

# **RAPPORT DE RECHERCHE**

**Les effets de la participation  
aux activités parascolaires  
culturelles et artistiques à  
l'école secondaire sur le  
développement des jeunes**

**ACLAM**



# Université du Québec à Trois-Rivières

## Rapport de recherche

### Titre

## Les effets de la participation aux activités parascolaires culturelles et artistiques à l'école secondaire sur le développement des jeunes

**Équipe de recherche** Jean-Marc Adjizian, Ph. D., et Jocelyn Garneau

**Rédaction** Jocelyn Garneau

**Révision** Jean-Marc Adjizian

**Graphisme et mise en forme** Émilie Chamberland

Recherche effectuée par l'Observatoire québécois du loisir



Novembre 2024

### Résumé

Ce rapport présente les résultats d'une étude sur les bienfaits réels et perçus de la participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques à l'école secondaire sur le développement personnel et social des jeunes. Réalisée en quatre étapes, cette étude avait pour but de recueillir un maximum d'informations et de données nouvelles à ce sujet.

Le travail a débuté par une recension des écrits au cours des dix dernières années. La deuxième étape a consisté à recueillir nos propres données quantitatives pour tenter de mesurer la corrélation entre certaines caractéristiques et compétences des jeunes et leur participation à des activités parascolaires. La troisième étape s'est traduite par des entretiens de groupe avec des jeunes de la 3e à la 5e secondaire pour avoir leurs points de vue. La dernière étape a été faite de discussions avec des adultes ayant pratiqué des activités parascolaires culturelles et artistiques à l'école secondaire pour savoir quelles retombées ces pratiques avaient eues sur leur vie professionnelle et personnelle.

Le rapport est divisé en sept sections. Les deux premières décrivent l'étude et le contexte dans lequel elle s'insère. Les quatre suivantes présentent les résultats de chacune des étapes. La dernière offre une synthèse des apprentissages et formule des recommandations.

# Table des matières

<b>1. Sommaire</b>	<b>5</b>
<b>2. Contexte de l'étude</b>	<b>7</b>
Cadre de recherche	7
Problème de recherche	8
Objectif général de l'étude	9
Méthodologie	9
Outils de collecte et recrutement des participants	10
Échantillons	11
Éthique	12
Financement	13
Analyse des données	13
<b>3. Recension des écrits</b>	<b>14</b>
Recension rapide des écrits des années 2014 à 2023	14
Autres écrits recensés	20
Synthèse de la section	21
<b>4. Sondage auprès de jeunes dans la population générale du Québec</b>	<b>24</b>
Analyses corrélationnelles de l'échantillon complet	25
Analyses corrélationnelles du groupe des Artistiques seulement	27
Analyses comparatives des quatre groupes de répondants	27
Quelques données descriptives supplémentaires	29
Synthèse de la section	30
<b>5. Entretiens de groupe avec des jeunes participants du RVPQ Secondaire en spectacle 2024</b>	<b>31</b>
Thème 1 : Les bienfaits immédiats	32
Thème 2 : L'acquisition de traits, d'attitudes et de compétences utiles à l'accomplissement de projets et au travail	35
Thème 3 : La découverte de soi	38
Thème 4 : Compétences interpersonnelles et sociales	39
Thème 5 : Rencontrer des gens comme soi et se faire des amis	40
Thème 6 : L'élargissement de son monde	41
Synthèse de la section	42

<b>6. Entretiens individuels avec d'anciens pratiquants d'activités parascolaires culturelles</b>	<b>43</b>
Thème 1 : Les bienfaits immédiats qui perdurent dans la vie d'adulte	44
Thème 2 : Les compétences transversales, spécifiques et le savoir-être utile dans la vie d'adulte	49
Thème 3 : Les effets néfastes de la participation parascolaire artistique	54
Synthèse de la section	56
<b>7. Discussion, recommandations et conclusion</b>	<b>58</b>
Synthèse des apprentissages	58
Conclusion	60
<b>Appendice A – Formules de mots clés utilisés pour sonder les bases de données scientifiques</b>	<b>62</b>
<b>Appendice B – Outils de collecte de données</b>	<b>63</b>
Questionnaire pour la collecte de données quantitatives	63
Guide d'entretien semi-dirigé pour les entretiens de groupe avec les adolescents	71
Guide d'entretien semi-dirigé pour les entretiens individuels avec les adultes	73
<b>Appendice C – Bibliographie commentée de la recension rapide des écrits</b>	<b>75</b>
<b>Références utilisées dans le texte</b>	<b>88</b>

# 1. Sommaire

Ce rapport de recherche présente les résultats d'une étude réalisée en 2023 et 2024, qui avait pour objet les bienfaits de la participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques à l'école secondaire sur le développement personnel et social des jeunes. Elle a été réalisée par une équipe de chercheurs de l'Université du Québec à Trois-Rivières à la demande d'ACLAM, organisation responsable des programmes Secondaire en spectacle et Improvincial. L'étude a été soutenue financièrement par le programme de subventions MITACS — Accélération et sa réalisation a été approuvée par le Comité éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Quatre méthodes ont permis de recueillir les données qui ont servi à en tirer des conclusions : une recension des écrits, un sondage auprès des jeunes et de leurs parents, des entretiens de groupe avec des jeunes et des entretiens individuels avec des adultes.

Les résultats montrent d'abord que les jeunes bénéficient de leur participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques parce que celles-ci leur apportent de nombreux bienfaits immédiats comme le plaisir, le divertissement, le sentiment de bien-être, la reconnaissance des pairs, la confiance en soi, le répit, la motivation scolaire, l'élargissement de leur vision du monde, l'obtention de meilleurs résultats à l'école, la découverte de leur identité et de leurs capacités, le sentiment de liberté, l'expérience de moments mémorables et le fait de vivre plus d'émotions positives au quotidien comme la fierté, l'enthousiasme et l'optimisme.

Les résultats montrent ensuite que les jeunes qui pratiquent des activités parascolaires artistiques ont moins de comportements jugés indésirables pour leur développement et pour la société. Ils ont moins de comportements problématiques, commettent moins d'actes d'intimidation envers leurs pairs, consomment moins d'alcool avant l'âge de 18 ans, et adoptent davantage de comportements coopératifs et prosociaux.

Les différentes collectes de données révèlent une panoplie de bienfaits, principalement sous forme d'acquisition de compétences jugées utiles pour la vie en société et pour la vie professionnelle à l'âge adulte. Parmi les plus marquées, on retrouve la gestion du stress en situation de haute performance, l'ambition et les attentes scolaires, l'exploration vocationnelle, les compétences sociales et de communication publique et interpersonnelle, la capacité d'identifier et d'exprimer ses émotions, l'adaptabilité, l'éthique de travail (organisation de son temps, autonomie et persévérance), le leadership et le sens de la responsabilité, la capacité d'assumer une saine prise de risques, le réflexe de participation dans son milieu, la gestion de projets ainsi que l'imagination et la créativité.

L'étude révèle aussi que la participation à des activités parascolaires artistiques est considérée par ceux et celles qui s'y adonnent comme un tremplin de possibilités pour le reste de leur vie, qu'il s'agisse d'occasions de voyager pour présenter un art, de découvrir d'autres cultures, de décrocher un emploi ou de s'investir dans des causes qui leur tiennent à cœur.

Mais ce que l'étude révèle au premier plan, c'est à quel point les activités parascolaires culturelles et artistiques permettent à ceux et celles qui les pratiquent de nouer des relations sociales, de rencontrer des gens comme eux et comme elles, et de se faire des amis qui parfois le restent pour la vie entière.

La plupart des bienfaits et des compétences acquises par la participation à des activités parascolaires à l'école secondaire s'insèrent dans un modèle de développement positif de l'adolescent mis de l'avant par Lerner et ses collègues en 2005. Ce modèle présente cinq dimensions importantes du développement positif des adolescents (les 5 C) : compétence, confiance, caractère, connection (sociabilité) et caring (bienveillance). Les activités parascolaires artistiques semblent contribuer au développement positif des jeunes, en plus de favoriser leur bien-être durant l'adolescence, de les motiver à aller à l'école et d'améliorer leurs résultats scolaires.

Les résultats présentés dans ce rapport ne peuvent pas être considérés comme exhaustifs. Le rapport rassemble toutefois l'information disponible à ce jour sur les bienfaits et avantages de la participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques sur le développement et la vie des jeunes. Toutefois, l'étude ne démontre pas de relations de cause à effet entre la pratique parascolaire artistique et les bienfaits et avantages décrits, ce que les ressources disponibles ne nous permettaient pas de faire. Les conclusions de l'étude permettent néanmoins de formuler des hypothèses sur ces relations, que de nombreuses personnes rencontrées sont venues appuyer par leurs expériences et leurs propos.

---

## Jocelyn Garneau

candidat au doctorat  
Chercheur principal du projet  
Département d'études en loisir, culture et tourisme – UQTR

---

## Jean-Marc Adjizian

Ph. D., professeur  
Superviseur de projet  
Département d'études en loisir, culture et tourisme – UQTR

## 2. Contexte de l'étude



À l'automne 2023, l'organisme ACLAM — Pour des écoles expressives, organisation derrière les programmes Secondaire en spectacle et Improvincial, a approché notre équipe de recherche pour réaliser une étude visant à rassembler des preuves scientifiques des bienfaits de la participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques à l'école secondaire.

Notre équipe, affiliée au Département d'études en loisir, culture et tourisme de l'Université du Québec à Trois-Rivières, est constituée de deux chercheurs, soit le professeur Jean-Marc Adjizian, Ph. D., et le candidat au doctorat Jocelyn Garneau.

Outre les objectifs de recherche que l'on retrouve plus loin dans ce rapport, ACLAM visait aussi à concevoir un outil facilement accessible dans toute la province pour faire la promotion des bienfaits de la pratique parascolaire d'activités culturelles et artistiques sur le développement des jeunes. Autrement, l'objectif général de l'étude était de rassembler autant d'informations que possible sur les bienfaits en question, et ce, provenant de sources scientifiques ou d'une méthode systématique de production de connaissances.

### Cadre de recherche

L'étude qui a été réalisée s'ancre dans le modèle du développement positif des jeunes<sup>1</sup> de Lerner et al. (2005). Ce modèle a été conçu à l'encontre d'une perspective qui considère l'adolescence comme une période de la vie problématique, à travers laquelle l'adolescent risque de développer des problèmes personnels, voire des pathologies, et de devenir nuisible à la société. L'approche du développement positif de Lerner et al. (2005) fait plutôt ressortir la plasticité de l'humain, qui le rend capable de changement de comportements, surtout durant les phases de son développement que sont l'enfance et l'adolescence.

Pour ces chercheurs, l'adolescence n'est donc pas une phase problématique du parcours de vie, mais plutôt une période offrant la possibilité de mettre à profit la plasticité de l'humain pour développer des comportements valorisés et utiles socialement (Lerner, Almerigi, et al., 2005). Les auteurs ont identifié cinq dimensions du développement positif des jeunes, résumées par cinq mots en anglais (les 5 C) : *competence*, *confidence*, *character*, *connection* et *caring*. Traduits en français, ce sont la compétence, la confiance, le caractère, la sociabilité et la bienveillance. Selon divers auteurs, l'adolescent qui incarne ces cinq dimensions et qui a des comportements en fonction de ces cinq dimensions contribue à son propre développement ainsi qu'au développement de sa communauté et de la société (Lerner, Lerner, et al., 2005).

La dimension « compétence » inclut le développement d'habiletés et d'outils pour faire face à plusieurs situations survenant dans la vie en société. Elle inclut des habiletés interpersonnelles comme la capacité de résoudre des conflits, des habiletés cognitives comme la prise de décision, des compétences scolaires démontrées par l'obtention de notes élevées à l'école, et des compétences vocationnelles, soit des habiletés techniques et professionnelles qui peuvent être remobilisées dans certains corps de métier, par exemple des habiletés en mécanique ou en travail d'équipe (Lerner, Lerner, et al., 2005).

La dimension « confiance » correspond à la confiance en soi et en ses capacités, se rapportant finalement au concept de sentiment d'auto-efficacité de Bandura (1986), soit le sentiment qu'on est personnellement capable d'accomplir quelque chose.

La dimension « caractère » correspond à l'apprentissage des normes sociales de comportement ainsi qu'au respect de ces normes (Lerner, Lerner, et al., 2005). Cette dimension comprend aussi l'apprentissage de ce qu'est le « bien » et le « mal », donc le développement d'une moralité et du sens de l'intégrité. Autrement dit, la dimension caractère correspond au développement d'une boussole comportementale utile à la vie en société.

La dimension « sociabilité » correspond au développement de relations interpersonnelles avec la famille, les amis et des adultes significatifs, et de liens sociaux avec des organisations et des institutions de la société (Lerner, Lerner, et al., 2005). En se liant à la société au moyen de liens interpersonnels et sociaux, l'individu bâtit des ponts qui lui permettront d'être un membre utile à la fois dans la vie des autres et dans l'ensemble de la société, mais aussi un réseau de soutien en cas de besoin.

Finalement, la dimension « bienveillance » correspond au développement de la compassion et de la capacité d'exprimer de la sympathie et de l'empathie pour les autres (Lerner, Lerner, et al., 2005).

## Problème de recherche

La littérature scientifique appuie déjà par de nombreux écrits l'hypothèse selon laquelle la participation aux activités parascolaires procure de nombreux bienfaits aux jeunes qui s'y adonnent (Feldman & Matjasko, 2005). Les études relevées révèlent que les élèves qui participent à des activités parascolaires développent des compétences scolaires (Lerner, Lerner, et al., 2005). Ils auraient de meilleurs résultats scolaires (Eccles & Barber, 1999), démontreraient une volonté de poursuivre leurs études au-delà de l'école secondaire (Perry-Burney & Takyi, 2002), effectueraient un plus grand nombre d'années d'études (Barber et al., 2001), auraient une meilleure attitude envers l'école (Marsh & Kleitman, 2003), éviteraient davantage de décrocher (Mahoney & Cairns, 1997) et d'adopter des comportements problématiques à l'école (Schmidt, 2003), assisteraient davantage à leurs cours (Zaff et al., 2003) et développeraient un fort sentiment d'appartenance à leur école (Fredricks & Eccles, 2005).

De nombreux avantages auraient aussi trait au développement personnel et social des jeunes. Plusieurs chercheurs ont formulé des réflexions en ce sens, affirmant notamment que la participation aux activités parascolaires permet l'acquisition de nouvelles connaissances (Aliu & Aigbavboa, 2023), améliore la conscience culturelle des jeunes (Akinrinmade & Ayeni, 2017), donne une raison d'être aux jeunes (Marsh, 1992), permet de développer des aptitudes sociales, motrices, émotionnelles et cognitives de base (Hansen et al., 2003), développe le sens de l'initiative (Hansen et al., 2003), contribue à l'élargissement du réseau social et du capital social des jeunes (Broh, 2002), développe l'estime de soi (Barber et al., 2001), permet au jeune de découvrir son identité personnelle en dehors de sa famille (Hansen et al., 2003) et de modifier son système de valeurs et de normes en fonction de qui il est en dehors de sa famille (Valentine et al., 2002), enfin sert à développer des amitiés durables et des relations significatives avec des pairs et des adultes de l'école (Broh, 2002; Smith, 2003).

Toutefois, les écrits portant spécifiquement sur les bienfaits de la participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques sont moins nombreux. Les études réalisées précédemment ne font souvent pas la distinction entre les différents types d'activités parascolaires (Feldman & Matjasko, 2005, 2012). Les études antérieures



se sont surtout penchées sur les activités parascolaires sportives ou de nature scolaire (Feldman & Matjasko, 2005), laissant ainsi pour compte les activités culturelles et artistiques. Par conséquent, les bienfaits soulignés dans la littérature risquent davantage d'être reliés au sport et à des activités de perfectionnement scolaire. Il semble ainsi important de contribuer à l'effort de produire des connaissances spécifiques sur les effets de la participation aux activités parascolaires culturelles et artistiques.

## Objectif général de l'étude

L'étude avait pour objectif général de mieux connaître et comprendre les effets positifs de la participation aux activités parascolaires culturelles et artistiques sur le développement des jeunes fréquentant l'école secondaire.

## Méthodologie

Pour atteindre cet objectif, l'équipe de recherche a eu recours à une méthodologie mixte. Elle s'est appuyée à la fois sur diverses recensions des écrits avant 2013, sur une recension rapide des écrits de 2013 à 2024, sur une collecte de données primaires quantitatives et sur une collecte de données primaires qualitatives. Chaque étape de cette collecte de données répondait à un objectif différent :

- La recension des écrits avait pour but de faire une synthèse des connaissances actuellement publiées dans la littérature scientifique sur le sujet. Beaucoup d'informations, quoique disparates et éparpillées, était déjà disponible sur les bienfaits de la participation aux activités parascolaires culturelles et artistiques à l'école, mais peu d'efforts avaient été faits pour la rassembler en un seul endroit. La collecte de l'équipe de recherche s'appuierait ainsi sur diverses recensions des écrits effectuées avant 2013, puis sur sa propre recension rapide des écrits de 2013 à 2023, ce qui ne semblait pas avoir été fait auparavant.
- La collecte de données quantitatives avait pour objectif spécifique de répondre aux propres questions de l'équipe de recherche sur les effets positifs de la participation aux activités parascolaires culturelles et artistiques à l'école secondaire. Après avoir effectué la recension de littérature, l'équipe de recherche est restée sur sa faim quant à certaines questions cherchant à déterminer s'il existe un lien entre certaines caractéristiques personnelles et certaines compétences et la pratique d'activités parascolaires culturelles et artistiques. La littérature et des expériences de terrain l'ont amenée à formuler certaines hypothèses d'association qu'elle a par la suite tenté de vérifier empiriquement.
- Finalement, la collecte de données qualitatives s'est répartie en deux phases. La première a consisté à recueillir des données auprès de jeunes pratiquant des activités parascolaires culturelles et artistiques qui fréquentaient l'école secondaire. L'objectif de cette phase était de connaître leurs points de vue sur les avantages de leur participation. Dans un deuxième temps, l'équipe de recherche a rencontré des adultes ayant participé à des activités parascolaires culturelles et artistiques à l'école secondaire. Ces adultes ont aidé l'équipe de recherche à comprendre les effets perçus de cette pratique sur la vie professionnelle et personnelle plusieurs années après la fin de l'école secondaire.

La collecte des données a permis de recueillir une quantité considérable d'informations sur le sujet de recherche. En croisant les résultats des différentes approches, l'équipe de recherche a été capable de faire des constats qui résument l'état actuel des connaissances sur le sujet de recherche, en plus de contribuer à résoudre le problème de recherche exposé précédemment.

## Outils de collecte et recrutement des participants

L'équipe de recherche a dû déployer plusieurs outils de collecte de données, vu les différentes phases de la collecte.

- Pour la recension rapide des écrits, l'équipe de recherche a eu recours à la méthode de Dobbins (2017). Elle a ainsi cherché des documents pertinents dans des bases de données générales contenant des documents en sciences du loisir et en études du loisir (Academic Search Complete [EBSCO], Scopus, Sociological Abstracts, SPORTDiscus, Emerald Insight, SAGE Journals Online, Science Direct [Elsevier API], Taylor and Francis Online). Des bases de données en psychologie, en sciences de l'éducation et en médecine ont aussi été utilisées (Cain.info, PsycINFO, ERIC, Érudit et PubMed), pour un total de 13 bases de données.

La question qui a guidé la revue rapide était : quels sont les effets de la pratique d'activités culturelles parascolaires sur les adolescents qui fréquentent l'école secondaire (12-17 ans)? La recherche a été limitée par des filtres à des textes écrits en français ou en anglais, publiés entre 2014 et 2023 inclusivement, dans des revues avec processus de révision à l'aveugle par les pairs. Les formules de mots clés (en français et en anglais) utilisées pour sonder les bases de données sont disponible à l'appendice A.

- Pour la collecte de données quantitatives, l'équipe de recherche a conçu un questionnaire de 24 questions comportant 75 éléments qu'elle a déposé sur le web. Ce questionnaire est disponible à l'appendice B. Les questions portaient sur certaines caractéristiques sociodémographiques des jeunes et de leurs familles, ainsi que sur l'auto-évaluation des jeunes à propos de certains de leurs traits de personnalité, de certaines de leurs aptitudes ou de certaines de leurs compétences. Les échelles utilisées pour mesurer les compétences, les habiletés et les traits de caractère ont été tirées, lorsque possible, de la littérature pour obtenir des indices offrant une bonne cohérence interne. Le questionnaire a été distribué par l'intermédiaire d'une plateforme en ligne d'une firme de sondage (Léger Marketing — LEO).

Des parents avec enfants de 14 à 17 ans fréquentant actuellement l'école secondaire ont été sollicités par la plateforme de sondage. Ils ont répondu à quelques questions à propos d'eux et de leur ménage, puis ils étaient invités à demander à leur enfant le plus âgé de remplir le reste du sondage. La technique s'est révélée très efficace pour recueillir une grande quantité de réponses rapidement, mais pourrait causer certains problèmes de validité des réponses puisqu'aucune mesure n'a pu assurer l'équipe de recherche que les parents ont bien demandé à leur enfant de répondre aux questions. Ainsi, il existe un risque que certaines des réponses obtenues aient été données non par l'enfant lui-même, mais bien par le parent à sa place.

- La collecte de données qualitatives auprès des adolescents de 14 à 17 ans s'est effectuée en groupes de discussion de 2 à 14 jeunes. Les entretiens duraient entre 10 et 45 minutes selon nombre de jeunes du groupe et la générosité de leurs réponses. Le guide d'entretien est disponible à l'appendice B.

Les groupes de jeunes ont été recrutés lors d'un événement rassemblant des adolescents pratiquant des activités parascolaires culturelles et artistiques partout dans la province de Québec; il s'agit du rassemblement panquébécois Secondaire en spectacle qui s'est déroulé du 30 mai au 2 juin 2024 à Thetford Mines. La collecte de données a été effectuée le samedi 1er juin seulement, sur les deux lieux de l'événement. Précisons que cet événement était organisé par ACLAM, organisme partenaire qui a financé la présente recherche. Également, deux étudiants du premier cycle universitaire et deux étudiants du deuxième cycle ont été sollicités pour réaliser des entretiens dans le cadre de cette phase.

- La collecte de données qualitatives auprès des adultes s'est effectuée de juillet à septembre 2024. Elle a été réalisée à l'aide d'un guide d'entretien semi-dirigé qui peut être consulté au besoin à l'appendice B. Comme des individus de partout au Québec avaient été recrutés, les entretiens ont eu lieu en ligne via la plateforme Zoom. Les entretiens étaient individuels et duraient de 20 à 65 minutes, selon la générosité des réponses des participants.

Pour être admissibles à la participation à cette phase, les personnes devaient être âgés de 18 ans ou plus, faire partie d'un corps d'emploi spécifique et avoir pratiqué des activités parascolaires culturelles et artistiques pendant au moins trois ans durant leur passage à l'école secondaire. Le recrutement s'est effectué grâce à une combinaison de méthodes, mais essentiellement par réseaux. Des messages ont été publiés sur les réseaux sociaux par les membres de l'équipe de recherche et du comité consultatif d'ACLAM. Le bouche-à-oreille a aussi servi au recrutement. Enfin, l'équipe de recherche demandait aux participants aux entretiens de lui recommander d'autres personnes ayant les profils recherchés pour participer aux entretiens, mais cette méthode n'a pas porté fruit.

