

Tableau 2

Les caractéristiques des études recensées

Article	Population ciblée	Contexte national	Personnes qui implantent	Protocole de mise en place	Thèmes principaux
Atkins et Hayes (2019) <i>AT Intervention</i>	Adolescent.es âgé.es de 14 et 15 ans (n = 66)	Angleterre – Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Premier auteur, thérapeute qualifié	6 rencontres hebdomadaires de 30 minutes Groupes : 7-11 personnes	- Techniques de relaxation
Barrett et al. (2005) <i>FRIENDS</i>	Enfants et adolescent.es âgé.es de 9 à 16 ans (n = 693)	Australie – Représentation de plusieurs statuts socioéconomiques	Psychologues ou doctorants	10 rencontres hebdomadaires de 45 à 60 minutes et 2 rencontres 1 et 3 mois après la fin du programme Groupes : 20-30 personnes	- Exposition - Techniques de relaxation - Résolution de problèmes - Stratégies cognitives
Bennett et Dorjee (2016) <i>Mindfulness-Based Stress Reduction</i>	Adolescent.es âgé.es entre 16 et 18 ans (n = 24)	Angleterre - Représentation de plusieurs statuts socioéconomiques	Premier auteur, enseignant entraîné à la méthode MSBR	8 rencontres hebdomadaires de 2h Groupes : 12 personnes	- Prise de conscience et acceptation
Broderick et Metz (2009) <i>Learning to BREATHE</i>	Adolescentes âgées entre 17 et 19 ans (n = 120)	États-Unis – École catholique pour filles	Premier auteur	6 rencontres, bihebdomadaires de 32 à 43 minutes Groupes : groupe-classe	- Techniques de pleine conscience - Prise de conscience et acceptation - Attention sur l'expérience immédiate
Brown et al. (2019) <i>DISCOVER</i>	Adolescent.es âgé.es entre 16 et 19 ans (n = 155)	Angleterre – Milieu défavorisé	Psychologues	1 rencontre d'une journée Groupes : maximum de 15 personnes	- Exposition - Restructuration cognitive - Résolution de problèmes - Stratégies adaptatives - Pleine conscience
Burckhardt et al. (2016) <i>Strong minds</i>	Adolescent.es âgé.es entre 15 et 18 ans (n = 267)	Australie – Milieu favorisé	Premier auteur, psychologue	16 rencontres de 30 minutes réparties sur 3 mois Groupes : non précisé	- Principes de l'ACT - Pleine conscience

Article	Population ciblée	Contexte national	Personnes qui implantent	Protocole de mise en place	Thèmes principaux
Burckhardt et al. (2018) <i>DBT Skills group</i>	Adolescentes âgées entre 14 et 16 ans (n = 96)	Australie – Milieu favorisé	Premier auteur, psychologue	6 rencontres de 50 minutes Groupes : non précisé	- Principes de l'ACT - Pleine conscience
Chiesa et al. (2016) <i>Career group intervention</i>	Adolescent.es âgé.es en moyenne de 17 ans (n = 280)	Italie – Milieu présentant un niveau d'éducation supérieur à la moyenne	Non précisé	17 heures divisées en 6 rencontres Groupes : non précisé	- Prise de conscience de ses caractéristiques - Connaissance du monde scolaire et professionnel, du processus de prise de décision et de la formation d'objectifs vocationnels
Dumont et al. (2015) <i>Funambule</i>	Adolescent.es âgé.es entre 14 et 19 ans (n = 138)	Canada - Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Enseignants, psychologues, intervenants psychosociaux	8 rencontres hebdomadaires de 60 à 75 minutes Groupes : 4-20 personnes	- Perception des inquiétudes - Effets physiques de l'anxiété - Stratégies adaptatives - Pleine conscience
García-Escalera et al. (2019) <i>UP-A</i>	Adolescent.es âgé.es entre 13 et 17 ans (n = 28)	Espagne - Représentation de plusieurs statuts socioéconomiques	Doctorant en psychologie	9 rencontres hebdomadaires de 55 minutes Groupes : 13-15 personnes	- Exposition - Restructuration cognitive - Résolution de problèmes - Perception des inquiétudes - Effets physiques de l'anxiété - Stratégies adaptatives - Pleine conscience
Huppert et Johnson (2010) <i>Mindfulness-Based Stress Reduction</i>	Adolescents âgés de 14 et 15 ans (n = 173)	Angleterre - Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Enseignant.es formés à la méthode <i>MSBR</i>	4 rencontres hebdomadaires de 40 minutes Groupes : groupe-classe	- Prise de conscience et acceptation - Techniques de pleine conscience
Keogh et al. (2006) <i>Stress management intervention</i>	Adolescent.es âgé.es de 15 et 16 ans (n = 80)	Angleterre - Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Troisième auteur, thérapeute	10 rencontres hebdomadaires de 1h Groupes : 10 personnes	- Résolution de problèmes - Perception des inquiétudes - Croyances irrationnelles - Pleine conscience

