



## **Lettre d'invitation à participer à l'étude :**

### **"Favoriser le bien-être des jeunes"**

Madame, Monsieur,

Je m'appelle Eugénie Vaillant-Coindard, doctorante en Psychologie clinique au laboratoire APSY-v à l'Université de Nîmes. Je vous écris afin **de vous proposer, à votre enfant et vous, de participer à une étude scientifique. Son but ?** Tester un programme innovant visant à **favoriser le bien-être des adolescents.**

Ce programme sera proposé **au sein du collège**, partenaire de ce projet. Nous espérons ainsi **outiller les jeunes** afin de favoriser leur bien-être, à partir de concepts et de techniques **validés scientifiquement**. Davantage de détails sont présentés dans la **notice d'information** qui accompagne cette lettre.

#### **Participer à cette étude impliquera :**

- **pour votre enfant**, de **remplir quelques questionnaires**, et de participer à **4 ateliers d'une heure** en demi-classe, pendant des temps dédiés en dehors des heures d'enseignement.
- **pour vous**, de **remplir un questionnaire** ci-joint/accessible par le lien/QR code ci-dessous, ce qui devrait demander **environ 15 minutes, à trois reprises** : 1) dès à présent, 2) à l'issue du programme à la fin du semestre 1, et 3) une nouvelle fois au début du semestre 2.

ce, de manière **anonyme** et **confidentielle**.

Ces mesures ont pour but d'évaluer les effets du programme dans le temps ; nous vous recontacterons à ces moments clefs.

Nous espérons que des **applications concrètes en faveur du bien-être des collégiens** pourront être tirées des résultats de cette étude. Aussi, **pour lui donner de la valeur, nous avons besoin de la participation du plus grand nombre** ; chaque participation nous sera très précieuse.

Nous espérons que prendre part à ce projet vous intéressera.

**Je reste à votre disposition pour répondre aux questions que vous souhaitez m'adresser** par mail à l'adresse : [eugenie.vaillant-coindard@unimes.fr](mailto:eugenie.vaillant-coindard@unimes.fr)

**Bien à vous,**

Eugénie Vaillant-Coindard  
Doctorante en Psychologie clinique

## Notice d'information Parents

### Quelques éléments d'information avant de prendre votre décision de participation

#### Qui sommes-nous ?

- Des **psychologues et chercheurs** en psychologie clinique, cognitive et du développement, du laboratoire APSY-v à l'Université de Nîmes.
- Notre volonté de recherche : **réduire les vulnérabilités psychologiques** des personnes, **promouvoir leurs ressources** face aux défis qu'elles rencontrent.

#### Quel objectif derrière cette étude ?

Développer et évaluer un **nouveau dispositif de promotion du bien-être des adolescents** :

- fondé **scientifiquement**
- efficace pour **améliorer le bien-être et prévenir les éventuelles difficultés** psychologiques des adolescents, à **court, moyen et long terme**,
- **adapté** aux spécificités de l'adolescence, **attractif et facile à s'approprier**
- en utilisant le contexte scolaire pour **le rendre accessible à tous**

#### Pourquoi les collégiens ?

L'adolescence est une **période charnière** pour le développement du bien-être, et donc une **opportunité d'intervention** pour la promouvoir durablement.

#### En quoi consisterait votre participation à l'étude ?

##### 1 Des questions ?

Si vous le souhaitez, vous pouvez nous adresser toutes vos questions par mail à l'adresse suivante, et ce, tout au long de l'année scolaire (nous y répondrons rapidement !)

eugenie.vaillant-coindard@unimes.com

##### 2 Accord pour participation

Retourner au collège le **formulaire de consentement**, qui vous sera transmis par l'établissement de votre enfant, pour nous informer **si vous acceptez ou non que votre enfant participe à cette étude**, et que les **données recueillies puissent être utilisées pour la recherche**.

Nous demanderons également à votre enfant son accord pour participer.

##### 3 Questionnaires

Répondre à un questionnaire : quelques informations et vos observations concernant votre enfant (environ 15 minutes de complétion).

**L'ensemble des informations récoltées au cours de l'étude sera anonyme d'un bout à l'autre de l'étude.**

## Retourner le formulaire de consentement

déc.-janv.

### Etape 1

#### Votre enfant

- avec ta classe
- sur temps scolaire
- hors heures de cours

#### L'un de ses représentants légaux

- via EcoleDirecte

début janv.

### Répondre à des questionnaires

### Etape 2

- avec sa classe
- sur temps scolaire

- en retournant au collège un questionnaire qui vous sera transmis par votre enfant
- OU
- en ligne, via le QR-code

janvier et mai

### 3 ateliers d'1h sur 3 semaines

### Etape 3

- en demi-classe
- sur temps scolaire
- hors heures de cours
- + activités courtes en autonomie



début fév.

