

**10e journée annuelle de présentation des travaux académiques des
résidents
et des travaux de recherche
Le vendredi 31 mai 2013**

Présentateur : Isabelle Ouimet
UMF d'attache : UMF Maisonneuve-Rosemont
Courriel : isabelle.ouimet@umontreal.ca

**Titre de votre présentation : Activités parascolaires et bien-être chez
les enfants et adolescents**

Objectifs :

Dans les années 1970, les activités parascolaires sont devenues de plus en plus populaires. En plus d'être associées à une diminution des comportements à risque et de la délinquance, ces activités offrent une surveillance après les heures de classe ainsi que des opportunités de stimulation. D'abord destinées aux classes défavorisées, ces activités ont vite intéressées toutes les classes. Plusieurs s'interroge actuellement sur l'impact de la pratique d'activités parascolaires sur le bien-être psychologique des enfants et adolescents. Sommes-nous allés trop loin dans l'intensité de la pratique? Peu de données existent dans la littérature scientifique sur ce sujet. S'il existe un lien entre l'intensité de la pratique d'activités parascolaires et le bien-être psychologique des enfants, il y aurait tout lieu de questionner nos jeunes patients sur leurs habitudes de pratiques afin de prévenir des épisodes anxio-dépressifs. L'objectif de ce projet est donc de déterminer s'il existe un lien entre l'intensité de la pratique d'activités parascolaires et le bien-être psychologique des enfants et adolescents.

Méthodologie :

Recherche par mots clés et mots libres via Pubmed, Embase, ERIC, PsylInfo, Medline ainsi qu'une recherche manuelle. Résultats de 9 études dont 4 longitudinales et 5 transversales de 2006 à 2010.

Résultats :

Dans l'ensemble, les études ne démontrent pas de lien entre l'intensité de la pratique d'activités parascolaires et l'anxiété et la dépression. Cependant, certaines variables pourraient nuancer ce résultat : la critique parentale, le type d'activité, le genre ainsi que la liberté de choisir soi-même ses activités.

Conclusion :

Il semble donc que ce ne soient pas tant l'intensité de la pratique d'activités parascolaires qui influence le bien-être chez les jeunes mais plutôt d'autres variables qu'il faudrait mieux identifier et définir dans le futur.