## Échantillons

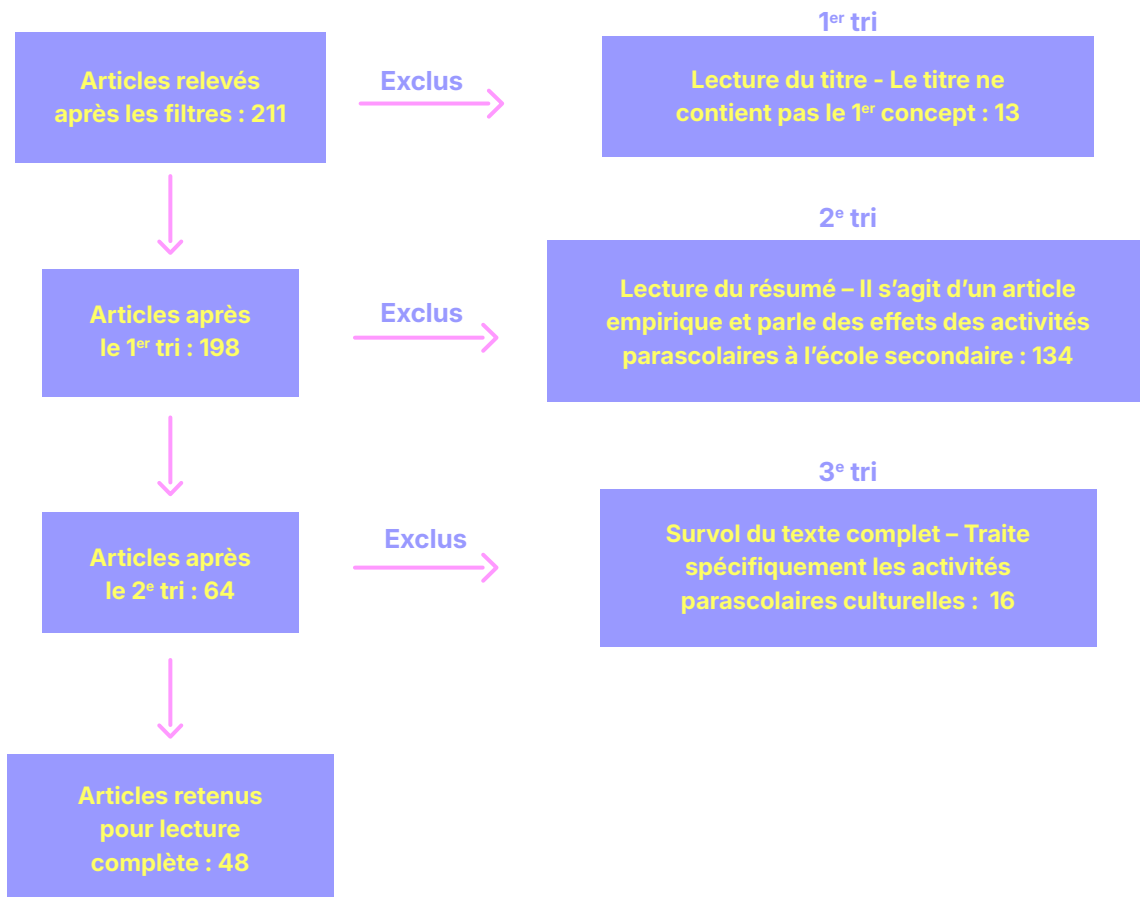
Pour chaque phase de la collecte des données, des échantillons ont été constitués.

- Au chapitre de la recension rapide des écrits, trois étapes de tri des articles relevés à l'aide des mots clés et après l'application des filtres ont permis de retenir 48 articles pertinents à l'étude et à la question posée. Le Tableau 1 et la Figure 1 illustrent le processus d'élimination des articles impertinents relevés dans les bases de données.

TABLEAU 1 – ARTICLES RELEVÉS DANS CHAQUE BASE DE DONNÉES APRÈS LE TRI PAR LES FILTRES		
Base de données	Écrits relevés après l'application des filtres	Doublons d'un article traité dans une base différente
Academic Search Complete	51	0
Scopus	81	52
Sociological Abstracts	25	19
SPORTDiscus	5	5
Emerald Insight	20	0
SAGE Journals	18	5
Science Direct	44	21
Taylor and Francis Online	48	14
Cairn.info	7	0
PsychINFO	49	43
ERIC	41	23
Érudit	4	2
PubMed	38	36
<b>Total</b>	<b>431</b>	<b>220</b>

**NOMBRE TOTAL D'ARTICLES À TRAITER : 211**

**FIGURE 1 – PROCESSUS DE TRI DES ARTICLES DANS LA RECENSION RAPIDE DES ÉCRITS**



- Pour la collecte quantitative de données, au total 441 réponses ont été obtenues. Pour pouvoir faire des comparaisons intergroupes, un quota de 110 jeunes par groupe a été fixé en collaboration avec la firme de sondages. Les réponses de 110 jeunes pratiquant des activités parascolaires à la fois sportives et artistiques, de 110 jeunes pratiquant uniquement des activités parascolaires sportives, de 111 jeunes pratiquant uniquement des activités parascolaires artistiques et de 110 jeunes ne pratiquant aucune de ces deux formes d'activités parascolaires ont été recueillies.

Il a fallu deux périodes de collecte différentes pour arriver à obtenir ce nombre de répondants dans chacun des groupes, la première phase de collecte au mois d'avril 2024 n'ayant permis de recueillir que 71 réponses dans le groupe pratiquant des activités artistiques seulement. Les réponses de 40 jeunes supplémentaires dans ce groupe ont été recueillies dans un second temps, au mois de juin 2024.

- Pour la collecte de données qualitatives auprès des jeunes adolescents, un total de 14 groupes et de 70 jeunes ont été rencontrés.
- Finalement, les données qualitatives auprès des adultes ont été collectées auprès de 11 participants.

## Éthique

L'étude a été évaluée initialement par le Comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Le comité a approuvé l'étude le 26 février 2024 et lui a décerné le certificat numéro CER-24-306-0713.

## Financement

L'étude était soutenue financièrement par l'organisme ACLAM, partenaire de la recherche, et par le programme fédéral d'aide à la recherche Mitacs Accélération. Le numéro de référence de la demande effectuée auprès du programme Mitacs Accélération est IT36380.

## Analyse des données

En ce qui a trait aux textes relevés dans la recension rapide des écrits, les documents ont été lus par un des chercheurs de l'équipe de recherche. Les textes ont ensuite été lus et analysés en suivant les recommandations du document de Dobbins (2017) s'appliquant à cette méthode de recension.

Les données quantitatives ont quant à elles été analysées grâce au logiciel statistique SPSS version 29. Des calculs de statistiques inférentielles paramétriques et non paramétriques ont été réalisés pour analyser les données. Souvent, les deux types de tests ont été faits en parallèle puisque les tests paramétriques sont les plus robustes, mais peuvent parfois être imprécis quand les conditions de base pour les réaliser ne sont pas respectées, ce qui augmente le risque de commettre une erreur de Type I. Ainsi, les résultats ont également été interprétés à l'aide des résultats de tests non-paramétriques. L'ensemble des tests a été réalisé en suivant les recommandations d'Adams et McGuire (2023).

Finalement, les données qualitatives recueillies par entretiens de groupe ou entretiens individuels ont fait l'objet d'un traitement dans le logiciel NVivo, version 14. Les données ont été traitées selon la technique d'analyse inductive générale de Blais et Martineau (2006).

# 3. Recension des écrits



Cette section présente les résultats de la recension rapide des écrits pour les années 2014 à 2023, ainsi que les résultats d'une recherche de documents antérieurs à 2014 à propos des effets de la participation à des activités parascolaires artistiques et culturelles à l'école secondaire. Les résultats sont présentés d'abord en détail, suivis d'une synthèse générale des apprentissages pour chacune des sections.

Il est important de noter ce que représente la terminologie utilisée dans cette section. L'expression « participation parascolaire artistique » englobe la pratique d'activités parascolaires artistiques et culturelles de la part des jeunes. L'expression « participation parascolaire non sportive » inclut la pratique d'activités artistiques, mais aussi d'autres types d'activités comme des activités socioculturelles comme le conseil étudiant, du bénévolat ou des activités parascolaires « académiques » (ex. club d'espagnol). Cette catégorie exclut toutefois les activités parascolaires sportives et de mise en forme. L'expression « participation parascolaire générale » représente la pratique d'activités parascolaires de tous les types confondus, incluant des arts, certes, mais également des sports et/ou de l'activité physique. Cette distinction a été utilisée puisque l'un des objectifs de notre étude est de distinguer les bienfaits de la participation à des activités parascolaires artistiques des bienfaits du sport parascolaire, qui sont sur-représentés déjà dans la littérature sur la participation parascolaire.

## Recension rapide des écrits des années 2014 à 2023

Quarante-huit textes ont été retenus dans le cadre de la revue rapide de littérature. Chaque texte fournit des réponses à ses propres questions. L'équipe de recherche a tenté de regrouper les textes selon la nature des questions auxquelles les auteurs ont tenté de répondre. Par conséquent, cette section se divise en trois. La première sous-section traite de questions relatives au lien entre la participation à des activités parascolaires et la réussite scolaire. La deuxième sous-section rassemble des textes d'auteurs qui tentent de déterminer les retombées positives de la participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques sur le développement personnel et social des jeunes, et sur le développement d'attitudes et de compétences socialement utiles. La dernière sous-section contient les textes qui tentent plutôt de démontrer que la participation parascolaire atténue des comportements néfastes que peuvent avoir les adolescents, menaçant leur bon développement et leur intégration à la société. Les résultats sont présentés sous forme de tableaux synthèse. Pour un résumé plus approfondi de chacun des textes relevés, il est possible de consulter la bibliographie commentée à l'appendice C.

## THÈME 1 : RÉUSSITE SCOLAIRE ET AUTRES BIENFAITS ASSOCIÉS À L'ÉCOLE

Bienfaits / Impacts	Références
L'étude montre que la <b>participation parascolaire artistique</b> est corrélée positivement aux <b>résultats scolaires en langue maternelle</b> , mais pas en mathématiques, où aucune différence significative n'est détectée dans l'échantillon.	Abizada et al. (2020)
Selon cette étude, il existe une corrélation positive entre la <b>participation parascolaire artistique</b> et la <b>performance scolaire</b> , ainsi qu'entre la <b>participation parascolaire aux activités culturelles</b> et les <b>attentes scolaires</b> .	Behtoui (2019)
L'étude démontre d'une part que, contrairement aux attentes, la <b>participation parascolaire générale</b> (dont des arts) est corrélée positivement au <b>désengagement scolaire</b> . L'étude semble aussi indiquer que la <b>participation parascolaire</b> semble toutefois protéger <b>des effets négatifs qu'ont les pairs déviants sur le désengagement scolaire</b> .	Brossard et al. (2014)
L'étude démontre qu'il existe une relation de cause à effet positive de la <b>participation parascolaire générale</b> sur les <b>habiletés scolaires</b> (lecture, mathématiques et connaissances générales). L'étude semble également soutenir l'hypothèse selon laquelle la <b>participation parascolaire générale</b> n'a pas d'effet sur le <b>développement de compétences socioémotionnelles</b> , sinon un effet négatif léger.	Carbonaro & Maloney (2019)
L'étude tend à démontrer que l' <b>étendue de la participation parascolaire générale</b> a un impact positif modeste sur les <b>résultats en mathématiques et en français</b> . La <b>pratique du théâtre</b> aurait un impact positif minime sur les <b>résultats en français</b> , et la <b>pratique de la musique</b> un impact positif minime sur les <b>résultats en français et en mathématiques</b> . La <b>participation parascolaire générale</b> aurait aussi un effet positif sur la <b>capacité des jeunes de développer et maintenir des relations interpersonnelles positives</b> , et sur leur <b>capacité à régler des problèmes</b> .	Coulangeon (2018)
L'étude tend à démontrer deux relations : une relation de cause à effet positive de l' <b>étendue de la participation parascolaire générale</b> sur l' <b>accomplissement scolaire huit ans après la fin de l'école secondaire</b> , et une corrélation positive entre l' <b>étendue de la participation parascolaire générale</b> et le <b>temps consacré aux devoirs</b> .	Haghighat & Knifsend (2019)
L'étude tend à démontrer que la <b>participation parascolaire aux arts, aux clubs sociaux et au bénévolat</b> est corrélée positivement aux <b>résultats scolaires</b> . La <b>participation parascolaire artistique</b> semble être le type de PP le plus associé aux bons <b>résultats scolaires</b> dans l'étude.	Himelfarb et al. (2014)
Cette étude soutient qu'il existe une corrélation positive entre la <b>participation parascolaire artistique</b> et les <b>résultats scolaires</b> , même si cette association est faible.	Kravchenko & Nygård (2023)
L'étude ne réussit pas à démontrer qu'il existe une corrélation entre la <b>participation parascolaire artistique</b> et deux autres variables : les <b>résultats en mathématiques</b> et la <b>diplomation d'un collège après un programme de quatre ans</b> .	Morris (2016)
L'étude tend à démontrer une relation de cause à effet positive entre la <b>participation parascolaire générale</b> et les <b>attentes scolaires</b> des adolescents. Cette augmentation des attentes aurait ensuite un effet réel sur le niveau d'éducation atteint au bout de parcours scolaire.	Morris (2016)

## Bienfaits / Impacts

## Références

Cette étude soutient qu'il n'existe pas de lien, dans le contexte social chinois de haute performance, entre la **participation parascolaire générale** et les **résultats scolaires**.

Tan et al. (2022)

Les résultats de White et al. soutiennent l'hypothèse selon laquelle il existe une faible corrélation positive entre la **participation parascolaire générale** et le fait de **diplômer de l'école secondaire**.

White et al. (2018)

## THÈME 2 : DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL ET DE COMPÉTENCES UTILES

## Bienfaits / Impacts

## Références

Les résultats de l'étude lient la **participation parascolaire générale** à quatre dimensions du développement personnel positif des jeunes, sauf chez les 16-17 ans et chez les élèves de 11<sup>e</sup> année : l'**optimiste**, l'**espoir**, le **sentiment d'autoefficacité** et le **sentiment de cohérence**.

Balaguer et al. (2020)

Elle tend à montrer que la **participation parascolaire générale** a un effet positif sur l'**exploration vocationnelle**, et que l'**exploration vocationnelle** a un effet négatif sur l'**indécision au niveau du choix de carrière**.

Denault et al. (2019)

On précise que la **participation parascolaire artistique et socioculturelle** a un effet positif sur l'**exploration vocationnelle**, tout comme les activités parascolaires « académiques » (comme le bénévolat, par exemple).

Cette étude observe que les jeunes qui pratiquent à la fois **des activités parascolaires sportives et d'autres genres (incluant des arts)** obtiennent en moyenne des scores significativement plus élevés à cinq des sept échelles de développement utilisées : **empowerment, engagement dans l'apprentissage, valeurs positives, compétences sociales** et **identité positive**. L'étude semble aussi démontrer que ce groupe de jeunes obtient en moyenne des scores significativement plus élevés en ce qui concerne l'**engagement scolaire**. L'étude n'arrive pas à démontrer qu'il y a une différence significative de moyenne entre le groupe qui a une **participation parascolaire non sportive** (dont des activités artistiques) et les autres groupes.

Fornieris et al. (2015)

Cette étude soutient qu'il existe une corrélation positive, chez les garçons, entre la **participation parascolaire non sportive** mensuelle (incluant des arts) à l'école et hors de l'école et les **comportements prosociaux**. Toujours chez les garçons, la **participation parascolaire non-sportive** à l'école est associée négativement à l'**hyperactivité**, négativement à l'**échec d'un cours** et négativement à l'**essai de substances illicites** (cannabis, cigarette). Chez les garçons toujours, la **participation parascolaire non-sportive** est aussi associée positivement aux **résultats élevés aux tests cognitifs**. Chez les filles, la **participation aux parascolaire non-sportive** à l'école et hors de l'école est associée positivement à une **perception positive de son image de soi**.

Guèvremont et al. (2014)

Cette étude permet de soutenir l'hypothèse selon laquelle l'**intensité de la participation parascolaire non sportive** est liée positivement à l'**efficacité de gestion de l'adversité** un an plus tard.

Heaslip et al. (2021)

Les 6 000 (environ) réponses obtenues ne permettent pas de relever un profil particulier concernant les élèves qui possèdent une **participation parascolaire** artistique en ce qui a trait aux caractéristiques socio-psychologiques à l'étude.

Ivaniushina & Aleksandrov (2015)



Bienfaits / Impacts	Références
<p>Il existe une corrélation positive entre l'<b>intensité de la participation parascolaire</b> et les résultats obtenus à un test de fonctionnement cognitif fluide (FCF). L'étude montre aussi qu'il existe une corrélation négative entre les <b>scores au test de FCF</b> et le <b>temps passé devant un écran</b>.</p>	<p>Kirlic et al. (2021)</p>
<p>Martinez et al. tendent à démontrer que les élèves qui ont une <b>participation parascolaire générale</b> ont plus de chances de percevoir un haut <b>niveau de soutien par les autres élèves de leur école</b>, et ont plus de chances de vivre un plus haut <b>niveau de connectivité avec l'école</b>, ce qui indique des corrélations positives entre les variables.</p>	<p>Martinez et al. (2016)</p>
<p>L'étude tend à démontrer que la <b>participation parascolaire non sportive</b> est liée significativement à l'<b>obtention d'un diplôme d'études postsecondaires</b> chez les enfants vivant avec un handicap. L'étude tend aussi à démontrer une corrélation positive entre l'étendue de la <b>participation parascolaire générale</b> et la <b>diplomation postsecondaire</b> chez les élèves vivant avec un handicap.</p>	<p>Palmer et al. (2017)</p>
<p>L'étude indique que la <b>participation parascolaire culturelle</b> est positivement corrélée aux <b>comportements coopératifs</b> et aux <b>comportements prosociaux</b> deux ans plus tard. Ce groupe d'élèves ne semble pas montrer davantage ou moins de <b>comportements déviants</b> deux ans plus tard, et ne semble pas non plus avoir de meilleurs <b>résultats scolaires</b>.</p>	<p>Sauerwein et al. (2016)</p>
<p>Les résultats de cette étude ne montrent pas de signes d'une association significative entre l'intensité de la <b>participation parascolaire non sportive</b> et les trois variables étudiées chez les élèves hispanophones du Texas, soit le <b>sentiment d'appartenance à l'école</b>, les <b>comportements prosociaux</b> et les <b>comportements prosociaux des pairs</b>.</p>	<p>Villarreal &amp; Gonzalez (2016)</p>
<p>Les résultats de l'étude de Wachsmuth et al. montrent qu'une corrélation semble exister entre l'intensité de la <b>participation parascolaire générale</b> et la <b>compétence sociale</b>, et entre l'intensité de la <b>participation parascolaire générale</b> et l'<b>engagement scolaire</b>.</p>	<p>Wachsmuth et al. (2023)</p>

### THÈME 3 : ATTÉNUATION DE COMPORTEMENTS NÉGATIFS OU D'EFFETS NÉGATIFS DE FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX

Bienfaits / Impacts	Références
<p>Les résultats de l'étude ne sont pas significatifs en ce qui concerne la corrélation entre la <b>participation parascolaire artistique</b> et la <b>consommation de substances illicites</b>.</p>	<p>Adachi-Mejia et al. (2014)</p>
<p>Cette étude ne détecte pas de corrélation entre la <b>participation parascolaire non sportive</b> et le fait d'<b>être victime d'intimidation</b> chez les adolescents de 12 à 18 ans vivant avec un handicap.</p>	<p>Bills (2020a)</p>
<p>L'étude démontre qu'il n'existe pas de lien entre la <b>participation parascolaire non sportive</b> et les <b>effets négatifs de l'intimidation</b>, suggérant que la participation parascolaire autre que sportive n'est pas un facteur modérateur des effets négatifs de l'intimidation pour les personnes en situation de handicap.</p>	<p>Bills (2020b)</p>
<p>Cette étude tend à démontrer que chez les jeunes qui ont une faible maîtrise de soi, l'<b>étendue</b> et l'<b>intensité de la participation parascolaire générale</b> sont négativement corrélées aux <b>comportements délinquants</b>. Chez les jeunes qui ont une grande maîtrise de soi, la corrélation serait positive.</p>	<p>Brown et al. (2023)</p>

Cette étude soutient qu'il existe une corrélation positive entre la **participation parascolaire artistique** et, respectivement, la **déclaration de stress**, d'**anxiété**, et d'un **manque d'estime de soi**. L'étude soutient aussi qu'il existe une corrélation négative entre la **participation parascolaire artistique** et la déclaration de **comportements délinquants** comme des interactions conflictuelles avec les autorités, l'absentéisme en classe ou du vandalisme.

Driesens (2015)

Les résultats tendent à démontrer qu'il existe une association négative entre la **participation parascolaire artistique** en 5<sup>e</sup> année, et les **comportements perturbateurs** en 8<sup>e</sup> année (comportements problématiques, hyperactivité, inattention).

Fluharty et al. (2023)

Cette étude soutient l'existence d'une corrélation négative entre l'étendue de la **participation parascolaire générale** et la **consommation d'alcool**, autant chez les garçons que chez les filles. Chez les garçons, l'étendue de la **participation parascolaire générale** semble aussi avoir un effet modérateur sur les facteurs de risque de l'environnement social de l'adolescent.

Habib et al. (2014)

Les auteurs soutiennent qu'il existe un lien négatif chez les enfants et les adolescents vivant avec un handicap entre la **participation parascolaire générale** et le fait de **subir de l'intimidation**.

Haegele et al. (2020)

Cette étude soutient que l'intensité de la **participation parascolaire non sportive**, combinée à un faible niveau d'efficacité de gestion de l'adversité, est positivement reliée à la **prise de risque** chez les jeunes. Inversement, si le jeune possède un fort niveau d'efficacité de gestion de l'adversité, l'intensité de la **participation parascolaire non sportive** est négativement reliée à la prise de risque.

Heaslip &amp; Barber (2017)

L'étude tend à démontrer qu'être d'identité « latino » dans un État où les populations latinos ne sont pas traditionnellement établies, et **pratiquer des activités parascolaires artistiques et socioculturelles** (*humanities*) est corrélé positivement à **subir de l'intimidation**.

Lehman (2016)

Cette étude dévoile que la **participation à des cours de musique**, ainsi que la **participation extrascolaire non sportive**, sont corrélées positivement avec le fait de **subir de l'intimidation**. C'est aussi vrai si on regarde la participation extrascolaire non sportives chez les garçons uniquement

Lehman &amp; Dumais (2017)

Les résultats tendent à démontrer que la **participation parascolaire non sportive** est corrélée négativement avec les **comportements de beuverie** si l'adolescent a vécu sa puberté tôt.

Modecki et al. (2014)

Les auteurs ne réussissent pas à démontrer l'existence d'un lien entre la **participation parascolaire générale** et le fait de **vivre du harcèlement sexuel**, sauf en ce qui a trait aux activités non structurées en dehors de l'école

Mora et al. (2023)

Les résultats de cette étude soutiennent que la **participation parascolaire générale** est négativement corrélée aux **symptômes dépressifs** et à l'**anxiété**, et est positivement corrélée à la **satisfaction envers sa vie** et à l'**optimisme**. L'étude tend aussi à démontrer que la **participation parascolaire générale** est négativement corrélée au fait de **passer deux heures ou plus devant un écran un soir de semaine** où il y a de l'école.

Oberle et al. (2020)

Les résultats de l'étude tendent à démontrer que la **participation parascolaire non sportive** a un effet modérateur de la relation entre provenir d'une famille en situation financière difficile et les **comportements à risque** (comportements délinquants et comportements transgressifs). Les auteurs suggèrent que c'est parce que les activités non sportives placent les jeunes en relation avec des pairs qui ont moins de comportements à risque qu'ils en commettent eux-mêmes moins.

