness and risk behaviors and experiences among high school students—Youth Risk Behavior Survey, United States, 2021. *MMWR Supplements*, 72. <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.su7201a2>