

Généralisable en 30 min avec impact réussite étudiante et santé mentale : Wise Interventions



AMÉLIORATION DE LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE GRÂCE AUX WISE INTERVENTIONS

Wise Interventions

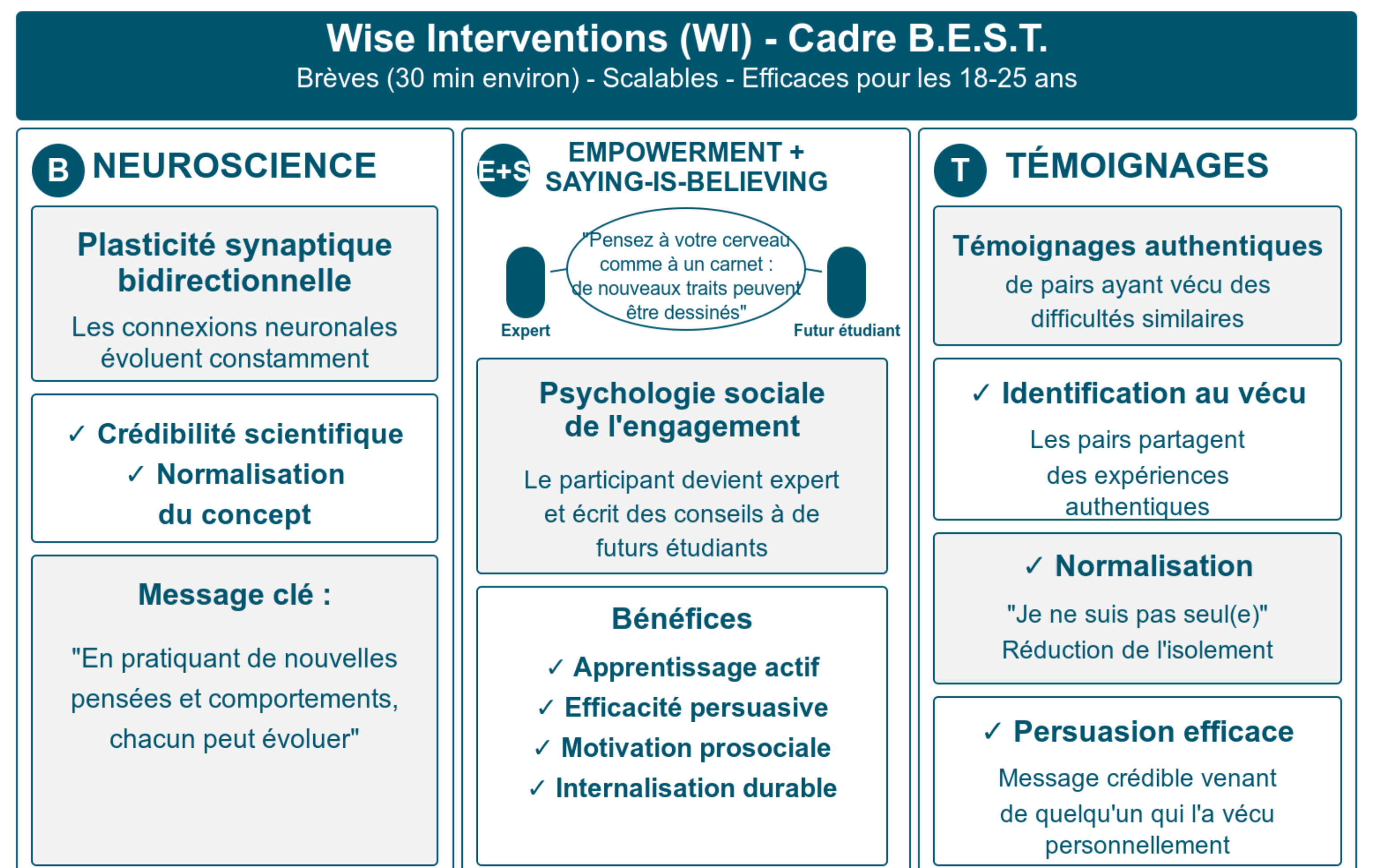
Ancrées dans les **Théories Implicites** (Dweck, 2006)

Ciblent les **croyances** sur les attributs humains (intelligence, personnalité, émotions, etc.) (Walton & Wilson, 2018)

Favorisent l'idée de la **malléabilité** (ex.: réinterprétation de l'échec comme **contrôlable** plutôt que preuve d'incapacité)

Prévention primaire universelle et sélective ciblent les **mécanismes transdiagnostiques** avant l'apparition de troubles cliniques.

Effet récursif : les nouveaux comportements renforcent les croyances adaptatives créant un processus auto-entretenu.