O'Donnell et al. (2023)

Les résultats révèlent que la **participation parascolaire artistique** est faiblement corrélée au fait que les jeunes soient **entourés de pairs qui n'ont pas de comportements déviants**. L'étude semble aussi montrer que la **participation parascolaire générale** est négativement corrélée au **niveau d'introversion**, réduisant les chances qu'un jeune déclare un haut taux d'introversion s'il pratique des activités parascolaires.

O'Flaherty et al. (2022)

Cette étude soutient qu'il existe une corrélation entre la **participation parascolaire sportive et non sportive** et les actes d'intimidation. L'étendue de la **participation parascolaire générale** semble donc être corrélée négativement avec les **comportements d'intimidation**.

Riese et al. (2015)

Les résultats tendent à démontrer que la **participation parascolaire générale** est négativement associée à la **consommation illicite d'opioïdes** chez les adolescents fréquentant l'école (36% moins de chances). Le lien est aussi vrai si on regarde uniquement la population blanche (38% moins de chances), et chez les populations latinos (47% moins de chances). Le lien n'est toutefois pas significatif chez les personnes noires.

Rigg &amp; Johnson (2022)

L'étude soutient qu'une **grande étendue de pratique parascolaire générale** est corrélée positivement avec la **détresse psychologique**.

Sabourin et al. (2023)

Les résultats de l'étude tendent à démontrer qu'en général, les groupes formés par la **participation parascolaire générale** ne sont ni plus ni moins **homophiles** que les groupes écoles en entier.

Schaefer et al. (2018)

L'étude soutient que la **participation parascolaire artistique** est corrélée positivement avec le fait de **subir de l'intimidation**, une augmentation des chances de 60% par rapport aux jeunes qui ne pratiquent aucune activité parascolaire.

Sheridan et al. (2022)

Sans égard au type d'activité, l'étude tend à démontrer que les décrocheurs scolaires sont en moyenne moins portés à avoir **pratiqué des activités parascolaires**. La principale conclusion de l'étude est que les activités parascolaires semblent protéger l'élève du décrochage durant les périodes où il pratique l'activité. Lorsque l'élève interrompt sa pratique, sa pratique antérieure ne semble pas avoir d'effet protecteur contre le **décrochage**.

Thouin et al. (2022)

Les résultats de cette étude soutiennent que la **participation parascolaire non sportive** n'est pas corrélée à la **perception des conséquences sociales négatives associées à son poids**, ni à l'**estime de son apparence**.

Valois et al. (2019)

Les résultats découlant de cette étude indiquent qu'il existe une association positive entre la **participation parascolaire générale** et la **perception du risque associé à fumer un paquet et plus de cigarettes par jour**.

Wiener et al. (2020)

## Autres écrits recensés

Pour présenter le projet de recherche au programme MITACS, qui a soutenu la présente étude, l'équipe de recherche a recensé des travaux pionniers s'intéressant aux bienfaits de la participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques. Ces travaux ont principalement été repérés dans des études de recension des écrits ayant été réalisées antérieurement à la revue rapide de littérature, soit Feldman et Matjasko (2005), Seow et Pan (2014), Lemmon (2019) ainsi que Aliu et Aigbavboa (2023). Bien que certaines études soient plus anciennes, leurs résultats sont toujours pertinents puisque le sujet au centre de tous ces travaux a fait l'objet de peu de changements au fil des années. La pratique d'activités parascolaires artistiques et culturelles est restée sensiblement la même depuis 40 ans. Seules les études où la question de recherche touche à des éléments culturels et sociaux ayant beaucoup évolué depuis 40 ans doivent être examinées avec prudence.

Le tableau est divisé en quatre sections pour faciliter la compréhension. Les trois premières présentent les mêmes thèmes que la revue rapide de littérature, soit la réussite scolaire et les autres bienfaits associés à l'école, le développement personnel et social, et la réduction de comportements indésirables ou d'effets nuisibles. La dernière contient un bienfait qu'on pouvait difficilement classer dans les trois autres sections.

### THÈME 1 : RÉUSSITE SCOLAIRE ET AUTRES BIENFAITS ASSOCIÉS À L'ÉCOLE

Bienfaits / Impacts	Références
Les élèves engagés avec une intensité faible, modérée ou forte dans des <b>activités parascolaires artistiques</b> ont en moyenne des <b>résultats scolaires</b> significativement supérieurs par comparaison avec les élèves aucunement engagés dans ce genre d'activités.	Cité dans Lemmon (2019), p.14 : •McNamara et al. (1985)
La <b>participation parascolaire artistique</b> serait associée positivement à la <b>fréquentation d'un collège</b> à l'âge de 21 ans.	Cités dans Lemmon (2019), p.3 : •Catteral et al. (2012) •Eccles & Barber (1999) •Rivera (2012)
La <b>participation parascolaire artistique</b> serait positivement corrélée à une plus grande <b>confiance en la réussite à l'école</b> .	Cités dans Lemmon (2019), p.14 : • Chan (2016)
La participation parascolaire en général est corrélée négativement aux comportements problématiques à l'école. De plus, la <b>participation parascolaire artistique</b> serait corrélée positivement aux <b>comportements édifiants</b> ( <i>uplifting behaviors</i> ).	Cités dans Lemmon (2019) : • Catteral et al. (2012) • Eccles & Barber (1999) • Rivera (2012)

### THÈME 2 : DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL ET DE COMPÉTENCES UTILES

Bienfaits / Impacts	Références
Il semble exister une corrélation positive entre la <b>participation parascolaire artistique</b> et les <b>visites chez le psychologue</b> et les <b>tentatives de suicide</b> . Toutefois, il semble aussi exister une corrélation positive entre la <b>participation parascolaire artistique</b> et l' <b>adaptation psychologique à l'âge adulte</b> .	Cité dans Feldman & Matjasko (2005), p.189 : • Barber et al. (2001)
La <b>participation parascolaire artistique</b> serait positivement corrélée aux <b>comportements sociaux et civils bénéfiques</b> .	Cités dans Lemmon (2019), p.3 : •Catteral et al. (2012) •Eccles & Barber (1999) •Rivera (2012)

### THÈME 3 : ATTÉNUATION DE COMPORTEMENTS NÉGATIFS OU D'EFFETS NÉGATIFS DE FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX

#### Bienfaits / Impacts

La **participation parascolaire artistique** serait négativement corrélée à certains **comportements à risque**, dont boire de l'alcool avant l'âge de 18 ans.

#### Références

Cité dans Lemmon (2019), p.3 :  
• Eccles & Barber (1999)

La **participation parascolaire artistique** semble être liée négativement à la **délinquance**. Cela dit, les auteurs ont relevé que les pairs et la culture partagée dans l'activité pratiquée semblent mieux prédire les comportements délinquants que la participation parascolaire artistique elle-même.

Cités dans Feldman & Matjasko (2005), p.190 :  
• Mahoney (2000)  
• Mahoney & Stattin (2000)  
• Zill et al. (1995)

### THÈME 4 : AUTRES BÉNÉFICES

#### Bienfaits / Impacts

Les participants aux activités artistiques auraient **priorité sur les autres candidats lorsqu'ils postulent un emploi**.

#### Références

Cités dans Lemmon (2019), p.3 :  
• Catteral et al. (2012)  
• Rivera (2012)

## Synthèse de la section

Ces deux revues de littérature ont permis de relever les associations entre la participation à des activités parascolaires artistiques et de nombreuses caractéristiques jugées positives dans le développement des adolescents. Cela dit, la plupart des études examinées ne permettent pas d'établir une relation de cause à effet entre les variables, c'est-à-dire qu'elles n'ont pas utilisé des méthodes de recherche permettant de démontrer que c'est la participation à des activités parascolaires artistiques qui cause les hauts taux des caractéristiques positives observées chez les participants. Elles permettent seulement de dire que lorsque les jeunes participent à des activités parascolaires artistiques, les chances sont meilleures que l'on relève de plus hauts taux des caractéristiques positives chez eux que dans d'autres groupes qui ne pratiquent pas ces activités. On peut ainsi penser que la cause est la participation parascolaire artistique, mais on ne peut l'affirmer scientifiquement, preuves empiriques à l'appui, dans la plupart des cas. Les études permettant de démontrer des relations de cause à effet étant plus coûteuses et techniquement plus complexes, elles sont moins fréquentes, malheureusement.

Il faut aussi noter que les corrélations ou l'effet des relations détectées sont assez faibles ou minimes. En d'autres mots, cela veut dire qu'un taux élevé de participation parascolaire artistique augmente seulement légèrement les chances de détecter des taux élevés des caractéristiques positives chez les pratiquants, et quand les taux sont plus élevés, c'est par une petite marge. Cela dit, toute chance d'augmenter le bien-être des adolescents, de faciliter leur développement positif et de les aider à passer à travers la période difficile qu'est l'adolescence doit être considérée comme importante. De plus, quand on regarde les mêmes associations par rapport à la participation parascolaire sportive ou à d'autres types d'activités, les associations et les marges ne sont pas plus fortes. Notons toutefois que plusieurs études, dont celle qui est présentée à la section suivante, montrent que la combinaison de participation à des activités parascolaires à la fois artistiques et sportives semble être le type de participation qui produit les plus fortes corrélations et les plus forts effets.

Néanmoins, les études qui traitent spécifiquement de la participation parascolaire artistique semblent démontrer que cette participation est corrélée à certaines caractéristiques positives pour le développement et l'épanouissement des adolescents. Voici ces caractéristiques :

- Des scores plus élevés dans les cours de la langue maternelle (Abizada et al., 2020);
- Des résultats scolaires plus élevés de façon générale en contexte scolaire nord-américain et européen (Behtoui, 2019; Himelfarb et al., 2014; Kravchenko & Nygård, 2023; McNamara, 1985);
- Des aspirations et des attentes scolaires plus élevées (Behtoui, 2019);
- De plus hauts niveaux de comportements coopératifs, édifiants et prosociaux, et moins de comportements délinquants (Feldman & Matjasko, 2005; Lemmon, 2019; Sauerwein et al., 2016);
- De plus faibles taux de comportements perturbateurs comme l'hyperactivité ou l'inattention en classe (Fluharty et al., 2023);
- Moins de déclarations d'avoir commis des actes d'intimidation envers d'autres jeunes (Riese et al., 2015);
- Moins de déclarations d'être entouré de pairs déviants (O'Flaherty et al., 2022);
- Fréquentation d'un collège à l'âge de 21 ans (Lemmon, 2019);
- Des scores plus élevés pour la confiance en soi scolaire (Chan, 2016);
- De meilleurs taux d'adaptation psychologique à l'âge adulte, soit une meilleure capacité à faire face à des situations de stress intense (Barber et al., 2001);
- Moins de déclarations de comportements de consommation d'alcool avant 18 ans (Eccles & Barber, 1999);
- Une meilleure considération de sa candidature lorsque le jeune postule un emploi (Lemmon, 2019).

Ensuite, si on examine les études qui ont observé les corrélations entre certains facteurs et la participation à des activités parascolaires non sportives (incluant certains arts), elles tendent à démontrer que cette participation est corrélée aux caractéristiques positives suivantes :

- De plus hauts niveaux de comportements prosociaux chez les garçons (Guèvremont et al., 2014);
- De plus bas niveaux d'hyperactivité chez les garçons (Guèvremont et al., 2014);
- Moins de déclarations d'échec d'un cours chez les garçons (Guèvremont et al., 2014);
- Moins de déclarations d'avoir expérimenté des substances illicites, soit le cannabis ou l'alcool (Guèvremont et al., 2014);
- De plus hauts résultats aux tests cognitifs chez les garçons (Guèvremont et al., 2014);
- Des niveaux plus élevés d'appréciation de son image de soi chez les filles (Guèvremont et al., 2014);
- Des niveaux plus élevés d'efficacité de gestion de l'adversité (Heaslip et al., 2021);
- Diplômation de l'école secondaire chez les personnes vivant avec un handicap (Palmer et al., 2017);
- De plus faibles taux d'interactions conflictuelles avec les figures d'autorité, d'absentéisme à l'école et de comportements délinquants comme le vandalisme (Driessens, 2015);
- De plus faibles taux de prise de risque chez les adolescents présentant un fort niveau d'efficacité de gestion de l'adversité (Heaslip & Barber, 2017);
- Moins de comportements délinquants et transgressifs chez les jeunes provenant de familles en situation financière difficile (O'Donnell et al., 2023).

Si on isole les études qui se sont intéressées de façon large à la participation parascolaire (incluant des activités aussi bien artistiques que sportives), cette participation est associée aux caractéristiques suivantes, jugées positives pour le développement et l'épanouissement des adolescents :

- Des taux moins élevés de désengagement scolaire quand le jeune est en contact avec des pairs déviants (Brossard et al., 2014);
- Diplômation de l'école secondaire (White et al., 2018);
- Des niveaux plus élevés d'optimisme, d'espoir en l'avenir, du sentiment d'autoefficacité, du sentiment de cohérence et de satisfaction envers la vie (Balaguer et al., 2020; Oberle et al., 2020);
- Des résultats plus élevés aux tests de fonctionnement cognitif fluide, qui mesurent notamment la capacité d'apprentissage, la capacité de résolution de problèmes, et la capacité de s'adapter à de nouvelles situations (Kirlic et al., 2021);
- Des niveaux plus élevés de perception de soutien par les pairs à l'école (Martinez et al., 2016);

- De plus hauts niveaux de sentiment d'appartenance à l'école (Martinez et al., 2016);
- De plus hauts taux de compétence sociale (Wachsmuth et al., 2023);
- De plus hauts niveaux d'engagement scolaire (Wachsmuth et al., 2023);
- De moins hauts niveaux de comportements délinquants chez les jeunes ayant une faible maîtrise de soi (Brown et al., 2023);
- De moins hauts taux de consommation d'alcool et de beuverie, et de consommation illicite d'opioïdes sauf chez les populations noires (Habib et al., 2014; Modecki et al., 2014; Rigg & Johnson, 2022);
- Moins de déclarations de passer deux heures ou plus devant un écran un soir de semaine où il y a de l'école (Oberle et al., 2020);
- De moins hauts niveaux d'introversion (O'Flaherty et al., 2022);
- Moins de décrochage scolaire pendant la période où l'activité parascolaire est pratiquée (Thouin et al., 2022)
- De plus hauts niveaux de perception des risques associés à la cigarette (Wiener et al., 2020).

Finalement, quelques études tendent à montrer des relations de cause à effet dans les matières suivantes :

- La participation parascolaire (tous types d'activités confondus, incluant les arts) aurait un effet positif sur les habiletés scolaires, soit les habiletés en lecture, en mathématiques et en connaissances générales (Carbonaro & Maloney, 2019);
- L'étendue de la participation parascolaire (tous types d'activités confondus, incluant les arts) aurait un effet légèrement positif sur les résultats en langue maternelle et en mathématiques (Coulangeon, 2018);
- L'étendue de la participation parascolaire (tous types d'activités confondus, incluant les arts) aurait un effet positif à la fois sur la réussite scolaire huit ans après la fin des études secondaires (mesuré par le plus haut diplôme obtenu), sur le temps consacré aux devoirs et sur la valeur accordée à l'éducation (Haghighat & Knifsend, 2019);
- L'étendue de la participation parascolaire (tous types d'activités confondus, incluant les arts) aurait un effet positif sur les attentes scolaires (O'Donnell et al., 2022);
- La participation parascolaire artistique aurait un effet positif sur l'exploration vocationnelle (perspective de différentes professions), ce qui a ensuite un effet négatif sur l'indécision au moment du choix de carrière (Denault et al., 2019).

Dans un esprit d'objectivité, il faut aussi mentionner quelques études qui perçoivent des associations entre la pratique d'activités parascolaires artistiques et des situations non désirables pour le développement des adolescents, quoique, encore une fois, la participation à des activités parascolaires artistiques ne soit pas nécessairement la cause de ces situations :

- La participation parascolaire artistique semble corrélée positivement au fait d'être victime d'intimidation (Lehman, 2016; Lehman & Dumais, 2017; Sheridan et al., 2022);
- L'intensité de la participation parascolaire non sportive, incluant certains arts, combinée à un faible taux d'efficacité de gestion de l'adversité, serait positivement corrélée à la prise de risque (Heaslip & Barber, 2017);
- La participation parascolaire artistique serait corrélée positivement aux visites chez le psychologue et au suicide (Barber et al., 2001).

## 4. Sondage auprès de jeunes dans la population générale du Québec



À la suite de la recension des écrits, l'équipe de recherche a fait le point sur les connaissances relevées. Nous en sommes venus à la conclusion qu'il manquait, dans la littérature scientifique, certains arguments pour soutenir des hypothèses sur les liens entre la participation à des activités parascolaires artistiques et des caractéristiques détectées chez les jeunes pratiquants. Nous avons donc élaboré une étude quantitative pour vérifier ces corrélations, nous basant sur des hypothèses issues de la théorie, certaines conclusions d'études antérieures, des rencontres avec de jeunes pratiquants et des expériences personnelles au fil de plusieurs années.

Nous avons obtenu des réponses concernant 441 jeunes Québécois de 14 à 17 ans. Dans un premier temps, nous présenterons les résultats des analyses des corrélations entre l'étendue et l'intensité de la participation parascolaire de ces jeunes, tous types d'activités parascolaires confondus. Dans un deuxième temps, nous présenterons les mêmes analyses, mais en ce qui a trait aux jeunes qui pratiquent des activités artistiques seulement. Dans un troisième temps, nous présenterons des comparaisons entre les quatre groupes de jeunes de l'échantillon. Pour faciliter la compréhension, nous avons donné des noms aux quatre groupes, que le Tableau 2 présente ci-après. Dans un dernier temps, nous examinerons quelques statistiques descriptives recueillies auprès des jeunes *Artistiques*. Nous voulions obtenir leur avis sur cinq bienfaits de leur participation à des activités parascolaires.

**TABLEAU 2 – LES GROUPES DE JEUNES DANS NOTRE ÉTUDE**

Description	Nombre de jeunes dans le groupe	Nom du groupe
Jeunes qui ne pratiquent pas d'activités parascolaires artistiques ou sportives	N = 110	Les Inactifs
Jeunes qui pratiquent des activités artistiques seulement	N = 111	Les Artistiques
Jeunes qui pratiquent des activités sportives seulement	N = 110	Les Sportifs
Jeunes qui pratiquent à la fois des activités parascolaires artistiques et des activités parascolaires sportives	N = 110	Les Versatiles



Pour les analyses corrélationnelles et les analyses comparatives des quatre groupes de répondants, 10 variables (ou indices) ont servi à mesurer des caractéristiques chez les jeunes. Le Tableau 3 les présente, avec des exemples d'items utilisés pour prendre les mesures. Les deux mesures de la participation parascolaire (étendue et intensité) sont aussi présentées.

**TABLEAU 3 – LES VARIABLES UTILISÉES DANS LES CALCULS**

Nom de la variable	Abréviation	Nombre d'items de mesure	Étendue du score possible
Étendue de la participation	ÉT_PART	1	0 à 5+ (choix de réponse)
Intensité de la participation	IN_PART	1	$x \geq 0$
Satisfaction envers la vie	SAT_VIE	5	$5 \leq x \leq 25$
Concept de soi général	SOI_GEN	3	$3 \leq x \leq 15$
Sens à sa vie	SENS_VIE	1	$1 \leq x \leq 5$
Émotions positives vécues	EMO_POS	6	$6 \leq x \leq 30$
Motivation scolaire	MOT_SCO	5	$5 \leq x \leq 25$
Relations avec les adultes à l'école	REL_ADU	8	$8 \leq x \leq 40$
Compétences sociales	COMP_SOC	6	$6 \leq x \leq 30$
Autoefficacité créative	EFF_CREA	3	$3 \leq x \leq 15$
Personnalité créative	PERS_CREA	8	$-8 \leq x \leq 8$
Consommation de produits culturels québécois	CON_QUEB	5	$5 \leq x \leq 25$

## Analyses corrélationnelles de l'échantillon complet

Pour les calculs qui suivent, deux mesures synthèses ont été employées : l'une pour l'étendue de la participation et l'autre pour l'intensité de la participation. Elles ont été obtenues en additionnant l'étendue de la participation aux activités artistiques à l'étendue de la participation sportive, et en additionnant l'intensité de la participation artistique à l'étendue de la participation sportive. Le Tableau 4 présente les résultats issus des calculs de corrélations bilatérales.

**TABEAU 4 – TABLE DES COEFFICIENTS DE CORRÉLATION DE SPEARMAN DE L'ÉCHANTILLON COMPLET (N = 441)<sup>2</sup>**

	ET_PART_SYNT	IN_PART_SYNT
<b>1. IN_PART_SYNT</b>	0,733***	---
<b>2. SAT_VIE</b>	0,103*	0,145**
<b>3. SOI_GEN</b>	0,048	0,096*
<b>4. SENS_VIE</b>	0,097*	0,130**
<b>5. EMO_POS</b>	0,159***	0,238***
<b>6. MOT_SCO</b>	0,0154**	0,238***
<b>7. REL_ADU</b>	0,066	0,109*
<b>8. COMP_SOC</b>	0,131**	0,161***
<b>9. EFF_CREA</b>	0,141**	0,143**
<b>10. PERS_CREA</b>	0,139**	0,154**
<b>11. CON_QUEB</b>	0,067	0,062

\* Corrélration bilatérale significative au niveau 0,05 >= Sig. > 0,01

\*\* Corrélration bilatérale significative au niveau 0,01 >= Sig. >= 0,001

\*\*\* Corrélration bilatérale significative au niveau Sig. > 0,001

Voici ce que cette analyse révèle à propos de la participation parascolaire en général, c'est-à-dire combinant la participation à la fois aux activités sportives et artistiques :

- Sans surprise, l'étendue de la participation parascolaire est fortement et positivement corrélée à l'intensité de la participation parascolaire.
- Les corrélations les plus fortes révélées par ces analyses se situent entre la participation parascolaire et les émotions positives, et entre la participation scolaire et la motivation scolaire.
- Des corrélations positives très faibles, quoique significatives, apparaissent entre la participation parascolaire et chacune des variables que sont la satisfaction envers sa vie, le sens à sa vie, les compétences sociales, l'autoefficacité créative et la personnalité créative.
- Il ne semble pas y avoir de corrélations entre la participation parascolaire et le concept de soi général, les relations positives avec les adultes de l'école et la consommation de produits culturels québécois.
- De façon générale, l'intensité de la participation parascolaire semble être une variable ayant une plus grande portée explicative que l'étendue de la participation parascolaire dans le contexte de mesure des présents indices, liés pour la plupart au bien-être des jeunes.
- Même si, pour ne pas alourdir le rapport, les données complètes ne sont pas présentées ici, le tableau complet des corrélations entre les indices permet de constater que ceux-ci sont souvent modérément ou fortement corrélés positivement les uns aux autres. C'est plausible, puisque la plupart des mesures s'appliquent en quelque sorte au bien-être des jeunes.

## Analyses corrélationnelles du groupe des Artistiques seulement

Voici maintenant les résultats uniquement pour les jeunes du groupe des Artistiques.