### Répondre à des questionnaires

### Etape 4

- avec sa classe
- sur temps scolaire

#### Le représentant légal de l'étape 2

- en retournant au collège un questionnaire qui vous sera transmis par votre enfant
- OU
- en ligne, via le QR-code

début mars et mi-juin

### 1 atelier de rappel d'1h

### Etape 5

- en demi-classe
- sur temps scolaire
- hors heures de cours
- + activités courtes en autonomie



avril

### Répondre à des questionnaires

### Etape 6

- avec sa classe
- sur temps scolaire
- hors heures de cours

#### Le représentant légal de l'étape 2

- en retournant au collège un questionnaire qui vous sera transmis par votre enfant
- OU
- en ligne, via le QR-code

Réunion bilan en juin : retours mutuels

Fin de l'étude

## Notice d'information Parents

### Précisions supplémentaires

#### Pourquoi tous ces efforts ?

**Notre bien-être est précieux** et mérite que toutes les conditions soient rassemblées pour en prendre soin et le protéger. Nous espérons que ce dispositif pourra y participer pour votre enfant, et a minima fournir des connaissances pour informer la recherche scientifique dans cette démarche.

#### L'anonymat des réponses : Oui, mais comment ?

Un « Code participant » est attribué à chaque élève qui participe à l'étude. Ainsi, toutes les mesures qui le concernent seront rattachées entre elles grâce à ce code, mais jamais à son nom ou prénom.

#### Et si je change d'avis ?

**Vous ou votre enfant pourrez décider à tout moment de vous retirer de l'étude, sans aucune conséquence**, en ne répondant pas aux questionnaires et/ou en demandant la suppression des données qui vous concernent.

**Un espace d'écoute individuelle** assuré par moi-même dans l'établissement pendant la durée des interventions **sera proposé aux élèves de 4e qui en exprimeraient le besoin.**

#### Attention, cette étude n'a pas :

- de **visée diagnostique** (ce n'est pas une évaluation psychologique)
- de **visée thérapeutique** (ce n'est pas un suivi psychothérapeutique)

Ces questionnaires et ce dispositif ne se prêtent pas à identifier ou traiter des difficultés psychologiques significatives pré-existantes. **Si des besoins particuliers émergent, une orientation adéquate sera proposée vers les services compétents, selon une procédure établie avec l'établissement, afin de répondre de manière appropriée aux besoins exprimés.**

#### Alors, en quoi consistent les ateliers ?

Ce "Parcours Adoptimisme" propose des **activités de groupe** sur l'une des thématiques suivantes : l'adaptation aux événements du quotidien, la poursuite d'objectifs liés au bien-être, les interactions et les relations avec les autres. Les contenus sont sélectionnés pour leurs bienfaits attendus sur la santé psychologique des jeunes. Ces ateliers seront animés par moi-même, ainsi qu'un-e étudiant-e en Master de psychologie à l'Université de Nîmes.

Merci de votre attention !

Eugénie Vaillant-Coindard

## RESSOURCES EN CAS DE BESOIN

Vous vous posez des questions concernant le bien-être de votre ado ?  
Des signes vous font penser qu'il ne va peut-être pas bien ?  
Vous rencontrez des difficultés avec votre ado ?

Ces différentes ressources peuvent vous aider :

### Etablissements dédiés à l'accompagnement des adolescents à Nîmes

#### Besoin des parents

**Centre médico-psycho-pédagogique** 04 66 67 32 53  
PEP30  
8 rue Saint Charles  
30000 Nîmes

#### Centre médico-psychologique

CHU de Nîmes

Nîmes Ouest :

- Rue Montaury 04 66 68 75 20
- Association Escalières 04 66 23 78 85
- Rue Sainte Anne 04 66 27 92 60

Nîmes Est :

- Rue Cité Paul Giran 04 66 27 98 38

**Unité Ados** -CHU de Nîmes 04 66 68 40 72

- Psychologue Consultations 04 66 68 34 15
- Psychologue Ambulatoire 04 66 68 40 72

#### Pas besoin des parents

#### Maison des adolescents

34ter rue Florian  
30900 Nîmes 04 66 05 23 46

#### Points Accueil Ecoute Jeunes

281 chemin du Mas Coquillard  
30020 Nîmes 06 98 72 80 20

S'informer et  
comprendre les  
principales difficultés  
psychologiques  
des enfants

<https://www.clepsy.fr>



### Ecoute, informations, conseils pour les parents et éducateurs

anonyme  
&  
confidentiel

#### Ecole des Parents et des Educateurs Gard

0 805 382 300

<https://www.epe30.fr/>

#### Interservice parents (EPE)

01 44 93 44 93

#### Allô grands-parents (EPE)

01 44 93 44 90

[www.allo-grandsparents.fr/](http://www.allo-grandsparents.fr/)

#### Allô Ecoute parents

06 01 18 40 36

[www.alloecouteparents.org](http://www.alloecouteparents.org)

#### Écoute famille Unafam

01 42 63 03 03

[www.unafam.org](http://www.unafam.org)

#### Gestion des risques numériques

<https://jeprotegemonenfant.gouv.fr/>

#### Protection des Jeunes

119

<https://www.allo119.gouv.fr/>