Réussite des étudiants

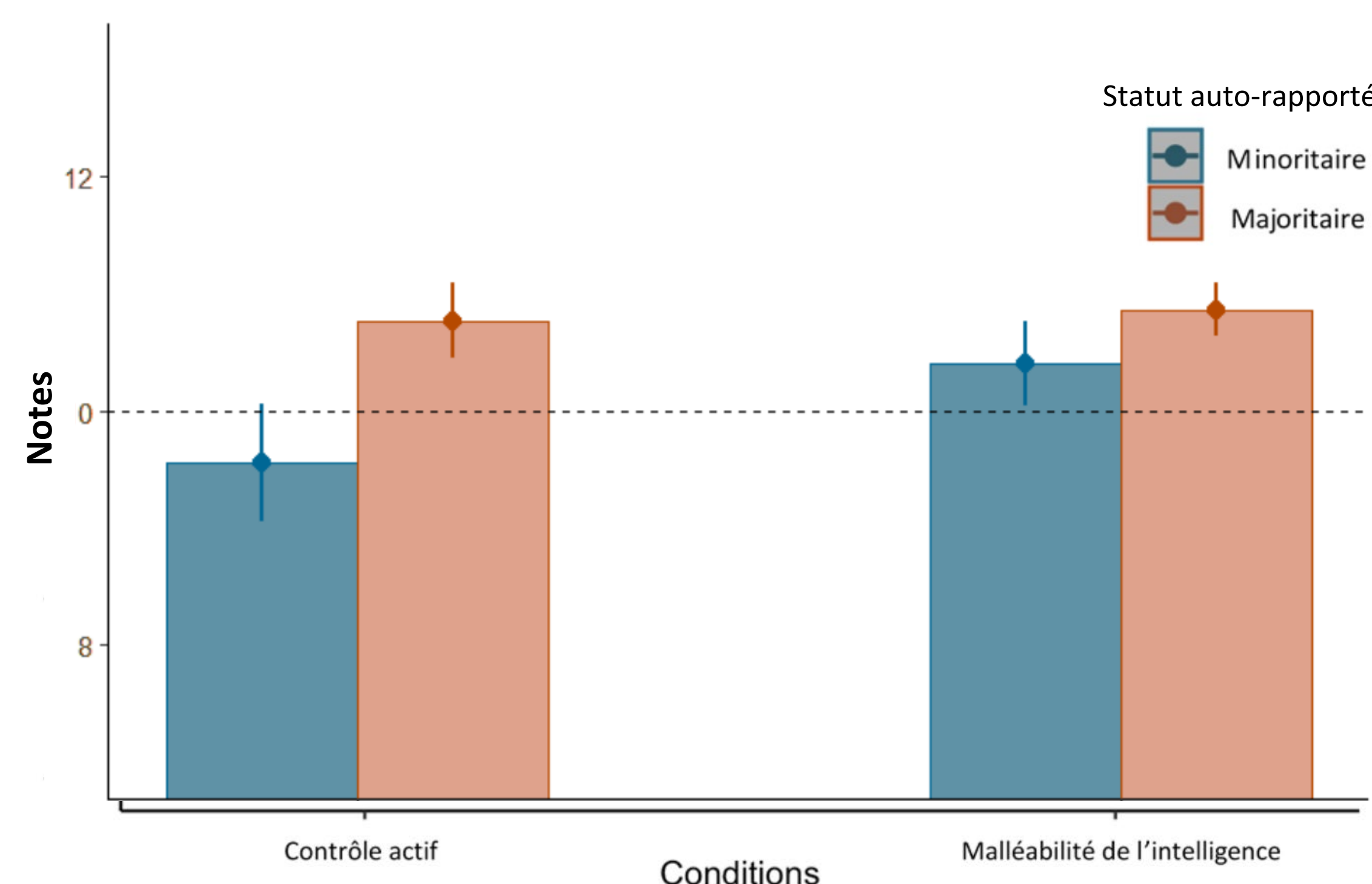


Fig. 1. Réussite des étudiants en fonction de l'auto-catégorisation minoritaire et de la condition expérimentale

Étude interventionnelle randomisée contrôlée

malléabilité de l'intelligence et réussite des étudiants

Population

1393 étudiants de Licence 1 ; âge moyen 18,82 ans ($SD = 2,38$) ; 66,64 % de femmes.

Résultats

Bénéfices pour les étudiants se « considérant comme faisant partie d'une **minorité** ethnique » ($d = 0,22$), avec **moyenne des notes de 9,46** en préintervention à **10,31** en post-intervention.

Conclusion

Les WI sur la malléabilité ont un effet plus important sur les **populations vulnérables** et peuvent contribuer à réduire les inégalités scolaires.