**TABIEAU 5 – TABLE DES COEFFICIENTS DE CORRÉLATION DE SPEARMAN DES ARTISTIQUES SEULEMENT (N = 111)**

	ET_PART_SYNT	IN_PART_SYNT
1. IN_PART_SYNT	0,172	---
2. SAT_VIE	0,184	0,170
3. SOI_GEN	0,095	0,119
4. SENS_VIE	0,112	0,166
5. EMO_POS	0,082	0,220*
6. MOT_SCO	-0,003	0,205*
7. REL_ADU	0,088	0,117
8. COMP_SOC	0,121	0,047
9. EFF_CREA	0,128	0,099
10. PERS_CREA	0,039	0,157
11. CON_QUEB	0,029	0,197*

\* Corrélacion bilatérale significative au niveau 0,05 >= Sig. > 0,01

L'interprétation de ce tableau peut être surprenante par rapport au précédent. Plusieurs des associations relevées plus haut sont disparues. Une limite existe du fait que le groupe des Artistiques ne contient que 111 personnes, ce qui ne donne pas énormément de pouvoir explicatif à notre calcul. Toutefois, on voit que l'association positive entre la participation parascolaire et les émotions positives vécues au quotidien, ainsi que la corrélation positive entre la participation parascolaire et la motivation scolaire subsistent quand il s'agit d'intensité de la participation parascolaire artistique (PPA). De plus, une nouvelle corrélation positive apparaît, soit entre l'intensité de la PPA et la consommation de produits culturels québécois. Sans montrer les calculs ou les statistiques ici, le calcul des coefficients de Pearson révèle des résultats similaires. Il détecte une corrélation positive additionnelle entre l'étendue de la participation parascolaire artistique et la satisfaction envers sa vie, mais pas de corrélation positive entre l'intensité de la PPA et la motivation scolaire. Il ne détecte pas non plus la corrélation entre l'intensité de la participation parascolaire et la consommation de produits culturels québécois.

## Analyses comparatives des quatre groupes de répondants

Des réponses aux questions concernant le lien entre la PPA et les indices mesurés peuvent être obtenues en comparant le niveau des caractéristiques jugées positives pour le développement et l'épanouissement des jeunes. Ainsi, le Tableau 6 présente des statistiques qui permettent de comparer le niveau observé pour les indices à l'étude dans chacun des quatre groupes. Les analyses statistiques permettent ensuite de savoir si les différences observées entre les groupes sont significatives ou non.

**TABLEAU 6 – STATISTIQUES COMPARATIVES DESCRIPTIVES ENTRE LES QUATRE GROUPES <sup>3</sup>**

Indices	Échelle	Versatiles	Artistiques	Sportifs	Inactifs
1. SAT_VIE	5 <= x <= 25	19,76	18,91	20,61	19,33
2. SOI_GEN	3 <= x <= 15	12,54	12,46	12,84	12,46
3. SENS_VIE	1 <= x <= 5	4,14	4,06	4,24	4,00
4. EMO_POS	6 <= x <= 30	20,48	20,46	20,83	18,89
5. MOT_SCO	5 <= x <= 25	17,44	17,50	17,26	15,06
6. REL_ADU	8 <= x <= 40	29,26	29,45	29,55	28,85
7. COMP_SOC	6 <= x <= 30	18,70	17,79	19,97	17,63
8. EFF_CREA	3 <= x <= 15	11,44	11,35	11,22	10,83
9. PERS_CREA	-8 <= x <= 8	3,45	3,16	2,75	2,08
10. CON_QUEB	5 <= x <= 25	11,14	10,81	9,67	10,40

■ : Meilleur score de la ligne

■ : Pire score de la ligne

Les moyennes du Tableau 6 permettent de constater que, dans notre échantillon, les Inactifs obtiennent presque systématiquement des moyennes plus basses que les autres groupes, ce qui semble soutenir nos conclusions à propos des corrélations observées précédemment dans le groupe complet : la participation parascolaire en général est corrélée à plusieurs des indices utilisés. Le sport mène aussi dans la plupart des catégories. Une explication possible est que les activités sportives génèrent une grande confiance en soi chez ceux qui les pratiquent parce que ce sont des activités très valorisées dans notre société. Les Artistiques mènent au niveau de la motivation scolaire, ce qui semble appuyé par les corrélations testées précédemment.

Grâce à un calcul d'analyse de variances (ANOVA), tentons maintenant de découvrir si les différences de moyennes observées entre les groupes sont statistiquement significatives.

**TABLEAU 7 – RÉSULTATS DE L'ANALYSE DE VARIANCES (ANOVA) <sup>4</sup>**

Variabes	Levene (Sig.)	F	Sig. <sup>5</sup>	Eta carré
1. SAT_VIE	0,005	3,830*	0,010	0,23
2. SOI_GEN	0,231	0,643	0,588	0,004
3. SENS_VIE	0,074	1,446	0,229	0,010
4. EMO_POS	0,953	5,198**	0,002	0,034
5. MOT_SCO	0,188	6,786***	<0,001	0,045
6. REL_ADU	0,973	0,253	0,859	0,002
7. COMP_SOC	0,962	5,562***	<0,001	0,037
8. EFF_CREA	0,186	1,613	0,186	0,011
9. PERS_CREA	0,301	3,199*	0,023	0,021
10. CON_QUEB	0,081	3,208*	0,023	0,022

\* Significatif au niveau 0,05 >= Sig. > 0,01

\*\* Significatif au niveau 0,01 >= Sig. >= 0,001

\*\*\* Significatif au niveau Sig. > 0,001

Ce tableau révèle qu'il semble y avoir des différences significatives dans les moyennes de certains groupes pour six des indices : la satisfaction envers la vie, les émotions positives vécues au quotidien, la motivation scolaire, la compétence sociale, la personnalité créative et la consommation de produits culturels québécois. Toutefois, avec ce calcul uniquement, on ne sait pas entre quels groupes les différences sont significatives. Des tests subséquents, dont les résultats ne sont pas présentés ici par souci de ne pas alourdir ce rapport, ont révélé les observations suivantes :

- En ce qui concerne la satisfaction envers la vie, les tests révèlent qu'il y a une différence significative entre les Sportifs et les Artistiques, au profit des premiers.
- En ce qui concerne les émotions positives vécues au quotidien, les tests révèlent que les Versatiles, les Artistiques et les Sportifs présentent une différence significative dans leurs scores avec les Inactifs. Les différences observées entre les Versatiles, les Artistiques et les Sportifs eux-mêmes ne sont pas significatives.
- Même son de cloche en ce qui concerne la motivation scolaire, mais avec des tests encore plus significatifs : les scores des Versatiles, des Artistiques et des Sportifs sont en moyenne significativement plus élevés que ceux des Inactifs. C'est la plus forte tendance observée grâce à ce test comparatif entre les groupes. L'ampleur de l'effet de cette variable dans le tableau précédent le montre également, même si cet effet sur la différence reste limité.
- Concernant la compétence sociale, les Artistiques et les Inactifs sont désavantagés par rapport aux Sportifs, qui présentent en moyenne des scores significativement plus élevés.
- Concernant la personnalité créative, on observe une petite différence significative entre les Versatiles et les Inactifs, à la faveur des premiers.
- Finalement, au sujet de la consommation de produits culturels québécois, les tests détectent une différence significative entre les Versatiles et les Sportifs, à l'avantage des premiers. Les autres groupes ne présentent pas de différences significatives entre eux.

## Quelques données descriptives supplémentaires

Dans le sondage, nous avons demandé aux Artistiques et aux Versatiles (N = 221) d'indiquer à quel point ils avaient l'impression que leur participation parascolaire artistique leur apportait certains bienfaits. Au nombre de cinq, les questions posées s'appliquaient aux bienfaits suivants :

- La diminution du stress
- Le bien-être
- Le développement d'amitiés
- La motivation scolaire
- L'expression orale et écrite

Les répondants pouvaient, pour chacun des énoncés, donner une réponse allant de 1 à 5, où 1 signifiait « Totalemment en désaccord », alors que 5 signifiait « Totalemment d'accord ». Le Tableau 8 suivant donne la mesure des tendances centrales de leurs réponses.

**TABLEAU 8 – STATISTIQUES DESCRIPTIVES CONCERNANT CERTAINS BIENFAITS DE LA PPA**

Mesures	ACT_Art_Stress	ACT_Art_B-E	ACT_Art_Amis	ACT_Art_Motiv	ACT_Art_Expr
Moyenne	3,91	4,33	3,95	3,70	3,47
Écart-Type	0,976	0,901	1,115	1,076	1,142
Min	1	1	1	1	1
Max	5	5	5	5	5

En général, les jeunes sont d'accord pour dire qu'ils se sentent bien quand ils pratiquent leurs activités parascolaires artistiques (M = 4,33/5). Similairement, ils sont d'accord pour dire qu'ils ressentent moins de stress que d'habitude quand ils pratiquent leurs activités parascolaires artistiques (M = 3,91/5). Ils sont en général d'accord pour dire qu'ils se sont fait de nouveaux amis grâce à ces activités (M = 3,95/5). Ils sont en moyenne d'accord pour affirmer que les activités parascolaires artistiques les motivent à aller à l'école (3,70/5). Finalement, ils sont en général d'accord pour dire qu'ils ont le sentiment que leur participation leur apprend à mieux s'exprimer oralement et à l'écrit, mais c'est moins flagrant (M = 3,47/5).

## Synthèse de la section

Un premier élément important à retenir est qu'il semble exister une corrélation positive entre la participation parascolaire artistique et trois autres variables pour lesquelles des données ont été recueillies : la motivation scolaire, les émotions positives vécues au quotidien et la consommation de produits culturels québécois. Il est dès lors plausible de penser que c'est la participation parascolaire artistique qui cause une augmentation de ces trois caractéristiques souhaitables chez les jeunes, mais l'étude ne permet pas de le confirmer en termes statistiques.

Une nuance s'impose à propos des tests effectués dans cette phase de l'étude. Certes, les Artistiques semblent avantagés dans leur motivation scolaire et dans leurs émotions positives vécues au quotidien par rapport aux Inactifs, mais c'est aussi le cas des Sportifs et des Versatiles. Ainsi, il semble que ce soit l'intensité de la participation parascolaire, tous types d'activités confondus, qui soit corrélée aux caractéristiques observées, et non uniquement la participation parascolaire artistique. En contrepartie, si on se fie aux recherches effectuées par d'autres, ou encore à la phase 2 de la collecte de données, il est important que le jeune pratique une activité correspondant à ses propres intérêts afin d'en récolter les bienfaits. Ainsi, même si les bienfaits des activités culturelles et artistiques ne diffèrent pas radicalement de ceux qu'induisent les activités sportives, les activités culturelles et artistiques n'en demeurent pas moins essentielles parce que les activités sportives ne pourraient pas offrir ses bienfaits à des jeunes à la personnalité artistique.

Finalement, même si les Artistiques sont défavorisés en ce qui concerne la satisfaction envers la vie et les compétences sociales par rapport aux Sportifs, cela ne veut pas dire que la pratique d'activités parascolaires culturelles et artistiques n'améliore pas la satisfaction envers la vie et les compétences sociales des Artistiques. C'est peut-être simplement que leur profil de personnalité leur donne un score de base plus bas. Néanmoins, ce sont là des spéculations puisque l'étude réalisée ne permet pas de détecter la causalité.

# 5. Entretiens de groupe avec des jeunes participants du RVPQ Secondaire en spectacle 2024



En parallèle avec la collecte de données quantitatives, nous avons rencontré des groupes de jeunes de 14 à 17 ans, soit de la 3<sup>e</sup> à la 5<sup>e</sup> secondaire, ayant participé à l'édition 2024 du Rendez-vous panquébécois Secondaire en spectacle. L'événement s'est déroulé du 30 mai au 2 juin 2024 à Thetford Mines. Trois équipes de recherche étaient présentes le 1<sup>er</sup> juin, réparties sur les deux lieux de l'événement, pour rencontrer des jeunes.

Nos équipes ont abordé avec les jeunes des questions sur les effets positifs et les bienfaits que ceux-ci percevaient de leur participation à des activités culturelles et artistiques. De l'analyse des 14 entretiens de groupe réalisés, six grands thèmes ressortent de leurs propos :

1. Les bienfaits immédiats
2. Les traits, attitudes et compétences utiles à la réalisation de projets et en milieu de travail
3. La découverte de soi
4. L'acquisition de compétences interpersonnelles et sociales
5. Se faire des amis et rencontrer ses semblables
6. L'élargissement de son monde

À l'intérieur de ces six grands thèmes, on retrouve 32 bienfaits différents associés à la pratique d'activités parascolaires culturelles et artistiques.

Avant de présenter ces thèmes et ces bienfaits, il est important de bien comprendre la signification des données qualitatives. Tout d'abord, les bienfaits dont il sera question sont « perçus » et non « mesurés ». En d'autres termes, la recherche ne permet pas de déterminer si la participation parascolaire artistique et culturelle des jeunes procure réellement ces bienfaits chez les jeunes rencontrés. Ceux-ci estiment que leurs activités leur procurent ces bienfaits, sans en avoir la preuve eux non plus. Néanmoins, il a été démontré par Bandura que simplement penser qu'on est meilleur dans quelque chose (sentiment d'autoefficacité) fait en sorte qu'on est véritablement meilleur dans cette chose (Bandura, 1986, 1991).

Par ailleurs, les données qualitatives ne permettent pas d'évaluer la proportion de jeunes qui pensent telle ou telle chose, ou encore si la participation parascolaire culturelle et artistique a un gros ou un petit impact sur les jeunes. Les données qualitatives ont néanmoins l'avantage de présenter un point de vue en détail, dans le but d'en comprendre les nuances, et sans égard au nombre de personnes qui le partagent. Par transparence toutefois, nous signalons le nombre de fois qu'une catégorie de bienfaits a été mentionnée dans l'ensemble des 14 entretiens, ce qui donne une idée de la popularité de ce point de vue.

En toute connaissance des forces et des limites des données qualitatives, les voici maintenant. Chaque catégorie de bienfaits fera l'objet d'une brève explication, suivie, si pertinent, d'un extrait d'entretien à l'appui de cette dernière.

## Thème 1 : Les bienfaits immédiats

Presque la moitié des bienfaits mentionnés par les jeunes sont des bienfaits immédiats (14/32). Par bienfaits immédiats, nous entendons une augmentation positive à court terme, pendant et après la participation à des activités et à des événements parascolaires artistiques et culturels, de l'état psychologique et physique des jeunes et de leur bien-être général.

### **Sentiment de reconnaissance et de valorisation (7 références)**

*Quand tu as gagné, tu arrives à l'école, et tu n'es pas la même personne qu'avant.  
J'avais plus de confiance en moi-même, j'avais plus de... C'est ça, j'avais plus de confiance.  
J'avais plus de respect de la part des autres.* (Bruno<sup>6</sup>, entretien 14)

Après une performance réussie sur scène, les jeunes sentent qu'ils ont davantage le respect des personnes autour d'eux. Ils sentent que c'est plus facile d'avoir des conversations et de devenir ami avec les personnes qui les ont vu à l'œuvre. Parler de la performance en scène est un bon brise-glace pour approcher les gens. Les jeunes rencontrés mentionnent également qu'ils ont l'impression, lorsqu'ils retournent à l'école après une performance réussie, de ne plus être la même personne aux yeux des autres, d'avoir gagné de la valeur, ce qui augmente leur estime de soi. Au-delà de l'école, un jeune qui vient d'une petite communauté locale a raconté que depuis qu'il offre des prestations au piano dans son milieu, il est mieux connu dans sa communauté.

### **Bienfaits physiques (5 références)**

Certains jeunes mentionnent que la pratique de leur art leur procure des bienfaits physiques. La danse, en particulier, permettrait d'adopter une bonne posture corporelle en général et de rester en bonne forme physique (puissance, endurance). Trois jeunes ont mentionné que jouer d'un instrument de musique améliore la motricité fine. Cette motricité fine serait acquise et deviendrait utile dans d'autres tâches de la vie de tous les jours.

*Je joue du sax, donc la motricité fine ça parait aussi quand c'est de la réparation, quand on répare notre instrument, ça aide à réparer un vélo, une auto, des trucs comme ça.* (Dominic, entretien 4)

### **Bonne humeur, bien-être et bonheur (9 références)**

Quelques jeunes ont mentionné qu'ils sont plus joviaux et qu'ils ont plus d'énergie après un spectacle. Chez certains, la bonne humeur dure quelques heures après qu'ils ont sortis de scène. Chez d'autres, ça dure plus longtemps : « Si ça se passe bien, on est content toute la semaine. » (Participant non identifié, entretien 2 [8:23]<sup>7</sup>).

Un adolescent a exprimé non seulement son plaisir à jouer d'un instrument de musique, mais aussi le bonheur que cette pratique lui procure. Au-delà du bonheur, plusieurs élèves nous ont raconté qu'ils se sentent bien et qu'ils éprouvent du bien-être quand ils participent à leurs activités.

*À tous les jours, je taponne un des instruments qu'il y a chez nous pis je fais de quoi... Il y a toujours un 20 minutes dans ma journée qui est dédié à faire de la musique. Je ne sais pas qu'est-ce que ça m'apporte, mais je sais que ça me fait du bien.* (Jean-Christophe, entretien 4)

### **Meilleurs résultats scolaires (3 références)**

*Je fais de la poésie, puis en fait, j'en présente devant des personnes depuis que j'ai 5 ans et ma mère les écrivait pour moi quand j'avais 3 ans, je lui disais et elle les écrivait. Et ça m'a vraiment aidée dans le français et tout parce qu'on s'entend, écrire la poésie, c'est beaucoup de métaphores, beaucoup de jeux de mots. Et ça m'a vraiment aidée. Puis toute mon enfance, j'ai tout le temps été dans les tops de ma classe en français, j'ai tout le temps rayonné un peu dans ça, donc ça m'a vraiment aidée.* (Alicia, entretien 6)



Le point de vue exprimé par Alicia est partagé par d'autres, qui ont l'impression que leur participation parascolaire à l'école secondaire les a aidés à mieux maîtriser leur langue maternelle et à obtenir de meilleures notes dans les évaluations de cette matière. Une autre participante a signalé qu'en faisant diminuer son niveau de stress, sa participation parascolaire culturelle et artistique l'aide à obtenir de meilleures notes en général.

### **Confiance en soi (10 références)**

*Sinon, pour moi, je dirais qu'honnêtement, ça m'a beaucoup apporté de la confiance en moi. Je me rappelle la première fois que j'ai fait un solo sur le stage. [...] Avec plus de pratique, je me suis habitué à danser tout seul. Puis ça m'a donné plus de confiance en dehors de l'école. En dehors de la danse aussi.* (Nolan, entretien 14)

Les jeunes qui exécutent des prestations sentent que ces activités contribuent à augmenter leur confiance en eux. Confiance en eux s'entend comme de comprendre leurs propres capacités et savoir ce qu'ils sont capables de faire, quels buts ils peuvent atteindre. Comparativement à l'estime de soi, la confiance en soi, c'est savoir qu'on peut se fier à soi-même pour accomplir quelque chose. Apprendre à jouer des partitions de plus en plus difficiles ou réussir à exécuter ces pièces avec succès donne confiance aux jeunes en leurs capacités. L'exemple de la musique est utilisé ici, mais il s'applique également aux autres arts de la scène.

Pour une jeune, les activités parascolaires permettent de gagner de la confiance en soi dans une autre sphère que le milieu scolaire. Ce ne sont pas tous les jeunes qui se sentent capables de connaître des succès à l'école. Pourtant, cette sphère d'activités, à cet âge, est centrale dans leur vie. Il peut alors être décourageant de ne pas connaître de succès à l'école et cette situation peut miner leur confiance en eux. Mais le parascolaire leur fait voir qu'ils peuvent réussir dans certaines sphères de leur vie, ce qui leur donne confiance.

### **Plaisir (2 références)**

*C'est surtout pour moi le plaisir de juste... Danser et faire du parascolaire, c'est un moyen pour moi de dépenser de l'énergie, d'avoir du plaisir.* (Nathalie, entretien 7)

Presque tous les participants ont mentionné qu'ils trouvaient ça « vraiment l'fun » de participer à leurs activités parascolaires culturelles et artistiques préférées. Toutefois, deux passages sont plus explicites à ce propos. Le point de vue de Nathalie montre que le plaisir est central dans la pratique des activités parascolaires des jeunes. Une autre participante a mentionné que pour elle, son activité est une façon agréable de passer le temps.

### **Combattre le stress, se défouler, se détendre et se distraire (23 références)**

*Et vu que ça défoule et tout, bien en tout cas, pour moi, bien ça a fait augmenter mes notes. Genre je diminue mon stress, puis ça m'aide à me concentrer.* (Participante non identifiée, entretien 3, [5:15])

Chez les jeunes rencontrés, la participation parascolaire artistique est un bon moyen de combattre le stress. Ils ont remarqué que cette participation fait diminuer leur niveau d'anxiété parce qu'elle les distrait de leurs soucis et qu'elle leur permet de se concentrer sur le moment présent au lieu d'appréhender l'avenir. Pour eux, la pratique des arts permet de se défouler émotionnellement, « d'écouler une rage intérieure », mais aussi de se défouler physiquement (danser, jouer d'un instrument, etc.), ce qui diminue leur stress. Chez une participante, la peinture ne permet pas de se défouler, mais c'est une pratique apaisante, relaxante, qui a une propriété calmante, donc qui permet de contrôler son stress et son anxiété également. Chez d'autres, les activités parascolaires artistiques leur permettent d'oublier l'école quelques heures, ce qui leur fait du bien, parce que l'école « ça devient rough des fois. Ça devient long et c'est tout le temps redondant » (Joseph, entretien 12).

### **Exprimer ses émotions ou transmettre un message (25 références)**

*Je trouve que c'est genre une partie de notre personnalité. Comme une manière de s'exprimer aussi. Comme admettons avec mon violon je peux propager des émotions, comme sans mots pis genre j'aime ça.*  
(Luna, entretien 1)

La pratique d'un art en parascolaire est une porte ouverte pour exprimer ses émotions par un autre médium que la conversation. Ce peut être par un instrument de musique, la poésie, la chanson ou la danse, ce qui a été souvent mentionné durant les entretiens. Comme dans l'extrait tiré des propos de Luna, plusieurs jeunes nous ont confié que c'était plus facile pour eux d'exprimer leurs émotions de cette manière qu'en discutant. Une des jeunes a mentionné qu'elle était une personne plutôt intravertie et qu'elle n'arrivait pas à prendre sa place dans les conversations quotidiennes pour exprimer son humeur et ses émotions du moment; or, la musique lui permettait de le faire. Pour deux jeunes filles, l'art leur permet d'être « plus vraies que nature », c'est-à-dire d'exprimer une exubérance qui fait partie de qui elles sont, mais qu'elles se permettent peu d'afficher au quotidien parce qu'elles ont l'impression que ce serait mal vu, ou irritant pour les personnes de leur entourage.

Dans le même ordre d'idées, plusieurs jeunes nous ont confié que leur art, particulièrement la danse, la musique, la chanson et la poésie, leur permet de transmettre des messages importants pour eux aux autres, sur des thèmes comme le suicide, l'environnement ou l'intimidation.

La participation parascolaire artistique semble donc en général, du point de vue des jeunes du moins, un excellent moyen de s'exprimer à propos de ce qu'ils vivent et de causes qui leur tiennent à cœur.

### **Exprimer sa créativité (2 références)**

Deux adolescents nous ont confié qu'ils aiment leur pratique artistique parce qu'elle leur permet d'exprimer leur créativité. L'improvisation théâtrale, l'écriture de chanson originales et le dessin permettraient notamment d'exercer leur imagination et d'exprimer leur originalité.