Article	Population ciblée	Contexte national	Personnes qui implantent	Protocole de mise en place	Thèmes principaux
Kuyken et al. (2013) <i>Mindfulness in Schools Program</i>	Adolescent.es âgé.es entre 12 et 16 ans (n = 522)	Angleterre - Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Enseignant.es formés à la méthode MiSP	9 rencontres hebdomadaires Groupes : groupe-classe	- Prise de conscience et acceptation - Techniques de pleine conscience - Attention sur l'expérience immédiate - Non-jugement
Livheim et al. (2015) <i>ACT Experiential Adolescent Group</i>	Adolescent.es âgé.es entre 12 et 18 ans (n = 66)	Australie - Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Psychologues ou conseillers scolaires	8 rencontres hebdomadaires Groupes : non précisé	- Principes de l'ACT
Livheim et al. (2015) <i>ACT Experiential Adolescent Group</i>	Adolescent.es âgé.es de 14 et 15 ans (n = 32)	Suède - Milieu favorisé	Étudiant.es en psychologie	6 rencontres hebdomadaires de 1h30 Groupes : non précisé	- Principes de l'ACT
Mazurek Melnyk et al. (2014) <i>COPE intervention</i>	Adolescent.es âgé.es entre 14 et 17 ans (n = 16)	États-Unis - Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Infirmière formée à la méthode COPE	7 rencontres hebdomadaires de 50 minutes Groupes : 16 personnes	- Résolution de problèmes - Perception des inquiétudes - Stratégies adaptatives
McGeechan et al. (2018) <i>Stop, breathe</i>	Adolescent.es âgé.es entre 11 et 18 ans (n = 16)	Angleterre - Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Enseignant.es formés à la pleine conscience	10 rencontres hebdomadaires de 1h Groupes : groupe-classe	- Attention sur l'expérience immédiate
Metz et al. (2013) <i>Learning to Breathe</i>	Adolescent.es âgé.es en moyenne de 16 ans (n = 244)	États-Unis – Milieu favorisé	Enseignant.e formé.e à la méthode MSBR	16 rencontres de 15 à 25 minutes Groupes : groupe-classe	- Prise de conscience et acceptation - Compréhension des émotions - Techniques de pleine conscience - Non-jugement

Article	Population ciblée	Contexte national	Personnes qui implantent	Protocole de mise en place	Thèmes principaux
Mowatt Haugland et al. (2019) <i>Vaag et Cool Kids</i>	Adolescent.es âgé.es entre 12 et 16 ans (n = 313)	Norvège - Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Personnels du milieu scolaire formés aux programmes d'interventions	<i>Vaag</i> : 5 rencontres hebdomadaires de 45 à 90 minutes. <i>Cool Kids</i> : 10 rencontres hebdomadaires de 1h30 Groupes : 5-8 personnes	- Restructuration cognitive
Ruini et al. (2009) <i>Well-being Therapy</i>	Adolescent.es âgé.es en moyenne de 14 ans (n = 227)	Italie - Pas de précision sur le contexte socioéconomique	Psychologues	6 rencontres hebdomadaires de 2h Groupes : groupe-classe	- Identification et expression des émotions - Influence des émotions sur le comportement - Relation entre les pensées et les émotions - Contrôle de l'environnement - Relations interpersonnelles - Objectif de vie Acceptation de soi
Sheffield et al. (2006) <i>Cognitive-behavioral intervention</i>	Adolescent.es âgé.es en moyenne de 14 ans (n = 2479)	Australie - Représentation de plusieurs statuts socioéconomiques	Personnels du milieu scolaire	Universel : 8 rencontres hebdomadaires de 45 à 50 minutes Groupes : groupe-classe Indiquée : 8 rencontres hebdomadaires de 1h30 Groupes : 8-10 personnes	- Restructuration cognitive - Perception des inquiétudes - Croyances irrationnelles