Santé mentale des étudiants – En cours

Littérature sur la santé mentale

Efficacité sur la dépression

↘ **incidence** de dépression de **40 % à +9 mois** (Miu & Yeager, 2015)
RCT, ↘ **incidence** de dépression de **33,32 % à +9 mois**
groupe intervention vs ↘ 10,85 % groupe contrôle ($d = .32$) (Schleider & Weisz, 2018)

Méta-analyse ($K = 72$, $N = 17692$) (Burnette et al., 2020)

WI Personnalité sur la dépression ($r = 0,284$). Résultats hétérogènes selon le contexte culturel d'application.

Impact sur les processus psychologiques protecteurs

Stratégies de coping proactif (Hong et al., 1999 ; Rosenberg et al., 2016 ; Burnette, et al., 2020), motivation (Mohamoud, 2024), estime de soi (Conigrave et al., 2019) OU la valeur associée au traitement psychologique (Burnette, et al., 2020).

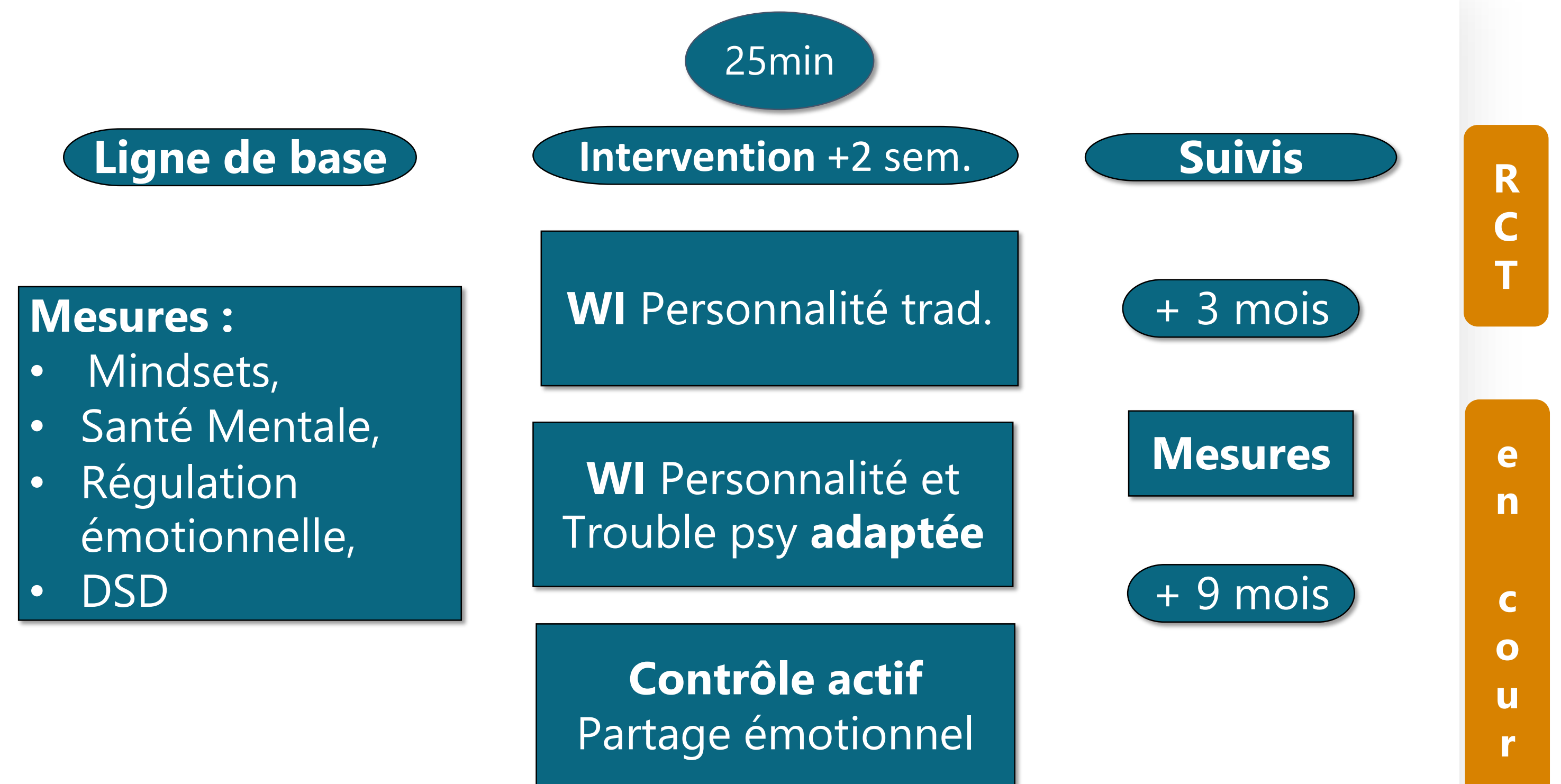


Fig. 2. Diagramme de procédure expérimentale : adaptation française de l'intervention conçue par Schleider et al.