### **Fierté (13 références)**

*Ce n'était pas la première fois que je faisais Secondaire en spectacle, puis l'année passée, j'étais vraiment déçu que je n'avais pas gagné. Puis genre cette année, ma mère a appris que j'avais gagné, puis elle était juste hyper fière. Et j'étais fier. Et j'étais content. Je sentais juste plein d'émotions.* (Nolan, entretien 14)

Les jeunes ont exprimé qu'ils ressentaient beaucoup de fierté de leur pratique parascolaire artistique. D'une part, cette fierté est associée à la réussite d'une prestation devant un large auditoire :

*On avait joué devant à peu près 1500 personnes. C'était quand même un gros public et c'était quand même stressant, mais après ça, après le spectacle, j'étais fière de moi, [...] de m'être présentée devant 1500 personnes.* (Mélodie, entretien 9)

D'autre part, leur fierté vient du fait qu'ils réalisent le chemin parcouru depuis le début de leur pratique, et qu'ils sont contents du niveau de compétence qu'ils ont atteint :

*Quand tu vois tout ce que t'as accompli, tu es forcément fier de ce que tu as fait. Tu es comme « Ha! J'ai fini cette pièce-là. Elle était difficile. C'est le fun! »* (Jean-Christophe, entretien 4)

### **Motivation et raison de vivre (7 références)**

*Bien moi, ça me motive... Je vais quand même aller à l'école, mais c'est que c'est comme... oui, comme... à moitié, dans un sens, je me dis : je peux avoir que des cours de maths, de sciences et tout, et moi je finis en danse. Ça me donne un peu d'énergie genre.* (Marguerite, entretien 11)

Pour plusieurs, la participation parascolaire est une motivation. Savoir qu'ils vont terminer leur journée par leur activité préférée les motive en classe, du matin au soir. Pour plusieurs musiciens, la musique est aussi la raison de vivre, c'est-à-dire que la musique est la chose qu'ils aiment le plus, qu'elle est omniprésente dans leur vie depuis l'enfance et qu'elle donne du sens à leur existence : « ... *c'est la musique qui nous fait vivre!* » (Ulysse, entretien 2).

### **Vivre des moments mémorables (16 références)**

*On faisait un petit voyage, puis un moment donné, un matin on partait et ça faisait quatre jours qu'on était là et on était toutes vraiment tristes de quitter cet endroit-là qui nous avait permis un peu d'approfondir nos connaissances sur ce qu'on savait de la musique et tout. Et il y a une fille qui a commencé à chanter, je me rappelle plus c'était quoi, mais elle chantait une chanson et on a tous commencé à chanter tout le monde en même temps. Et je me rappelle que ça avait été vraiment genre... ça a vraiment été un beau moment pour moi.* (Alicia, entretien 6)

Les jeunes ont raconté que ce qu'ils aiment de leur participation parascolaire artistique, c'est beaucoup les moments mémorables qu'ils ont vécus et dont ils vont se souvenir toute leur vie. Plusieurs ont relaté des moments dont ils se souviennent très vivement, qui leur font ressentir des émotions positives, de la joie, du bonheur, de la fierté, de la bonne humeur. Un jeune homme a relaté un concert qu'il avait donné, avouant à la fin que raconter cette histoire lui donnait encore la chair de poule.

Les souvenirs mémorables que les jeunes ont évoqués semblent liés à trois éléments : gagner un concours; offrir une prestation devant une très grande foule, dans un endroit prestigieux ou avec des artistes connus; vivre une émotion collective en gang et avec le public.

### **Sentiment de complète liberté (7 références)**

*Souvent, on a beaucoup de cadres à respecter. Puis là, on peut juste « être ».* (Bianca, entretien 7)

Dans leur participation parascolaire artistique, les jeunes se sentent libres. Ils ont l'impression d'avoir, dans le quotidien, beaucoup de contraintes à respecter au moment de parler, au moment d'agir. Or, l'art est libre, et comme l'exprime si bien Bianca dans le court extrait ci-dessus, l'art leur permet juste « d'être ». Être eux-mêmes, exister tels qu'ils sont et faire ce qu'ils veulent dans cet espace de liberté et de création. Ils peuvent exprimer leurs idées, leurs émotions en toute liberté.

### **Jolie d'avoir touché émotionnellement l'auditoire (7 références)**

*Moi, je crois que ce que j'aime de l'art, de la danse surtout, c'est juste de bouger avec le corps. Juste de se sentir bien. Mais ça ressemble aussi à vous, c'est ça que je voulais dire. Par rapport à l'émotion, qu'on touche les gens.* (Nathalie, entretien 7)

Plusieurs jeunes ont raconté qu'ils se sentaient bien, joyeux et fiers d'avoir pu toucher émotionnellement le public par leur prestation artistique. Un jeune a révélé avec fierté que son directeur d'école avait pleuré après sa prestation. Cet effet que les jeunes sentent qu'ils ont sur les spectateurs semble renforcer leur sentiment d'efficacité, qu'ils sont capables d'avoir un impact sur le monde qui les entoure.

## **Thème 2 : L'acquisition de traits, d'attitudes et de compétences utiles à l'accomplissement de projets et au travail**

Neuf catégories de bienfaits de la participation parascolaire artistique et culturelle apparaissent sous ce grand thème. Évidemment, la pratique répétée d'un art fait en sorte que les jeunes développent des compétences reliées directement à cet art, comme une compétence en guitare ou en dessin. Les jeunes ont toutefois l'impression qu'ils

acquièrent, par leur pratique, des traits de personnalité, des attitudes et des compétences qui leur seront utiles plus tard pour accomplir des projets personnels ou encore pour exceller sur le marché du travail. Il sera donc question de ces traits, attitudes et compétences dont les jeunes parlent, que d'autres ont aussi appelés des « compétences transversales » ou des « *soft skills* ».

### **Exploration vocationnelle, compétences techniques de scène et premières expériences professionnelles artistiques (9 références)**

*C'est notre premier contrat qu'on a signé avec deux autres bands pis on a joué, dans le fond on a ouvert pour eux autres pis c'était vraiment spécial. Tsé, c'était nos vrais premiers contrats où est-ce que l'on jouait, pis le monde était quand même dedans.* (Éric, entretien 1)

La participation parascolaire artistique donne la chance à certains jeunes de vivre leurs premières expériences en tant qu'artistes de scène. Cela leur permet d'explorer la réalité des artistes professionnels et de voir s'ils aimeraient le mode de vie qui vient avec ce genre de métier. Quelques-uns d'entre eux décrochent des contrats professionnels en tant qu'artistes de scène ou se font engager à titre d'assistant-professeur pour donner de la formation à des enfants. Bref, le talent qu'ils ont développé au fil de leur pratique leur permet de connaître leurs premières expériences de travail en lien avec leur discipline, et d'explorer certains métiers reliés aux arts de la scène. Quelques jeunes ont d'ailleurs indiqué avoir acquis des compétences en techniques de scène, qu'il s'agisse de sonorisation, d'éclairage ou de régie.

### **Capacité de concentration (2 références)**

Deux adolescents ont indiqué que leur participation à des activités parascolaires en musique les avait aidés à développer leur capacité de concentration, soit la faculté de rester concentré sur une tâche durant des périodes prolongées. Une participante a affirmé qu'elle avait reçu un diagnostic de trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH), mais qu'elle arrivait à mieux se concentrer sur une seule tâche depuis qu'elle pratiquait la musique.

### **Capacité de s'adapter aux imprévus et d'être résilient face aux échecs (3 références)**

*Si mettons tu as une mauvaise note en math, tu ne paniques pas. Ça se rattrape. Je pense que ça nous amène un certain contrôle de soi.* (Kelly, entretien 5)

Quelques jeunes pensent que leur participation parascolaire artistique les a aidés à mieux faire face à l'imprévu ou à l'échec dans leur vie en général. Kelly attribue cette compétence acquise au fait que parfois, lors d'une prestation sur scène, tout ne se passe pas comme prévu. Quand ça arrive, elle indique qu'il faut que le spectacle continue. Ces jeunes auraient appris que lorsque quelque chose ne se passe pas comme prévu, ce n'est pas grave : on continue d'avancer et on trouve des solutions. Cette compétence serait transférable dans d'autres domaines de la vie des jeunes, par exemple la vie scolaire, comme le montre les propos de Kelly, justement.

### **Persévérance (21 références)**

*Mettons que je pratique pendant deux heures, pis ça ne veut pas, je ne suis pas capable pis finalement je vais continuer de jouer jusqu'à tant que je réussisse à l'avoir mon riff, pis c'est comme ça dans la vie de tous les jours aussi. Tsé, mettons qu'au travail il y a quelque chose que je ne suis pas capable de faire, bien je vais travailler fort pour le réussir, je pense que ça aide à travailler ça.* (Éric, entretien 1)

Les jeunes qui pratiquent certaines disciplines en parascolaire, comme la musique, apprendraient la valeur de la persévérance par leur pratique. Comme la musique est leur passion, ils se fixent des objectifs ambitieux. Ils cherchent à maîtriser des passages musicaux toujours plus difficiles avec leur instrument. Puis, à force de réussir à aller toujours plus haut, ils réalisent que la persévérance, même si elle demande des sacrifices et beaucoup d'énergie, est ultimement gratifiante. Ils réalisent que le jeu en vaut la chandelle.

Ils apprennent aussi la valeur de persévérer pour passer à travers une expérience qui peut être stressante, comme jouer devant une foule de 1500 personnes. L'expérience peut causer beaucoup d'anxiété en amont, et du stress durant l'exécution, mais l'expérience est si plaisante et le souvenir crée tant de fierté qu'ils voient que persévérer malgré un tel stress a une valeur inestimable au bout du compte.

### **Autonomisation du travail, de l'apprentissage et organisation du temps (20 références)**

*Moi, quand j'ai commencé à jouer du piano, j'avais cinq ans. Pis mon prof de piano m'incitait souvent à devenir meilleur. À chaque fois il voulait que j'aille plus loin dans une pièce ou que je devienne meilleur. Il voulait que je m'améliore. Pis un moment donné, c'est devenu un automatisme de vouloir devenir meilleur personnellement en tant que musicien. Pis je pense que cette discipline tu peux l'appliquer dans d'autres matières, mettons à l'école ou dans le sport. (Simon, entretien 4)*

Les jeunes participants à des activités parascolaires artistiques à l'école secondaire bénéficieraient de leur pratique notamment en développant une éthique rigoureuse de travail, c'est-à-dire en développant une capacité à déterminer eux-mêmes le travail qu'ils doivent effectuer pour atteindre les objectifs qu'ils se fixent également eux-mêmes ou qui leur sont proposés, par exemple maîtriser telle ou telle pièce musicale. Ils développent aussi un réflexe de perfectionnement, c'est-à-dire une attitude qui fait en sorte qu'ils ne sont pas satisfaits de leur performance tant qu'ils n'en livrent pas une qui soit tout simplement parfaite. Ils apprennent à détecter eux-mêmes comment améliorer leur performance, développant ainsi leur sens critique de la qualité d'une prestation. Similairement, ils apprennent à recevoir la critique constructive sans que cela affecte leur estime personnelle ou leur confiance en leurs capacités. Ils apprennent aussi à évaluer correctement leur niveau d'apprentissage et de maîtrise dans leur discipline.

Comme les activités parascolaires sont souvent multidisciplinaires, l'emploi du temps des jeunes est très occupé. Pour ne manquer aucune séance d'entraînement, d'exercice ou de répétition dans leur discipline, ils ont appris à organiser efficacement leur emploi du temps. Ce facteur contribue à développer une éthique de travail impeccable.

Un jeune nous a également expliqué que sa participation à des activités artistiques, que ce soit en classe, en parascolaire à l'école ou dans des compétitions durant les fins de semaine, l'a amené à devenir une personne plus autonome dans tous les aspects de sa vie, par exemple pour trouver un local de classe dans une école, ou pour se diriger dans une ville vers un lieu de compétition.

### **Confiance en soi (10 références)**

Il a été rapporté précédemment que les jeunes trouvent que leur participation parascolaire artistique et les succès qu'ils connaissent augmentent leur confiance en eux. Si ce bienfait est immédiat parce qu'il améliore leur bien-être dans le moment présent, il représente aussi un atout pour l'avenir en ce sens qu'ils auront davantage confiance en leurs propres capacités dans tout ce qu'ils entreprendront. Dans l'accomplissement de projets ou sur le marché du travail, c'est une qualité recherchée.

### **Ambition (2 références)**

Deux personnes nous ont confié qu'elles avaient l'impression que leur participation parascolaire artistique leur avait donné de l'ambition, laquelle se traduisait dans d'autres domaines de leur vie. Les petits succès qu'ils connaissent les amèneraient à se fixer par la suite des objectifs de plus en plus ambitieux.

### **Entrepreneuriat et sens de l'initiative (2 références)**

Deux jeunes ont fait part de démarches qu'ils ont menées de façon autonome pour créer leur band ou mettre en œuvre d'autres projets à l'école en lien avec leur pratique parascolaire artistique. Ainsi, la passion pour une discipline artistique vécue dans le parascolaire motiverait à prendre des initiatives et à des réaliser des projets pour la vivre davantage.

### **Capacité de gestion du stress et de l'anxiété (5 références)**

*Tu as aussi le fait d'être capable de gérer ton stress. Parce que mettons quand on monte sur scène, on doit apprendre à gérer son stress, ou par exemple quand je faisais des concerts de piano tout seul c'est beaucoup plus difficile, mais on apprend, on développe des techniques, on développe une capacité à bien gérer, pis mettons quand on fait des oraux en français, ça peut être beaucoup plus facile d'être devant la classe.* (Vincent, entretien 4)

Plus haut, il a été mentionné que les jeunes trouvent que leur participation parascolaire artistique réduit leur stress et leur anxiété dans la vie quotidienne et scolaire. Ici, il y a une nuance : se donner en spectacle dans des circonstances stressantes et anxiogènes permet aux jeunes de développer des techniques pour réduire leur stress et leur anxiété, et une capacité de résistance aux effets du stress et de l'anxiété. Ces techniques peuvent ensuite être réutilisées dans d'autres aspects de leur vie, comme lors d'un examen, pour obtenir de meilleurs résultats.

## **Thème 3 : La découverte de soi**

Le troisième thème est la découverte de soi. Grâce à leur participation parascolaire, les jeunes découvrent qui ils sont, qui ils désirent devenir, ce dont ils sont capables, et ce qu'ils aiment et n'aiment pas. Seulement deux catégories de bienfaits s'insèrent sous ce thème, mais leur nombre ne réduit en rien leur importance.

### **Découverte de soi, découverte et affirmation de son identité (27 références)**

*Ça nous permet d'être de plus en plus nous-mêmes.* (Sandrine, entretien 10)

Selon plusieurs participants, la pratique d'activités parascolaires culturelles et artistiques permet de « se connecter avec soi-même ». Ce que nous comprenons de cette expression, c'est que les arts leur donnent un espace pour exister et agir sans avoir à se conformer aux normes sociales ou aux attentes que les autres ont à leur endroit. Dans cet espace, ils sont libres d'explorer qui ils sont, leurs valeurs, ce qu'ils aiment et n'aiment pas.

Dans d'autres cas, les jeunes savent déjà qui ils sont et l'espace que leur donne l'art leur permet de valider ou d'affirmer qui ils sont. Par exemple, certains nous ont dit que la musique faisait partie de leur vie depuis la petite enfance, que c'était chez eux une tradition familiale de jouer des instruments. Ainsi, le parascolaire artistique en musique leur donne un espace où ils peuvent réaffirmer leur identité, leur partie d'eux-mêmes attachée à la musique.

Une participante aux entretiens a indiqué que les activités parascolaires artistiques lui permettent de révéler une facette de sa personnalité qui est moins visible dans les autres contextes de sa vie, comme en classe, à l'école en général ou à la maison avec sa famille :

*Moi, c'est surtout le fait que ça me permet d'être une autre version de moi-même que je ne suis pas nécessairement quand je pratique un sport, que je suis à l'école ou dans ma famille. Ça me permet vraiment de découvrir une autre facette de qui je suis et d'enrichir un peu cette partie-là de moi. Et puis je trouve que comprendre qui tu es permet de grandir en tant que personne et pas seulement en tant qu'artiste.*

(Alicia, entretien 6)

### **Découverte de ses propres capacités (15 références)**

*Je me rends compte que j'ai vécu plus d'émotions à la finale locale. Parce que je ne m'y attendais juste vraiment pas. Je ne savais même pas que c'était une possibilité pour moi de gagner. C'était ma première année.* (Cassandra, entretien 10)

Un grand nombre de jeunes ont raconté qu'ils ne croyaient pas possible de remporter les concours Secondaire en spectacle locaux et régionaux dans leur localité. Ainsi, leur participation parascolaire artistique, grâce aux concours, leur a permis de prendre conscience de leurs propres talents et de leurs propres capacités. De plus, ces expériences les amènent à réaliser qu'ils sont talentueux et qu'ils sont capables d'accomplir des choses extraordinaires.

## Thème 4 : Compétences interpersonnelles et sociales

Les compétences interpersonnelles et sociales auraient pu être incluses sous le thème numéro 2, soit les traits, attitudes et compétences utiles à l'accomplissement de projets et au travail. Pourtant, nous avons décidé d'en faire un thème distinct à cause de leur importance marquée dans les entretiens. Nous avons relevé dans les propos des jeunes quatre catégories de bienfaits rattachés à ce thème.

### **Capacité de communication interpersonnelle et d'utilisation de la langue (16 références)**

*J'écrivais presque des livres vraiment. Et j'ai toujours aimé ça. Et je trouve que faire... vraiment écrire la composition, de la poésie, ça t'offre un vocabulaire tellement genre fancy, riche. Puis ça fait en sorte que tu peux parler et vraiment tu arrives à dire exactement ce que tu veux dire, tu arrives vraiment à pointer. Et aussi, j'ai l'impression que plus tu connais de mots, plus tu es capable de bien décrire le monde autour de toi, et plus t'es capable de l'observer finalement.* (Marie-Camille, entretien 6)

La pratique de certains arts en parascolaire qui font appel à la langue française (ou à une autre langue) facilite l'apprentissage d'un vocabulaire riche et de l'utilisation de la langue pour exprimer des idées plus complexes, plus précises. Les jeunes sentent alors qu'ils ont plus de facilité à communiquer, ce qui leur permet d'exprimer plus précisément leurs besoins et leurs sentiments. Ils ont aussi l'impression que la maîtrise de la langue facilite la gestion de conflits qui peuvent survenir dans des projets collectifs. Certains affirment que grâce à leur bonne maîtrise de la langue, elles ont plus de facilité à prendre leur place au sein de groupes. Une jeune a aussi exprimé que sa maîtrise de la langue l'a aidée à développer sa capacité de synthèse des idées.

Par ailleurs, la facilité de jouer avec la langue française renforcerait la capacité des jeunes de s'exprimer en public, devant une classe ou une foule. Craignant moins de ne pas être capables d'exprimer clairement leurs idées, des jeunes nous ont dit que leurs exposés oraux, par exemple, étaient moins anxiogènes :

*Ça apporte un peu une meilleure gestion du stress. Par exemple, bien ça peut donner l'expérience devant une foule, comme j'ai dit tantôt. Ou encore : apprendre à parler devant d'autres personnes parce qu'on rencontre beaucoup de monde dans ces événements-là.* (Rubis, entretien 9)

Au-delà des compétences oratoires devant une foule, plusieurs jeunes ont l'impression que leur capacité à utiliser la langue les aide à mieux communiquer avec leurs pairs, à mieux se faire comprendre.

### **Capacité de bien s'entendre avec n'importe qui (11 références)**

*Il y a aussi vivre et laisser vivre. Apprendre à vivre dans une société. Parce que veut, veut pas, il y a du monde que tu n'aimeras pas partout. Donc juste... c'est ça, à un moment donné, il y a quelqu'un que je ne tolère pas parce que cette personne-là elle s'en va en musique avec moi l'année prochaine, mais elle n'est pas bonne, elle ne met pas le travail, et je ne comprends pas. Donc j'essaie de l'aider, mais elle ne met pas les efforts. Mais à un moment donné, ce n'est pas mon problème. Puis j'ai appris à vivre avec ça. Je continue d'apprendre à dealer avec ça...* (Hugues, entretien 12)

La participation parascolaire artistique ferait en sorte que toutes sortes de personnes se côtoient et doivent apprendre à vivre les unes avec les autres. Dans bien des cas, la cohabitation est harmonieuse. Les jeunes que nous avons rencontrés sentent d'ailleurs souvent que leur participation les a rendus plus « sociables », plus extravertis. Leur pratique ferait en sorte qu'ils développent de meilleurs réflexes conversationnels et se dégèlent pour briser la glace avec quelqu'un d'inconnu.

Dans certains cas, comme celui de Hugues cité ci-dessus, la vie collective est parfois source de conflit interpersonnel. Les jeunes qui ont exprimé ce point de vue réalisent toutefois qu'ils ont appris à tolérer davantage les personnes avec lesquelles ils ne s'entendent pas bien a priori. C'est l'apprentissage de la civilité.

Un autre jeune a indiqué qu'être dans un band musical lui a appris à développer sa capacité à faire des compromis, alors qu'il ne s'entendait pas toujours avec les autres membres du groupe à propos des pièces à jouer et de l'orientation du band.

### **Se mobiliser pour une cause (1 référence)**

Ulysse a mobilisé les membres de son band musical afin de mettre de la pression sur sa direction d'école pour qu'elle accepte que le groupe participe au concours Secondaire en spectacle :

*Mais l'école... on a comme changé d'école. Parce que notre école n'était plus assez solide. Donc ils nous ont relocalisé dans une autre école. Cette école-là elle avait Secondaire en spectacle, mais nous, on ne l'avait pas. Pis ils ne voulaient pas nous laisser [participer] parce qu'on n'était pas avec cette école-là. Je suis allé leur parler. Ce n'était pas la même directrice qu'on a en ce moment. Nous c'était un directeur... J'ai dit « les gars on va aller chiâler, on ne peut pas ne PAS faire ça là ». Pis check où est ce qu'on est rendu! J'ai été leur parler... j'ai chialé... c'était n'importe quoi. (Ulysse, entretien 2)*

Évidemment, sa démarche de revendication a fonctionné puisqu'il participait à la finale provinciale du concours. Il est ainsi intéressant de constater que la participation parascolaire peut apprendre aux jeunes à se mobiliser pour une cause, pour leurs droits. Sans être des exemples aussi explicites, de nombreux jeunes ont, durant les entretiens, exprimé leur mécontentement envers leur école parce qu'ils trouvaient que les arts n'y étaient pas assez disponibles en parascolaire, ou parce que les arts n'étaient pas assez valorisés.

### **Apprendre à travailler en équipe (5 références)**

*Moi, c'est plus pour parler du travail d'équipe parce qu'en jouant dans mon ensemble, ça m'a permis d'apprendre à bien travailler en équipe parce que chaque personne, chaque trois personnes a une partie différente à jouer pis ça fait qu'il faut respecter les autres pour qu'on puisse les entendre.*

(Miranda, entretien 4)

La participation parascolaire artistique aurait, lorsque les jeunes travaillent dans des projets collectifs, la capacité d'inculquer des compétences de travail d'équipe, notamment le respect de l'autre et l'écoute. Les réussites collectives vécues permettraient aussi l'apprentissage de la valeur ajoutée des projets collectifs par rapport aux projets individuels.

## **Thème 5 : Rencontrer des gens comme soi et se faire des amis**

Une seule catégorie se place sous ce thème. Par contre, c'est la catégorie de bienfaits la plus souvent mentionnée par les jeunes qui ont participé aux entretiens.

### **Rencontrer ses semblables et se faire des amis (39 références)**

*Je dirais aussi que ça permet de rencontrer des gens. Que ça permet de rencontrer des gens qui partagent les mêmes passions que toi et ça te permet de te faire des amis. (Cassandra, entretien 10)*

D'une part, les jeunes sentent que c'est plus facile de se présenter à de nouvelles personnes de leur âge quand ils savent qu'ils ont les mêmes passions : la danse, la musique, le théâtre, le chant, la poésie, le dessin, l'improvisation. Ils expriment que l'approche et la conversation sont plus faciles avec ces personnes. Ils perçoivent aussi des affinités entre elles, ce qui crée un *safespace* qui leur permet de se sentir bien et authentiques avec elles. Côté ces personnes ferait aussi ressentir aux jeunes un sentiment d'appartenance.



Au-delà de la rencontre de nouvelles personnes, les jeunes qui pratiquent des activités parascolaires artistiques se lient souvent d'amitié les uns avec les autres. Plusieurs jeunes présents le 1<sup>er</sup> juin ont affirmé qu'ils ne connaissaient pas les autres membres de leur groupe avant de s'inscrire à leur concours local. Ils ont dit être maintenant de très bons amis. Les projets artistiques collectifs favorisent donc, dans de bonnes circonstances, des amitiés fortes entre les jeunes, surtout quand ils connaissent des succès comme ceux dont nous avons été témoins à Thetford Mines.

## Thème 6 : L'élargissement de son monde

Ce dernier thème contient deux catégories de bienfaits. Elles ont trait à l'exposition des jeunes à des cultures et des produits culturels qui élargissent leur vision du monde. L'art favorise le contact entre les jeunes et leur culture, dans notre cas la culture québécoise. Mais l'art les amène aussi à la rencontre d'autres cultures, ce qui élargit leur vision du monde et peut aussi les amener à réfléchir différemment, à être exposés à d'autres visions. De plus, l'art fait voyager : il amène les jeunes à découvrir d'autres endroits que la ville où ils sont nés et où ils vont à l'école secondaire. Bref, les arts exposent les jeunes à l'altérité, ce qui favorise les citoyens ayant des aptitudes au vivre-ensemble, à la tolérance et à l'accueil de l'autre.

### *Découverte de la culture québécoise et d'autres cultures (19 références)*

*L'improvisation, de base, c'est québécois et ça m'a comme ouvert à la culture. Et je joue avec des joueurs qui sont beaucoup québécois et qui aiment beaucoup le Québec. Donc qui sortent des références québécoises que je ne connais pas nécessairement puis des affaires de même. Donc ça me force à plus les connaître pour ne pas être perdu. (Joseph, entretien 12)*

La participation parascolaire artistique est une occasion pour les jeunes d'entrer davantage en contact avec la culture québécoise. Plusieurs des jeunes rencontrés ont indiqué qu'ils étaient déjà de grands consommateurs de musique, de télévision ou de cinéma québécois avant d'entamer leurs études secondaires, donc avant d'avoir une pratique parascolaire artistique. D'autres nous ont dit que la culture et l'art québécois ne les rejoignaient pas. Dans plusieurs cas, c'est la participation à Secondaire en spectacle qui aurait provoqué une première exploration de la musique québécoise, parce que le concours exige que le numéro présenté sur scène soit en français, sous peine d'être disqualifié. Certains jeunes musiciens ont toutefois découvert la musique québécoise en se préparant pour leur concours local et ont aussi réalisé l'importance de la musique francophone et québécoise ce faisant.

Pour quelques jeunes, vouloir exceller dans une discipline artistique les a amenés à s'intéresser aux artistes québécois pratiquant leur discipline. Ainsi, les jeunes musiciens connaissent beaucoup de musiciens québécois. Les danseurs, des danseurs québécois, etc.

Dans le même ordre d'idées, certains ont découvert d'autres cultures en explorant ce qui se faisait dans leur art. Pour Nathalie (entretien 7), « plus tu avances dans les compétitions et les concours, plus tu rencontres des gens qui viennent de loin et donc, plus tu as de chances de rencontrer des gens ou des œuvres qui font la promotion d'une autre culture que la tienne ».

Toutefois, pour une jeune, avancer dans son art, le chant, mène inévitablement à s'intéresser à ce qui se fait en anglais. Pour elle, vouloir exceller l'éloigne de la culture québécoise.

### *Occasions de voyager (6 références)*

*Tu dis un moment préféré, mais je trouve que la musique ça fait... je n'en ai pas vraiment, parce que la musique ça nous permet de vivre tellement d'activités, de choses, tellement de voyages. (Vincent, entretien 4)*

Pour plusieurs jeunes, un des bienfaits de la participation parascolaire artistique et culturelle est de pouvoir voyager ailleurs que chez eux pour pouvoir présenter ce qu'ils font.

## Synthèse de la section

Ce que nous retenons des entretiens avec les jeunes, c'est d'abord que leur participation parascolaire artistique leur apporte de nombreux bienfaits immédiats en termes de bien-être et de bonheur. Les activités parascolaires artistiques et culturelles augmentent leur confiance et leur estime de soi, leur procurent du plaisir, développent leur fierté. Pour les jeunes, la musique, la danse ou tout autre art qui est le leur est un espace de liberté qui leur permet de se sentir bien d'exister. Il semble qu'à l'adolescence, le bonheur et le bien-être ne sont pas des choses faciles à trouver et tout élément qui peut améliorer ces aspects de la vie des jeunes devrait être encouragé et valorisé. La participation à leurs activités parascolaires artistiques préférées les motive même à aller à l'école. L'art est également un moyen que les jeunes utilisent pour exprimer leurs émotions et transmettre des messages. Il semble aussi que l'adolescence est souvent une période où les parents disent que leurs ados ne leur « dit rien ». Il nous apparaît donc évident qu'il faut encourager toute initiative permettant aux jeunes d'exprimer leurs émotions pour ne pas les garder à l'intérieur d'eux-mêmes.

D'autres bienfaits, pour l'immédiat comme pour l'avenir, proviennent aussi leur participation à ces activités si on se fie à ce que les jeunes ressentent : acquisition de compétences transversales utiles au milieu du travail et à l'accomplissement de projets, découverte de son identité et ses valeurs, amélioration des compétences interpersonnelles, sociales et de communication, élargissement de la vision du monde et exposition à l'altérité.

Finalement, les jeunes réalisent qu'en pratiquant un art qu'ils aiment, ils arrivent à rencontrer des personnes comme eux, qui pensent comme eux et qui vivent les mêmes difficultés qu'eux au quotidien. Les activités parascolaires artistiques et culturelles sont donc, pour une certaine part des jeunes attirés davantage par l'art que par le sport, un espace de rencontre pour développer des amitiés fortes. Ces amitiés ne dureront pas nécessairement toute la vie, mais elles sont extrêmement utiles, à tout le moins durant l'adolescence.

## 6. Entretiens individuels avec d'anciens pratiquants d'activités parascolaires culturelles



Pour approfondir les réponses des jeunes rencontrés dans les entretiens de groupe, notre équipe de recherche a rencontré 11 adultes qui avaient participé à des activités parascolaires culturelles durant leurs études secondaires. Le but de cette dernière phase était, dans un premier temps, d'identifier les bienfaits que ces adultes associaient encore à ce jour, en rétrospective, à cette participation, puis, dans un deuxième temps, de découvrir comment ce qu'ils avaient acquis dans le cadre de cette participation les aide aujourd'hui dans leur vie professionnelle et sociale.

Pour obtenir la plus grande diversité possible de réponses, nous avons cherché des personnes aux profils variés en matière de profession, d'activités artistiques pratiquées et de région d'appartenance. La méthode privilégiée pour rejoindre ces participants fut le recrutement par réseaux. Malgré nos efforts, le recrutement s'est avéré plus difficile qu'anticipé et le profil des participants n'est pas aussi varié que prévu, ce qui peut induire un biais dans les réponses obtenues. En particulier, nous n'avons pas réussi à rejoindre une diversité de participants aussi grande que voulu dans les activités parascolaires pratiquées à l'école secondaire. Les profils de notre échantillon sont surtout centrés sur la musique, d'une part, et l'improvisation/théâtre, d'autre part.

Voici les caractéristiques des 11 participants :

**TABLEAU 9 – CARACTÉRISTIQUES DES PARTICIPANTS ADULTES AUX ENTRETIENS INDIVIDUELS**

Numéro du participant	Groupe d'âge	Profession Secteur d'intervention	Activités principales parascolaires pratiquées
1	35-39	Agent de développement	Improvisation théâtrale
2	45-49	Enseignante	Improvisation théâtrale, musique
3	45-48	Gestionnaire d'établissement carcéral	Musique
4	40-44	Intervenant psychosocial	Improvisation théâtrale, théâtre
5	25-29	Technicien en loisir en milieu scolaire	Improvisation théâtrale, théâtre, animation de spectacles et de galas
6	25-29	Responsable des communications d'un organisme communautaire	Improvisation théâtrale, théâtre, animation de spectacles

Numéro du participant	Groupe d'âge	Profession/Secteur d'intervention	Activités principales parascolaires pratiquées
7	30-34	Directeur de création d'une entreprise publicitaire	Improvisation théâtrale, musique
8	30-34	Technicien en pharmacie	Théâtre, musique
9	30-34	Technicienne en bibliothèque	Arts visuels
10	25-29	Attachée politique	Musique
11	25-29	Médecin	Musique et chant

Les participants proviennent du Bas-Saint-Laurent, de la Capitale-Nationale, de la Mauricie, de Montréal, de la Côte-Nord, de la Montérégie et du Centre-du-Québec. Les entretiens ont été réalisés durant l'été et au début de l'automne 2024 sur une base individuelle. Ils se sont déroulés sur la plateforme Zoom pour faciliter la communication interrégionale. Leur durée a varié grandement en fonction de la générosité des réponses, allant d'une vingtaine de minutes pour le plus court à plus d'une heure pour le plus long.

Les entretiens ont révélé trois grands thèmes regroupant 44 catégories distinctes de bienfaits ou d'effets négatifs. Le premier grand thème, les bienfaits immédiats qui perdurent dans la vie d'adulte, comprend 18 types de bienfaits. Le deuxième grand thème, les compétences transversales, spécifiques et le savoir-être, rassemble 19 types de bienfaits qui démontrent leur utilité pour la personne dans l'accomplissement de son métier ou dans sa vie d'adulte de tous les jours. Finalement, le troisième grand thème, les conséquences négatives de la pratique parascolaire artistique, révèle sept côtés négatifs de la pratique artistique ou culturelle à l'école secondaire.

## Thème 1 : Les bienfaits immédiats qui perdurent dans la vie d'adulte

Les jeunes qui participent à des activités parascolaires ont l'impression que ces activités leur procurent des bienfaits. Ils peuvent le réaliser sur le coup ou en rétrospective une fois l'âge adulte atteint. Ces bienfaits ont parfois un effet limité dans le temps, c'est-à-dire que leur effet ne dure que la période de fréquentation de l'école secondaire. Mais souvent, ils ont l'impression que les effets bénéfiques récoltés durant leur adolescence sont toujours présents et les aident à naviguer dans leur vie d'adulte. Dix-huit types de bienfaits ont été repérés dans les propos de nos participants. Pour chaque bienfait, nous nous efforcerons d'indiquer s'il est associé à la pratique d'une discipline artistique particulière.

### **Rencontrer des gens, socialiser et se faire des amis (15 références)**

*Je pense juste aux relations que je m'y suis faites. Je suis encore amie avec la majorité des gens avec qui je faisais du parascolaire. Même si on est maintenant rendu dans les quatre coins du Québec, on a des traditions de se voir au moins une fois par année.* (Participant 10, attachée politique)

C'est la catégorie de bienfaits le plus souvent mentionnée : faire des rencontres, socialiser, former des groupes autour de la pratique d'une activité artistique particulière et, souvent, se faire des amis pour la vie. En musique, les gens avec lesquels on a fait partie d'une harmonie ou d'un groupe pour participer à des concours restent souvent des amis que l'on revoit de temps à autre ou qui demeurent à ce jour nos meilleurs amis. En théâtre, ce sont les gens avec lesquels on a monté de nombreux spectacles. En impro, ce sont ceux qui ont fait partie de notre équipe d'école secondaire durant plusieurs années.

La participante 10 explique que ses amis sont maintenant dispersés partout dans la province et font partie de corps de métier très diversifiés. Si ce n'était de leur participation commune à des activités parascolaires culturelles au temps de leurs études secondaires, jamais ils ne se seraient rencontrés pour des raisons professionnelles. Bien qu'elle ne voie pas ces amis fréquemment, ce sont des relations interpersonnelles qu'elle continue d'entretenir.

Il y a des gens, comme le participant 6, qui ont pu former des groupes d'amis durant leur passage à l'école secondaire, mais qui ne les voient plus aujourd'hui parce que la vie les a amenés à se perdre de vue. Toutefois, ces participants soulignent l'importance que ces groupes d'amis ont eue pour eux durant leurs années adolescentes. Ils ont pu s'identifier à d'autres jeunes comme eux et être soutenus en cas de besoin.

Il y a finalement d'autres participants, comme la participante 11, pour qui les meilleurs amis sont toujours les personnes rencontrées dans les activités parascolaires.

### **Exprimer sa créativité (1 référence)**

*C'est l'expression de la créativité. Je ne suis pas sûr qu'avant ça j'aurais... puis en fait, j'ai toujours été quelqu'un qui aimait ça les activités... J'aime ça créer. C'est certain. Prendre ma guitare, jouer. J'ai commencé ça avant l'improvisation. À la rigueur écrire, conter des histoires, ça... Je pense que ce sont toujours des choses qui ont fait partie de moi. Mais là, ça les a cristallisées dans quelque chose de concret.*  
(Participant 7, directeur de création)

Pour le participant 7, les activités parascolaires et les loisirs culturels permettent d'exprimer sa créativité, une facette importante de sa personnalité. C'est un moyen de combler son besoin d'actualisation, puisque cette créativité constitue un potentiel de la personne à développer.

### **Tremplin de possibilités (7 références)**

*Plus tu essaies différentes choses, mieux tu vas te connaître, et après ça, ça va te mener plus loin dans la vie. Je pense que le parascolaire, c'est un peu ça que ça a fait. Ça m'a donné plein de petites opportunités de m'impliquer ici et là, puis de finir où j'en suis. Je pense que si j'avais fait un parcours régulier seulement, je ne pense pas que je serais ici.* (Participante 10, attachée politique)

Plusieurs participants mentionnent les ouvertures, petites et grandes, que leur participation parascolaire artistique leur a offertes. La participante 11, par exemple, mentionne que ses talents en musique et en chant lui ont permis de participer à de nombreux spectacles-bénéfice et collectes de fonds pour des causes lui tenant à cœur. Elle est toujours impliquée aujourd'hui dans des maisons de personnes âgées.

La participante 2 mentionne que les connaissances et les aptitudes que les jeunes développent dans le cadre de leur discipline artistique leur permettent souvent de trouver un emploi étudiant après l'école secondaire, en devenant enseignant, assistant-enseignant ou metteur en scène dans des cours parascolaires pour des jeunes du secondaire. Dans le cas de l'improvisation théâtrale, plusieurs jeunes deviennent entraîneurs en improvisation à leur école secondaire une fois qu'ils sont inscrits au cégep ou à l'université.

Les participantes 9 et 10 indiquent qu'elles ont pu voyager au Québec ainsi que dans d'autres pays pour présenter leur art.

Plusieurs participants associent également la chance qu'ils ont de faire leur métier aujourd'hui à leur participation parascolaire artistique. Ils pensent que c'est entre autres cette participation qui les a placés sur le chemin de leur carrière actuelle.

### **Projets avec les membres de la famille (1 référence)**

Pour la participante 11, la participation parascolaire artistique a toujours représenté une occasion de voir les membres

de sa famille proche, car ses parents et son frère jouent aussi de certains instruments. Pour elle, la musique continue toujours de créer des occasions de se rassembler en famille autour de projets de spectacles-bénéfice, notamment.

### **Découverte de soi (3 références)**

Pour la participante 2, la participation parascolaire artistique a représenté une occasion de découvrir sa propre personnalité, de déterminer ce qu'elle aime et ce qu'elle n'aime pas, et de découvrir les traits de caractère qu'elle aime ou pas chez les autres. Pour cette même participante et le participant 1, les activités parascolaires représentent un espace propice à tester et découvrir ses propres limites dans un contexte relativement sécuritaire.

### **Compenser sa nature introvertie (2 références)**

*Je suis quand même quelqu'un d'intraverti, même si ça m'a quand même... Je trouve que l'improvisation, en fait c'est ce... la parenthèse sur l'introversion, c'est quelque chose que j'ai plus découvert récemment. Puis avec l'improvisation, ça m'a un peu permis de devenir plus fonctionnel.* (Participant 7, directeur de création)

Pour le participant 7 et la participante 9, l'implication dans les activités artistiques à l'école secondaire leur a permis de développer des aptitudes leur permettant de surpasser leur nature timide, introvertie. Ils sentent qu'ils sont aujourd'hui beaucoup plus fonctionnels lors d'interactions sociales, étant même parfois la personne qui amène les autres à se rencontrer, à être bien lors d'événements où les participants ne se connaissent pas tous.

### **Confiance en soi (10 références)**

*En dehors des compétences que ça m'a appris, définitivement que j'ai tiré un énorme bénéfice de confiance en moi. De hey, je suis bon à faire quelque chose. Puis d'apprendre à dealer avec le doute en moi. Puis oui, d'avoir un exutoire pour... apprendre à vivre des situations... à vivre des réussites dans une période de ma vie où il y en avait très peu.* (Participant 4, intervenant psychosocial)

Pour le participant 4 et bien d'autres, les activités parascolaires artistiques ont représenté dans leur vie d'adolescent un espace pour vivre des réussites, ce qui a contribué à bâtir leur confiance en soi. En vivant ces réussites, les jeunes s'aperçoivent qu'ils peuvent avoir confiance en leurs propres capacités pour atteindre des objectifs. Ils découvrent qu'ils ont ce qu'il faut en eux pour accomplir de petites choses d'abord, ce qui les mène à accomplir de plus grandes choses plus tard. Les jeunes artistes prennent souvent conscience de leur succès par l'appréciation de leur performance par les publics auxquels ils la présentent, en particulier les pairs.

La participation parascolaire peut prendre une importance capitale dans le processus de construction de la confiance en soi quand le jeune ne vit pas de succès dans le cadre scolaire ou quand le milieu familial ne lui permet pas de s'épanouir de cette manière.

### **Connaissances générales et connaissances en arts (2 références)**

Deux des participants ont signalé que leur participation à des activités parascolaires, et notamment le contact avec les adultes significatifs dans le contexte de cette participation, les a amenés à développer des connaissances générales variées et des connaissances générales portant spécifiquement sur les arts et les œuvres artistiques cultes, comme en cinéma.

### **Souvenirs qui rendent heureux et fiers (1 référence)**

*C'est une période qui... ça me rend de bonne humeur d'en parler. C'est une période qui me ramène tellement d'excellents souvenirs, d'émotions, de toutes sortes d'affaires, de travail, de rigueur, de cohésion d'équipe, de rire, de plaisir. C'est vraiment très positif ce que je me remémore quand je pense à ça.*

(Participante 3, gestionnaire d'établissement carcéral)

Bien que ce soit le seul passage que nous ayons pu noter qui traduise l'idée de se créer d'heureux souvenirs qui rendent heureux et fiers de soi, de nombreux participants nous ont parlé d'expositions, de spectacles et d'événements auxquels ils ont participé dans des activités parascolaires; la fierté et le bonheur se lisaient dans leurs yeux et dans leur voix alors qu'ils en parlaient. Ainsi, les activités parascolaires à l'école secondaire semblent offrir des occasions de créer des souvenirs qui permettent de ressentir des émotions positives plus tard, dans sa vie d'adulte, quand on se les remémore.

### **Apprendre sa valeur malgré l'adversité (1 référence)**

*Les sportifs, tout le monde n'a d'yeux que pour eux. Alors que nous, on gagnait des médailles et tout cela, mais dans notre école, ce n'était pas super bien reconnu [la musique]. Donc apprendre dans l'adversité à s'affirmer, même si tu n'es pas le groupe le plus reconnu...*

(Participante 3, gestionnaire d'établissement carcéral)

La participante 3 semble avoir appris à reconnaître sa propre valeur malgré un contexte scolaire qui ne valorisait pas tellement les accomplissements qu'elle et l'harmonie de son école réalisaient. Elle aurait ainsi appris à s'affirmer, à valoriser son identité autrement que par l'approbation des pairs, mais plutôt en affirmant celle-ci haut et fort.

### **Donner un répit durant l'adolescence (4 références)**

*Je suis rendu à 26 ans et j'ai réalisé que quand j'étais au secondaire, ma maison et ma famille n'étaient pas violentes ou agressives ou quoi que ce soit, mais ce n'était pas un lieu bienveillant, je vais formuler ça comme ça. Pas des extrêmes. Puis c'est juste que je me rends compte que ça m'a beaucoup aidé à traverser toutes les difficultés familiales que j'ai vécues à l'époque... Je pense que dans un autre parcours, j'avais un demi-frère à l'époque que lui, il est tombé dans la drogue dure. Donc quelque chose me dit que je n'étais pas si loin que ça, mais je n'étais jamais à la maison. J'étais tout le temps rendu à l'école...*

(Participant 6, responsable des communications)

C'est un cas extrême qui est mentionné ici, mais il montre bien un point : les activités parascolaires que les jeunes aiment peuvent devenir des espaces de répit pour des problématiques vécues durant l'adolescence. Dans le cas du participant 6, le problème était un milieu familial sous-optimal pour son bien-être et son développement.

D'autres participants nous ont aussi parlé d'un « mal-être adolescent » qu'ils ressentaient à l'âge de l'école secondaire. Toutefois, les activités parascolaires artistiques qu'ils avaient choisies les passionnaient et leur donnaient un répit de ce mal-être pour de courtes durées.

### **Exploration vocationnelle (1 référence)**

Pour la participante 9, la participation parascolaire l'a menée à développer une carrière artistique en arts visuels. Même si la pandémie y a mis fin temporairement, elle compte toujours y retourner un jour. Elle a aussi rêvé de devenir enseignante en arts plastiques ou en arts visuels au cégep ou à l'université. Les activités parascolaires peuvent ainsi servir à s'orienter vers une carrière artistique.

### **Divertissement (8 références)**

*C'est de pouvoir s'investir dans un projet. J'ai toujours... ce que j'aimais... ce que j'aime encore, c'est de pouvoir me concentrer sur un projet, et le reste du monde disparaît finalement.*

(Participant 8, technicien en pharmacie)

Certains ont parlé dans nos entretiens d'occasions de se divertir, de se changer les idées, tandis que d'autres parlaient plutôt d'exutoire, soit de pouvoir exprimer des choses ou laisser aller une partie de leur personnalité dans un espace propice, ce que le quotidien ne permet pas toujours. Ce bienfait que procure la participation parascolaire artistique est souvent lié à la réduction du stress et de l'anxiété.

### **Apprendre à identifier ses émotions et les exprimer (5 références)**

*Oui, parce que j'ai appris à exprimer mes émotions, sur lesquelles je n'avais pas de mots. Parce qu'à l'adolescence, ça déborde de partout et on ne sait pas comment nommer les choses. Bien moi, je prenais mon instrument et je jouais. Puis souvent, je m'obstinais avec mon prof de violon. Pour choisir des pièces qui étaient en lien avec l'émotion que je voulais transcender sans que je le sache.* (Participante 2, enseignante)

Comme les arts demandent d'exprimer des émotions, ou d'être proche de ses émotions, la participation parascolaire artistique aurait comme effet d'aider les jeunes à identifier leurs émotions et à les exprimer par d'autres moyens que la discussion et les mots. Par exemple en incarnant un personnage qui vit des émotions similaires ou en choisissant d'interpréter une pièce musicale qui transmet ces émotions. Comme l'adolescence est une époque de changement et d'exploration, les émotions fusent de partout. Il semble que les activités parascolaires artistiques puissent offrir un contexte pour les vivre et les canaliser.

### **Motivation scolaire (1 référence)**

*Je pense que c'était surtout une motivation d'aller à l'école. Le programme nous demandait d'avoir un minimum de réussite scolaire. Il fallait au moins qu'on passe nos cours puis qu'on ne soit pas un problème pour les intervenants ou quoi que ce soit.* (Participante 10, attachée politique)

Moins présente dans les conversations avec les adultes, la motivation scolaire est un bienfait de la participation parascolaire. Pour pouvoir prendre part à toutes les activités qu'elle souhaitait en musique (autant du côté scolaire que parascolaire), la participante 10 devait maintenir une bonne moyenne à l'école et afficher un bon comportement, ce qui la motivait.

### **Valorisation (3 références)**

*Mais je pense que d'être la fille qui dessinait, tout le monde [rires]... ça m'a aidé à m'intégrer, puis il n'y a jamais personne qui m'a aachalée. J'ai été chanceuse là-dessus...* (Participante 9, technicienne en bibliothèque)

La pratique d'une discipline artistique ou la participation à des spectacles, en les animant par exemple, a permis à plusieurs participants de se sentir valorisés dans leur milieu. Le participant 5 nous a raconté que ses pairs à l'école le félicitaient souvent au lendemain de ses animations de spectacles et de galas étudiants. On lui rappelait qu'il avait fait du bon travail et cela le valorisait dans son milieu, favorisant aussi ses interactions à l'école. La participante 9, elle, était vraiment excellente en dessin, ce qui lui conférait une certaine valeur aux yeux des autres et lui a permis de ne pas être la cible de comportements déplaisants à l'école. Elle était reconnue pour être la fille timide, mais bonne en dessin.

### **Développement d'une relation positive avec un adulte à l'école (2 références)**

La participante 9, qui passait beaucoup de temps à son local d'arts plastiques, a développé une relation proche avec sa professeure d'art. Celle-ci est devenue une mentore pour son élève, lui apprenant des trucs et lui confiant des responsabilités. Le participant 1 a développé avec son entraîneur d'improvisation théâtrale une relation similaire : l'entraîneur lui recommandait des livres et des films au pour qu'il enrichisse sa culture générale. De nature timide, la participante 9 a indiqué qu'elle avait l'impression que sa professeure l'avait prise sous son aile à l'école, ce qui la sécurisait dans le contexte scolaire. Le participant 1 a révélé qu'il est toujours ami aujourd'hui avec son ancien entraîneur en impro, tandis que la participante 9 a mentionné qu'elle a longtemps gardé contact avec son enseignante.

### **Élargissement de ses horizons (8 références)**

*Je disais... c'est drôle, parce que je disais justement à une amie il n'y a pas si longtemps avec qui j'ai fait le programme qu'on voyait des fois la différence avec quelqu'un qui n'avait eu aucune activité parascolaire, que ce soit de sport, de musique, d'art, puis quelqu'un qui en avait eu. Dans le sens que j'ai l'impression que les gens qui en ont fait, ça leur a ouvert des portes. Ça leur a permis aussi de connaître autre chose que leur environnement restreint.* (Participante 10, attachée politique)



Que ce soit en côtoyant des personnes d'âges variés ou vivant différentes réalités, en rencontrant des personnes d'autres écoles ou d'autres régions pratiquant le même art, en se confrontant à des œuvres issues d'autres cultures ou en voyageant à l'international pour présenter son art et compétitionner, la participation parascolaire artistique offre de nombreuses occasions à un jeune du secondaire d'élargir ses horizons. D'abord en lui montrant des réalités au-delà de son domicile et de son école. Puis en le faisant interagir avec des pairs qui vivent des réalités différentes. Enfin en lui présentant d'autres cultures lors de voyages. L'adolescence est l'occasion pour le jeune de devenir qui il est en dehors du foyer. Les activités artistiques ouvrent des fenêtres pour exposer le plus possible les jeunes à des éléments qui pourraient éveiller leur esprit à toutes sortes de réalités.

## Thème 2 : Les compétences transversales, spécifiques et le savoir-être utile dans la vie d'adulte

Nos entretiens ont permis d'identifier 19 compétences ou éléments de savoir-être dont le développement chez nos participants a été favorisé par leur participation à des activités parascolaires artistiques. Nos participants ont aujourd'hui l'impression que ces savoirs et ces aptitudes les aident dans leur vie d'adulte, que ce soit sur le plan professionnel ou personnel.

### *Compétences sociales et en communication interpersonnelle (17 références)*

*Apprendre à peser mes mots, à bien les choisir. M'assurer que j'ai bien été compris et que moi j'ai bien compris la personne. Faire de l'écoute active. Puis dans mes relations aussi, même en dehors de mon milieu professionnel, dans mes relations avec ma femme, avec mes enfants, c'est quelque chose qui est super utile. D'être à l'écoute, de savoir bien m'exprimer.* (Participant 4, intervenant psychosocial)

Cette compétence est celle qui est le plus souvent mentionnée, sous toutes sortes de formes : apprendre à communiquer, écoute active, exprimer clairement son message ou ses idées, maintenir une conversation, mettre à l'aise le monde autour de soi, savoir interagir avec les autres, peu importe la situation, analyser l'énergie dans un événement social (*read the room*), meilleure expression orale, compétences sociales, comprendre à qui on s'adresse.

Cette compétence semble davantage manifeste chez ceux et celles qui ont pratiqué des arts comme le théâtre et l'improvisation théâtrale, où la parole et l'expression sont les principaux outils de communication. Le participant 4 a l'impression que des activités comme le théâtre et l'improvisation théâtrale sont centrées sur l'apprentissage de comment interagir avec les autres :

*J'ai l'impression que c'est une activité où particulièrement, si j'avais fait du basket, j'aurais appris à jouer au basket. Si j'avais été dans le club d'informatique, j'aurais appris à coder. Mais là, parce que j'ai fait ça, j'ai appris à interagir avec des humains. Puis c'est tellement un skill qu'on utilise tout le temps.*

(Participant 4, intervenant psychosocial)

C'est évidemment une compétence qui peut être remobilisée au travail, puisque la plupart des emplois exigent une interaction avec des clients, des usagers, des utilisateurs de services ou des collègues de travail. Dans la vie de tous les jours, on rencontre souvent des inconnus, pour effectuer des transactions ou des achats par exemple.

Même si la parole n'est pas l'instrument principal de leur art, nos participants qui ont pratiqué la musique et les arts visuels ont indiqué aussi que leurs activités parascolaires les ont amenés à mieux communiquer avec les autres et à développer des compétences sociales. En musique, ce serait parce que jouer dans un ensemble collectif amène à côtoyer toutes sortes de personnes, avec lesquelles il faut apprendre à vivre même si on se ressemble moins. En arts visuels, l'exposition des œuvres de l'artiste lui permettrait de présenter une partie de soi à travers ses œuvres, ce qui l'amènerait à échanger sur ses œuvres et sur lui-même par la suite. Exposer suscite inévitablement des interactions entre les visiteurs et l'artiste, ce qui déclenche un réflexe social.

Si cette compétence est celle qui est le plus mentionnée dans nos entretiens, c'est probablement parce que notre échantillon se caractérisait par une surreprésentation des personnes ayant fait de l'improvisation théâtrale et du théâtre à l'école secondaire par rapport à d'autres activités parascolaires artistiques. Il faut ainsi traiter le volume de références à cette compétence avec prudence.

### **Compétences de communication en public (11 références)**

Toujours en lien avec la communication, la plupart de nos participants ont mentionné que leur participation parascolaire artistique les avait amenés à devenir plus à l'aise avec la communication en public. Par exemple, la participante 3, qui faisait partie d'un ensemble musical vaste, a développé sa capacité à s'exprimer haut et fort en groupe, pour que l'ensemble du groupe l'écoute et comprenne son message et son intention. De son côté, le participant 7 n'a « aucune difficulté à parler devant public lorsque nécessaire », et ce, même s'il se considère comme une personne timide de nature. Son aisance viendrait du fait qu'il a développé des trucs pour se présenter et parler devant un public lors des spectacles d'improvisation théâtrale et de musique auxquels il a participé. La participante 11, qui a fait de la musique au secondaire, a l'impression que le simple fait de se présenter devant un public pour ses représentations musicales l'a habituée à gérer le stress de se trouver devant une foule pour offrir une prestation ou donner un cours.

### **Jouer avec les enfants (3 références)**

Trois participants ont mentionné que leur participation parascolaire artistique les aide aujourd'hui à jouer avec les enfants, incluant les leurs, parce qu'ils ont développé certaines aptitudes propices au jeu avec eux. Le participant 7 a signalé que l'improvisation théâtrale lui avait permis de développer son imagination, aidé à raconter des histoires passionnantes à son enfant ou à embarquer avec lui dans le jeu symbolique. La participante 9 n'a jamais de difficulté à trouver des projets de bricolage à proposer à son enfant parce qu'elle a accumulé un bagage d'idées provenant de sa pratique des arts visuels au secondaire et après. Le participant 1 prend souvent des voix de personnages qu'il a développées en improvisation théâtrale pour jouer avec ses propres enfants.

### **Apprivoiser la prise de risques (4 références)**

*Sauf que c'est ça, c'est de se lancer en faisant comme : OK, bien on l'essaie, puis dans le pire des cas, on ne le refera pas l'an prochain, ou on le corrige l'an prochain. Ce n'est pas plus grave.*

(Participant 5, techniciens en loisir en milieu scolaire)

Le participant 5 est quelqu'un qui prend de sains risques dans le cadre de sa vie professionnelle. Par exemple, il renouvelle quand il peut ses propositions d'activités aux élèves de son école sans garantie que ces activités seront un succès. Il s'est aussi lancé en affaires en créant une entreprise de petite envergure dans laquelle il investit temps et argent. Quand on l'a questionné sur cette prise de risque, il a expliqué que c'est surtout l'improvisation théâtrale qui lui a appris que l'échec fait partie de la vie. « Faire de l'impro vient avec le fait de vivre souvent de petits échecs parce qu'il faut essayer des choses sur scène sans garantie de succès », affirme-t-il. Il a ainsi appris à surmonter sa peur de l'échec, ne surévaluant pas son impact quand il survient. Cette attitude l'aide à avoir une relation plus saine avec la prise de risques, nécessaire dans certaines circonstances professionnelles. La compétence qu'il a acquise est donc un mélange entre une bonne gestion du stress associé à la prise de risques et une capacité à relativiser les impacts d'un échec. Cette idée est liée à celle de ne pas vouloir prendre de risques de peur d'avoir l'air ridicule en cas d'échec. L'improvisation théâtrale apprend à ne pas craindre le ridicule.

### **Adaptabilité (11 références)**

*Il y a des contraintes qui arrivent à la dernière minute, que ce soit au niveau du budget, que ce soit un impondérable que l'on n'avait pas pris en compte. Bien je pense que mes collègues soulignent ma capacité à faire : bon, bien on va composer avec ça, puis de ne pas rester boké, comme on dit en bon français, mais de ne pas rester bloqué sur ces idées, puis de dire : si je n'ai pas toutes les composantes idéales, je ne peux pas avancer. Au contraire, je pense que l'impro m'a permis d'avoir ça.* (Participant 7, directeur de création)

Quelques participants, surtout ceux et celles qui ont pratiqué l'improvisation théâtrale alors qu'ils fréquentaient l'école secondaire, nous ont indiqué que cette activité avait développé leur adaptabilité. L'adaptabilité n'a pas le même sens pour tous, mais on peut dire qu'ils trouvent que l'impro leur a permis de développer une capacité à composer avec des situations imprévues, à accepter en cours de réalisation d'un plan de le modifier selon l'évolution de la situation et à ne pas se décourager devant une situation pour laquelle on n'a pas encore de solution concrète. Sur ce dernier point, le participant 7 a l'impression que l'improvisation lui a permis de développer une attitude qui fait que même s'il ne sait pas comment il va régler un problème, il sait qu'il va y arriver. On pourrait parler d'une capacité d'acceptation de l'incertitude doublée d'une capacité de composer avec l'imprévu. Évidemment, dans un contexte professionnel par exemple, cette compétence transversale est très utile, puisque la plupart des métiers, particulièrement dans le domaine des industries créatives et du savoir, demandent de résoudre des problèmes.

### **Avoir l'audace d'exprimer son opinion (3 références)**

*Ensuite dans ma vie familiale, bien par rapport admettons avec mes parents, bien probablement que ça m'a permis de prendre plus ma place comme adolescent. D'oser communiquer, d'oser dire ce que je pense.*  
(Participant 7, directeur de création)

Les participants 1 et 7 ont l'impression que leur pratique de l'impro à l'école secondaire leur a permis de développer une capacité d'exprimer leurs opinions. Nous ne parlons pas ici de la capacité de formuler clairement leurs idées (une qualité traitée ailleurs), mais plutôt d'avoir l'audace d'exprimer ce que l'on pense sans craindre de déplaire ou d'avoir l'air ridicule. Le participant 7 trouve pratique pour lui aujourd'hui de ne pas craindre de présenter ses idées à ses collègues de travail, par exemple dans le cas d'une séance de remue-méninges. Il a expliqué qu'il a l'impression que ses collègues hésitent à présenter une idée brouillonne ou qui n'est pas aboutie. À l'inverse, il expose souvent aux autres ses idées incomplètes parce qu'il n'a pas peur du ridicule et qu'il sait que les autres pourront les améliorer.

### **Capacité d'abstraction (1 référence)**

La participante 9 a indiqué que sa pratique des arts visuels à l'école secondaire avait probablement contribué à développer sa capacité d'abstraction, soit sa capacité à comprendre des notions qui ne sont pas concrètes ou directement appliquées. Elle trouve que c'est pratique en bibliothèque, notamment pour comprendre les principes derrière des directives reçues ou encore les logiques de classement des documents dans son établissement.

### **Capacité d'assumer le leadership et la responsabilité d'un projet ou d'une décision (3 références)**

*Adopter un rôle de lead. Tu sais, ne pas avoir peur de prendre un rôle de leader quand il n'y a personne d'autre qui le prend. Puis de ne pas avoir peur de mettre le projecteur sur moi. De dire : bon, bien il n'y a personne qui s'en occupe, c'est moi qui en prends la responsabilité. Je mets mon nom, je mets mon dossard de responsable, puis j'en prends l'imputabilité, puis il faut qu'on avance.* (Participant 4, intervenant psychosocial)

Trois participants, qui ont fait de l'improvisation ou de la musique, ont l'impression que la réalisation de projets dans le cadre de leur participation parascolaire les a aidés à développer leur capacité d'assumer la responsabilité d'un projet et de prendre des décisions responsables. En musique, la participante 3 nous a raconté que son rôle premier parmi les gens jouant du même instrument qu'elle lui a permis de développer son leadership. En théâtre, le participant 8 nous a révélé que la création d'une troupe de théâtre et la réalisation de pièces de A à Z lui a appris à prendre les devants (même si c'est arrivé après le secondaire, c'est-à-dire à l'université). Le participant 4 a relaté de son côté que d'être au premier plan dans ses équipes d'improvisation théâtrale et dans ses pièces de théâtre l'a habitué à être le centre de l'attention et à soutenir la pression qui vient avec une position centrale dans un projet.

### **Compétence pédagogique (3 références)**

Les participantes 2 et 9 pensent que leur participation parascolaire artistique les a aidées à développer une certaine compétence pédagogique. La participante 9 a par exemple l'impression que d'avoir aidé les autres élèves de l'école

dans leurs projets d'arts plastiques en rattrapage sur l'heure du midi et dans certaines périodes lui a permis de devenir une meilleure pédagogue. Dans le cas de la participante 2, le sens de la répartie et de l'humour qu'elle a développé en impro lui permet de mieux interagir avec les élèves qui tentent de déranger la classe ou de la provoquer, et d'exercer une meilleure gestion de classe en faisant preuve d'humour pour garder l'attention.

### **Développement de compétences spécifiques à des métiers (2 références)**

Parfois, les activités parascolaires artistiques pratiquées à l'école secondaire permettent de développer des compétences directement applicables à certains métiers. On ne parle donc pas ici de compétences transversales, mais bien de compétences spécifiques. C'est surtout le cas des métiers des industries créatives et du savoir. Par exemple, la participante 9 a eu une carrière artistique en arts visuels. Évidemment, toutes les idées et les techniques en arts visuels acquises en parascolaire à l'école secondaire sont réapplicables directement dans son cas. Le participant 6, qui a participé à de nombreuses activités parascolaires, comme le journal étudiant de son école, aurait appris à appliquer une certaine rigueur journalistique à son travail, qu'il remobilise aujourd'hui dans les publications de son organisation et dans son rôle d'étudiant diplômé universitaire.

### **Développer le réflexe de « participation holistique » (5 références)**

*Moi, le lien que je vois entre le travail et les activités parascolaires, c'est l'idée de ne pas juste être concentré sur le travail comme tel. Donc je ne suis pas là juste pour étudier, je ne suis pas là juste pour travailler, c'est d'avoir une vision un peu plus large, d'être ouvert aux autres options.* (Participant 8, technicien en pharmacie)

Le participant 8 a indiqué que les activités parascolaires artistiques à l'école secondaire lui ont servi à développer son goût de participer pleinement à la vie de son école. Le principe pour lui, c'était de ne pas simplement aller à l'école, mais bien de profiter de tout ce que l'école avait à lui offrir. Ce réflexe lui aurait entre autres permis de passer plus facilement au travers de sa dernière année au secondaire, qui était moins stimulante durant les cours. Aujourd'hui, le participant 8 a toujours ce réflexe de « participation holistique », c'est-à-dire qu'il applique ce même réflexe dans son milieu de travail. Ainsi, quand la pharmacie où il travaille cherche des volontaires pour des projets spéciaux, il lève la main. Quand on propose une activité sociale, il lève la main. De la sorte, son milieu de travail n'est pas uniquement son milieu de travail : c'est aussi un milieu de vie holistique qui a plusieurs choses à lui offrir. Ce lien plus global avec son milieu de travail semble créer un attachement plus grand et augmente sa motivation d'être au travail et de s'investir dans celui-ci.

La participante 10 a exprimé des idées similaires, indiquant qu'à l'approche d'un spectacle de musique, elle participait toujours à toutes les facettes de la préparation : préparation des animations, vente de billets, etc. Ainsi, elle aussi a développé un réflexe de « participation holistique ».

### **Éthique de travail (8 références)**

*Parce qu'on a souvent des entrevues en médecine pour tous les différents programmes... toutes les étapes du parcours dans les dernières années, et ça, je l'ai souvent mentionné en entrevue que je pense que ça a beaucoup forgé ma personnalité puis mon éthique de travail, je pense, parce que c'est sûr que d'être impliquée dans beaucoup de choses, nécessairement ça fait que tu as un peu moins de temps pour les autres affaires. Donc je pense que peu importe c'était quoi l'implication, que ce soit la musique ou le sport, ça t'oblige à avoir une certaine organisation de ton horaire.* (Participante 11, médecin)

Les participants ayant pratiqué la musique à l'école secondaire, souvent dans un cadre à la fois scolaire et parascolaire, attribuent leur éthique de travail d'aujourd'hui à cette pratique. Dans leurs propos, l'idée de l'éthique de travail implique deux éléments : d'abord, une capacité d'organisation de leur temps et de l'horaire pour en maximiser l'utilisation; ensuite, une persévérance aiguisée qui leur permet d'atteindre des objectifs difficiles (par exemple, écrire un livre pour la participante 2). C'est particulièrement la participation à des compétitions de haut niveau, ou l'intention de s'inscrire au conservatoire, qui aurait amené les participants musiciens à développer cette éthique de travail.

Aujourd'hui, les participants possèdent toujours cette même éthique de travail, ce qui leur permet de bien accomplir leur métier, mais aussi d'être occupés en dehors de celui-ci. La participante 11, médecin, a révélé qu'il lui aurait été impossible de faire des études de médecine sans cette rigueur. Elle a signalé aussi que cette rigueur lui avait permis de continuer à s'impliquer dans de nombreuses activités en même temps que ses études en médecine.

### **Gestion de projets (3 références)**

*C'était moi qui coordonnais le tout et qui gérais les différents projets, qui gérais les ressources physiques pour telle pièce de théâtre, pour tel truc ou telle affaire. Puis clairement, ça m'a suivi parce que ma vie, c'est une gestion d'horaires et une coordination de projets tout le temps [rire].* (Participant 6, responsable des communications)

Les personnes de notre échantillon, en musique et en théâtre surtout, ont souvent eu à organiser des spectacles pour présenter le fruit de leur pratique artistique parascolaire à l'école secondaire. Ils ont ainsi développé des habiletés en gestion de projets et en organisation d'événements.

### **Capacité de gestion du stress en situation de performance (10 références)**

La plupart des participants ont mentionné que la participation à des spectacles devant public durant leur adolescence les avait habitués au stress qui vient avec les situations de haute performance. Aujourd'hui, face à une telle situation, le stress est toujours présent, mais ils y sont habitués et savent donc comment le gérer et le mobiliser pour offrir encore une meilleure performance. C'est un outil qui leur sert souvent dans le cadre professionnel, car beaucoup de métiers donnent lieu à de telles situations.

### **Jouer le rôle d'un professionnel au travail (5 références)**

*D'être capable d'interpréter un personnage. Ce qui est aussi ce que je fais quand je suis en pharmacie, puis je discute avec le public. Je rentre un petit peu dans le rôle de celui qui veut t'aider, le professionnel aussi qui connaît ses choses.* (Participant 8, technicien en pharmacie)

Parmi les compétences acquises les plus surprenantes, celle dont nous ont parlé le participant 6 et le participant 8 est aussi très utile au travail. C'est la compétence d'être capable d'incarner un personnage. Comme le dit le participant 8, le personnage joué au travail n'est pas bien loin de sa propre personnalité, mais c'est le rôle d'un technicien en pharmacie, dont l'objectif premier est toujours d'aider les clients et de faire bien paraître la pharmacie. Les jours où la personne en dessous du professionnel est moins en forme, utiliser le personnage du pharmacien peut être très utile pour toujours bien paraître en milieu de travail.

### **Empathie (1 référence)**

L'impro et le théâtre permettent d'explorer des personnages, de se placer dans la peau d'un autre. Pour le participant 1, c'est une façon d'acquérir de l'empathie, qui peut ensuite être remobilisée dans la vie de tous les jours et au travail. Par exemple, dans son rôle d'agent de développement, le participant 1 a indiqué que cette empathie l'aidait à effectuer des demandes de subvention : il sait qui va les recevoir et les approuver ou les refuser. Il est ainsi capable de se placer dans leurs bottes pour penser comme eux et il formule ses demandes en fonction de ce à quoi ils s'attendent.

Le participant 8 a aussi mentionné qu'il fait usage d'empathie auprès des personnes qui visitent la pharmacie où il travaille. Quand un client ou une cliente se présente dans l'établissement, il tente de cerner le genre de personne qui est devant lui pour mieux cibler ses attentes et ses besoins et trouver la meilleure approche à adopter.

### **Mobiliser son imagination et sa créativité (6 références)**

Plusieurs personnes de disciplines variées nous ont indiqué que leur participation parascolaire artistique les avait menées à mobiliser souvent leur imagination et leur créativité. Ayant « musclé » leur imagination, ils la mobilisent

maintenant dans toutes les circonstances où c'est approprié, notamment dans des situations de résolution de problèmes au travail. Ainsi, la participation parascolaire artistique semble créer des employés plus créatifs.

### **Souci du détail (1 référence)**

*Dès qu'un livre est mal placé d'une coche, il est pas mal dur à trouver. Puis on a beaucoup de détails à considérer, il y a plein de cas particuliers à la bibliothèque, donc j'ai quand même une aisance avec ça.*

(Participante 9, technicienne en bibliothèque)

La pratique de la participante 9 en arts visuels au secondaire et par la suite aurait fait naître en elle un souci du détail, qui peut être remobilisé dans certains contextes d'emploi pour s'assurer de bien effectuer son travail, surtout quand les détails peuvent faire une grande différence, comme en bibliothèque.

### **Entraide et travail d'équipe (4 références)**

*Comme compétence, le travail de groupe, justement, on en parlait. Comment faire partie d'un groupe, d'une équipe. De faire sa part pour arriver au résultat. Surtout en arts, en théâtre. Tu ne peux pas juste tirer de ton bord sans faire partie de la gang.* (Participant 8, technicien en pharmacie)

Le théâtre a amené le participant 8 à développer des aptitudes le disposant à travailler en équipe et à être conscient de du rôle qu'il joue dans une équipe, à l'accepter. Même son de cloche pour la participante 10, qui jouait dans un ensemble musical. Pour elle, l'une des plus belles preuves de travail en équipe et d'entraide s'est produite lorsque les membres de son ensemble ont eu à s'organiser pour transporter les gros instruments de l'ensemble, impossibles à transporter tout seul. Une forme de collaboration tacite s'était développée entre les membres de l'ensemble. Évidemment, rares sont les métiers où l'on ne travaille pas au sein d'une équipe. C'est donc une compétence hautement recherchée par les employeurs.

## **Thème 3 : Les effets néfastes de la participation parascolaire artistique**

Nous avons demandé aux participants s'ils voyaient des conséquences négatives de leur participation parascolaire artistique à l'école secondaire. Certains ont eu beau se creuser la tête, impossible d'en trouver. D'autres ont toutefois identifié sept effets possiblement néfastes.

### **Coupure radicale après le secondaire (1 référence)**

*Ce que je trouve peut-être dommage dans le parascolaire, c'est qu'une fois que c'est fini, il y a peu de moyens pour la communauté de s'y impliquer. Je veux dire : c'est plus difficile d'accès.*

(Participante 10, attachée politique)

Un côté difficile de la participation parascolaire artistique serait le « sevrage » qui survient une fois le passage à l'école secondaire terminé. Pour la participante 10, la coupure n'a pas été aussi abrupte parce qu'elle a trouvé un moyen de rester impliquée grâce à un membre de la famille qui travaille à l'école où elle allait. Elle offre un soutien à ce membre de la famille dans la préparation des concerts des ensembles de l'école, par exemple. Mais pour les amis de la participante 10, la coupure après le secondaire a été importante, ce qui a pu avoir un effet amer un temps sur leur personne.

### **Confondre les normes internes du monde social de l'activité et les normes de la société en général (4 références)**

*Comme si je suis parti : bang bang, je fais des liens à n'en plus finir, puis même qu'il y a eu un moment donné où il a fallu que j'arrête de faire de l'improvisation, au tournant 2018-2019, parce que je coachais trois équipes, je jouais dans deux équipes. C'était intense mon affaire. Puis là, mon cerveau, il était tout le temps en train d'être en état de jeu, ce qui fait que la vie ne va pas assez vite, et tout devient plate parce qu'il n'y a jamais rien d'assez stimulant.* (Participante 2, enseignante)

Quatre participants ont mentionné qu'ils ont parfois fait face à des épreuves ou à des critiques au travail parce qu'ils agissaient trop selon les normes de leur activité parascolaire artistique et moins selon les attentes dans leur milieu de travail. Par exemple, le participant 1 craignait mal ce à quoi on s'attendait de lui en entrevue d'embauche. Il avait notamment de la difficulté à bien répondre aux questions de mise en situation parce qu'au lieu de répondre selon les attentes, il faisait de l'improvisation théâtrale.

Similairement, la participante 9 se fait parfois reprocher de suggérer des idées trop abstraites pour résoudre des problèmes ou entreprendre de nouveaux projets au travail. Selon elle, sa nature très créative et artistique peut parfois lui nuire de cette manière.

### **Développer un ego démesuré (1 référence)**

*On a fait plusieurs représentations devant 1000 personnes. J'ai eu une ovation à la fin. Oui c'est ça, puis à 16 ans, ça a définitivement affecté mon ego. Puis je te dirais que j'en ai eu pour un bon 10 ans à dealer avec un ego peut-être un peu surdimensionné.* (Participant 4, intervenant psychosocial)

La popularité qui venait avec le succès vécu dans les pièces de théâtre présentées à l'école a monté à la tête du participant 4. Bien qu'il n'ait pas fait état des conséquences concrètes de cet ego surdimensionné, on comprend qu'il lui a attiré des ennuis. La citation ci-dessus laisse entendre qu'il perçoit maintenant cette conséquence comme un problème dont il s'est débarrassé.

### **Subir de l'intimidation ou avoir mauvaise réputation (4 références)**

*Mais il y avait quand même le négatif de : ah, ce sont des improvisateurs, ce sont des tout-croches, ce sont des pas-fiables. Tandis que l'impro, elle se passe dans la patinoire, pas à l'extérieur. C'est ça que j'essaie de rappeler à tout le monde. Donc je suis capable de monter des projets qui sont bien droits.*

(Participant 1, agent de développement)

Suivant les milieux et les écoles, les artistes peuvent avoir acquis une réputation positive ou négative. Des préjugés négatifs peuvent coller à la peau des jeunes qui pratiquent une activité parascolaire artistique dans leur école. Certains peuvent être victimes d'intimidation parce qu'ils pratiquent telle ou telle activité marginalisée ou dévalorisée dans l'école. Ils peuvent aussi avoir mauvaise réputation à cause de certains préjugés. Cette réputation non méritée peut même les suivre au-delà de leur passage à l'école secondaire s'ils habitent dans un petit milieu.

### **Dérèglement de l'équilibre personnel (6 références)**

L'effet négatif le plus mentionné est un dérèglement de l'équilibre personnel. Sa manifestation la plus fréquente est la surcharge de l'horaire personnel. Par passion, quelques participants (surtout des improvisateurs et des artistes du théâtre) en sont déjà venus à surcharger leur horaire au point de ne plus être capables de respecter leurs engagements et d'assumer leurs responsabilités.

Un deuxième type de dérèglement a été mentionné par la participante 9 : elle avait et a parfois encore une envie forte de retourner vers une carrière artistique, malgré une situation personnelle qui n'y était ou n'est pas propice dans l'immédiat.

Un dernier type de dérèglement de l'équilibre personnel se présente sous la forme du surperfectionnisme. La participante 10 a rapporté avoir parfois vécu des épisodes désagréables parce qu'elle se mettait trop de pression de performance, surtout à l'approche de concerts ou d'examens.

### **Nuire au parcours scolaire postsecondaire (1 référence)**

Un participant pense que sa pratique parascolaire l'a amené à s'inscrire dans un programme de cégep en interprétation théâtrale, ce qu'il considère aujourd'hui comme une erreur de parcours. Le participant 4 reconnaît en effet qu'il s'est trompé en s'inscrivant dans ce programme parce qu'il n'avait pas considéré dans son ensemble ce que représentait une

carrière artistique. Il pense qu'il a commis cette erreur en partie parce qu'il n'a pas reçu l'accompagnement nécessaire d'adultes significatifs autour de lui.

### **Traumatismes (1 référence)**

La participante 2 a un jour vécu un traumatisme en pratiquant l'improvisation théâtrale. Elle s'imposait une forte pression de performance, ce qui affectait son jeu. À la suite d'interventions indéliques d'un intervenant à ce propos, elle a cessé de pratiquer cette activité complètement. La participante 2 a dit que ces événements l'affectaient encore aujourd'hui, même si elle s'est remise au jeu depuis. Ainsi, un mauvais encadrement additionné à des échecs de performance peut grandement affecter le bien-être des jeunes ou leur confiance en soi, d'où l'importance de créer des environnements sains de pratique et de bien former les intervenants qui encadrent les jeunes.

## **Synthèse de la section**

Aucune des 11 personnes rencontrées ne regrette aujourd'hui de s'être engagée dans les activités parascolaires artistiques qu'elles ont choisies à l'école secondaire. Elles ont toutes l'impression que cet engagement durant leur adolescence leur a été profitable à l'époque et voient aussi à quel point le temps investi dans ces pratiques leur profite encore aujourd'hui.

L'aspect social de la participation parascolaire artistique est l'un des éléments les plus présents dans le discours des participants, sous plusieurs formes. Ils indiquent d'abord que leur pratique leur a permis de trouver des amis avec qui passer du temps de qualité durant leur passage à l'école secondaire. Plusieurs signalent ensuite que les amitiés qu'ils ont nouées dans le cadre de leur pratique artistique ont perduré jusqu'à aujourd'hui. Enfin, ils sont nombreux à ressentir que leurs compétences sociales et communicationnelles se sont améliorées dans leurs activités, notamment l'expression de leurs émotions, la communication devant une foule ou en groupe, l'écoute active, la transmission de messages clairs et précis, l'empathie, l'audace d'expression de ses opinions et ses idées, et le développement d'outils pour compenser une introversion naturelle.

Nos participants apprécient également toutes les portes que leur pratique leur a ouvertes. Certains ont expliqué que c'est entre autres par leur art qu'ils ont découvert leur identité individuelle. D'autres ont découvert un chemin professionnel à suivre, que ce chemin les ait menés vers une carrière artistique ou tout autre type de métier. Pour d'autres, la maîtrise d'une discipline artistique leur a permis de s'investir dans des causes qui leur tenaient à cœur ou de partager des moments de qualité avec les membres de leur famille. Certains ont pu trouver des emplois étudiants grâce à leurs aptitudes artistiques. Finalement, plusieurs considèrent que leur participation parascolaire artistique les a amenés à élargir leur vision du monde, que ce soit en voyageant, en augmentant leur culture générale, ou en rencontrant des gens d'ailleurs ou d'autres cultures.

La totalité des personnes que nous avons rencontrées ressentent que leur implication parascolaire artistique leur a permis de développer des compétences transversales qu'ils arrivent à remobiliser aujourd'hui dans leur vie. Parce qu'ils vivaient des succès et en éprouvaient de la fierté lors de prestations ou d'expositions, ils ressentent pour la plupart qu'ils ont gagné de la confiance en soi, et en leur capacité d'avoir un impact sur les gens et sur le monde.

Une autre compétence que plusieurs ont mentionnée est la capacité de gérer son stress en situation de haute performance. Les participants qui ont pratiqué la musique dans un cadre scolaire, parascolaire et extrascolaire<sup>8</sup> ont mentionné qu'ils ont développé une grande éthique de travail, qu'ils décrivent comme à la fois une capacité de gestion efficace de leur horaire chargé et une persévérance pour atteindre des objectifs d'apprentissage de leur discipline.

Du côté de la pratique de l'improvisation théâtrale, la compétence transversale la plus mentionnée est l'adaptabilité, soit la capacité d'adapter le plan initial d'un projet en cours de route en fonction d'imprévus ou d'embûches rencontrés sans se décourager. De nombreuses autres compétences ont été mentionnées à quelques reprises : l'entraide et le travail



d'équipe, l'imagination, le comportement professionnel, la gestion de projets, le réflexe de participation, les compétences pédagogiques, la capacité d'assumer un leadership, la capacité de supporter une saine prise de risques, notamment.

La plupart des adultes rencontrés réalisent que les activités artistiques qu'ils ont pratiquées en parascolaire à l'école secondaire ont joué pour eux un rôle important d'exutoire durant une période plus difficile sur le plan émotionnel, l'adolescence. Plusieurs constatent aussi aujourd'hui que ces activités leur ont permis de se divertir, c'est-à-dire que leurs pratiques transféraient leur attention sur autre chose que l'école ou leurs problèmes personnels.

Finalement, plusieurs participants admettent, quand on leur pose la question explicitement, qu'il peut y avoir certains côtés négatifs aux activités parascolaires artistiques. Ce sont notamment l'intimidation parce que les arts sont mal vus à leur école ou le dérèglement de leur équilibre de vie, la possibilité de vivre des épisodes traumatisants sur scène ou l'adoption de normes comportementales en porte-à-faux avec les normes sociales générales. Ces dangers qui guettent les adolescents peuvent toutefois, tous ou presque, être contrés par un encadrement adéquat par des adultes significatifs dans la vie des jeunes, soit les parents, les enseignants et les intervenants qui supervisent les activités parascolaires ou le temps libre à l'école. Il semble ainsi primordial de former adéquatement ces intervenants, en particulier s'ils sont d'anciens élèves de l'école fraîchement diplômés du secondaire.

# 7. Discussion, recommandations et conclusion



## Synthèse des apprentissages

L'étude que nous avons réalisée avait comme objectif de rassembler l'information disponible à propos des effets de la participation à des activités parascolaires artistiques (PPA) sur le développement des jeunes qui les pratiquent, tout en apportant de nouvelles connaissances. Elle s'est inscrite dans l'approche du développement positif de jeunes de Lerner et al. (2005) et des 5 C du développement des jeunes : compétence, confiance, caractère, sociabilité et bienveillance (*caring*). Il semble donc pertinent de revenir brièvement sur chacune de ces facettes en liant nos données à la théorie.

D'abord, rappelons que la dimension « compétence » consiste à développer des aptitudes interpersonnelles, cognitives, scolaires et vocationnelles en préparation pour l'avenir, notamment en milieu du travail et aux études supérieures.

Du côté des compétences interpersonnelles, l'étude semble indiquer que la PPA augmente ces compétences. La collecte de données quantitatives montre que les jeunes qui participent à des activités parascolaires artistiques pensent en général que ces activités augmentent leur capacité de s'exprimer. Les entretiens avec les jeunes et les adultes ont révélé que de nombreuses personnes pensent que leur PPA les aide ou les a aidées à développer des compétences interpersonnelles comme l'entraide, l'écoute active, l'audace d'expression de ses opinions et la communication en public.

En ce qui a trait aux compétences cognitives, les études recensées rapportent que les jeunes qui pratiquent des activités parascolaires artistiques rapportent une meilleure aptitude à faire face à des situations de stress intense. Une étude montre que si on s'intéresse seulement aux garçons, ceux qui participent à des activités parascolaires artistiques obtiennent généralement des scores supérieurs aux tests cognitifs. Dans les collectes de données qualitatives que nous avons effectuées, de nombreux jeunes et adultes parlent de leur meilleure capacité à gérer un stress provoqué par une situation de performance devant un auditoire.

Au chapitre des compétences scolaires, la recension de littérature est catégorique : même si elles ne sont pas toutes concluantes, plusieurs études montrent une corrélation positive entre la PPA et les résultats scolaires, les attentes et aspirations scolaires, la diplomation et l'inscription dans un collège après le secondaire. Certaines études font aussi le lien entre PPA et motivation scolaire. C'est le cas de notre étude, notamment. Nos données quantitatives montrent une corrélation non seulement entre la PPA et la motivation scolaire, mais également entre la motivation scolaire et la

participation parascolaire en général. Il en va de même de nos données qualitatives. Les entretiens avec les jeunes sont particulièrement éloquentes à ce sujet, plusieurs jeunes associant leur motivation d'aller à l'école à leur PPA.

En ce qui a trait aux compétences vocationnelles, les entretiens avec les jeunes et avec les adultes sont catégoriques : ces individus perçoivent une amélioration de certaines compétences qu'ils pourront ou peuvent mobiliser dans le cadre d'un emploi. Les jeunes comme les adultes considèrent d'abord que leur PPA les familiarise ou les a familiarisés avec certains métiers artistiques. Du côté des adultes, une participante a eu une carrière en arts visuels, tandis que de nombreux jeunes de notre échantillon rêvent d'une carrière en musique ou en danse. Quelques personnes rencontrées en entretien nous ont indiqué avoir l'impression que leur PPA a amélioré leur capacité à travailler en équipe à des projets, ou encore a amélioré leur compétence en gestion de projets ou leur capacité à assumer le leadership et la responsabilité d'un projet, d'une équipe ou d'une décision. Chez les musiciens, la rigueur au travail et l'organisation du temps (l'éthique de travail) sont des thèmes omniprésents et des compétences recherchées par les employeurs.

En second lieu, la dimension « confiance » concerne le développement de la confiance en soi et de l'estime de soi des jeunes, ainsi que leur sentiment d'efficacité. De ce côté, il semble que nos différentes collectes de données lient positivement la PPA à l'estime de soi, ainsi qu'à la confiance en soi. Dans la recension de littérature, des études montrent une corrélation positive entre la PPA et la confiance en soi scolaire, ainsi qu'entre la PPA et une meilleure capacité à gérer le stress dans une situation intense. Chez les filles seulement, la participation parascolaire autre que sportive est associée à une plus grande appréciation de son image de soi. Dans les entretiens, autant avec les adultes qu'avec les adolescents, la question de la confiance en soi revient souvent. On a l'impression que de vivre des succès répétés a permis de bâtir une confiance en soi et en son efficacité. Ces qualités sont présentes dans des thèmes comme la meilleure gestion du stress, la capacité de prendre des risques et l'adaptabilité.

Troisièmement, la dimension « caractère » consiste à développer une boussole comportementale pour la vie en société. La recension des écrits montre que les jeunes qui participent à des activités parascolaires artistiques ont moins de comportements déviants ou perturbateurs, ont plus de comportements coopératifs et plus de comportements prosociaux, et rapportent commettre en moyenne moins d'actes d'intimidation. Toutefois, certains adultes ont rapporté que parfois leur PPA a pu leur nuire parce qu'ils avaient adopté les normes comportementales du groupe avec lequel ils pratiquaient l'activité et que ces comportements ne correspondaient pas aux normes de la société en général. D'autre part, la recension des écrits montre une corrélation négative entre la PPA et les comportements de consommation d'alcool avant 18 ans, et entre la participation à des activités parascolaires non sportives et la consommation de substances illicites.

Quatrièmement, la sociabilité représente le développement de relations interpersonnelles et d'un réseau social significatifs chez les jeunes, à la fois pour devenir un membre utile de la société et pour se bâtir un réseau de soutien en cas de besoin. Ici, toutes les collectes de données effectuées sont catégoriques : la PPA permet de se faire des amis. Comme le rapportent les adultes ayant participé à nos entretiens, la PPA a permis à plusieurs de se former un réseau d'amis qui a perduré jusqu'à aujourd'hui, bien après la fin de leurs études. Parfois, ces amis sont proches et sont ceux que nos participants côtoient encore au quotidien pour combler leurs besoins de sociabilité. Dans d'autres cas, ces amis sont répartis aux quatre coins du Québec ou ailleurs, et font partie de corps de métiers complètement différents, ce qui procure des avantages différents. Dans les entretiens avec les adultes, certains ont précisé d'ailleurs que leur maîtrise d'une discipline artistique leur avait ouvert de nombreuses portes et possibilités, notamment celles de s'impliquer dans des causes bénévolement ou encore de décrocher un emploi, leur permettant ainsi de devenir un membre utile de la société.

Cinquièmement, la bienveillance correspond au développement chez le jeune d'aptitudes émotionnelles lui permettant de comprendre autrui et d'en prendre soin. Les entretiens réalisés avec les adultes ayant pratiqué l'improvisation théâtrale et le théâtre ont montré que ces personnes pensent que leur PPA les a amenés à développer de l'empathie. Dans la pratique des arts en général, autant les jeunes que les adultes indiquent que leur PPA leur a permis d'apprendre à identifier leurs émotions et à les exprimer, ce qui semble une étape nécessaire du développement de l'empathie également.

Au-delà du modèle des 5 C de Lerner et al. qui permet de structurer les résultats obtenus dans un modèle théorique connu, nous pensons qu'il ne faut pas sous-estimer les bienfaits de la PPA non pas sur l'apprentissage de compétences utiles pour le futur, mais ses bienfaits immédiats à l'école secondaire même. En effet, nos collectes de données ont permis de montrer qu'il semble exister un lien entre la PPA à l'école secondaire et le bien-être des jeunes. Dans la collecte de données quantitatives, ce lien est démontré empiriquement. En effet, notre étude montre que les Artistiques vivent plus d'émotions positives au quotidien que les Inactifs. Elle montre aussi une corrélation positive faible entre la PPA et les émotions positives vécues au quotidien. Du côté des entretiens avec les adultes, quelques adultes rencontrés indiquent que leur pratique les a grandement aidés à passer au travers d'une période de leur vie difficile, notamment dans le cas d'un climat familial non optimal à la maison.

Plusieurs jeunes expliquent que leur PPA est leur raison d'aller à l'école, ce qu'au moins un adulte rapporte également dans son entretien. Non seulement les participants à nos entretiens parlent-ils d'exutoire, de divertissement et du plaisir de pratiquer leur activité artistique, mais ils parlent aussi de sentiment de bonheur et de bien-être. Le parascolaire culturel et artistique ne semble donc pas avoir uniquement une fonction de développement personnel et social des jeunes, mais également une fonction immédiate de création d'un sentiment de bien-être durant l'adolescence. Il nous semble approprié de terminer cette section sur cette information, puisqu'on a souvent tendance à ne pas comprendre le mal-être des adolescents d'un point de vue adulte. Sans que l'on comprenne exactement la source de ce mal-être, la pratique d'activités parascolaires artistiques semble agir comme une panacée.

## Conclusion

À la lumière de cette étude, il semble approprié de formuler la recommandation suivante aux écoles, donc aux directions d'écoles :

*Favoriser la programmation d'activités parascolaires autres que sportives dans leur établissement et réserver une part de budget substantielle à ces activités pour que les jeunes puissent les pratiquer dans un contexte de qualité.*

La qualité du contexte de pratique des arts parascolaires à l'école devrait être au moins équivalente à celle qui prévaut pour la pratique des sports. Certes, les activités parascolaires sportives contribuent aussi au bonheur et au développement optimal d'une autre portion des adolescents qui fréquentent l'école, mais de jeunes artistes dans l'âme doivent avoir la possibilité de se développer dans des activités qui correspondent à leurs intérêts. Ces jeunes ne se développeront pas de façon optimale si on les embrigade dans des activités qui ne correspondent pas à leurs intérêts ou si on les laisse à eux-mêmes. Aménager un environnement de qualité pour la pratique des arts passe par au moins les trois principes suivants :

- Disposer de lieux sécuritaires, confortables, attrayants et dont la configuration correspond aux besoins des activités artistiques pratiquées. Ces lieux devraient être accessibles le plus souvent possible aux jeunes sans que ceux-ci aient à faire des démarches compliquées pour y accéder. Les jeunes qui pratiquent une activité dans ces lieux devraient aussi avoir l'exclusivité de l'utilisation de ce lieu pour la période de pratique et pour pouvoir s'exprimer dans un contexte propice à ce qu'ils se sentent en sécurité de s'y exécuter. La plupart des arts de la scène se pratiquent sur une scène dans un local avec des gradins pour accueillir de façon adéquate un public de taille variable. Une salle de répétition, plus petite, est aussi habituellement requise.
- Disposer de matériel de qualité et sécuritaire pour la pratique de ces activités. Dans le cas d'une salle de spectacle, on parle de matériel technique et audiovisuel. Dans le cas d'activités artistiques comme la danse, ce peuvent être des matelas. Dans le cas de l'improvisation théâtrale, on parle de bandes d'improvisation et de chandails d'équipe de qualité. Dans le cas des arts visuels, le matériel et les matériaux sont variables. En plus du matériel de qualité, l'école devrait s'assurer que des intervenants sont capables d'utiliser adéquatement le matériel et de former adéquatement les jeunes pour en faire une utilisation sécuritaire et durable.

- Engager des entraîneurs, des enseignantes et des enseignants pour encadrer les jeunes pratiquants d'une discipline artistique, dûment formés dans trois aspects :
  - o La maîtrise de la discipline artistique pratiquée;
  - o La pédagogie;
  - o L'intervention sociale auprès des jeunes.

Il semble aussi approprié d'affirmer que toute dépense publique qui sert à développer des activités parascolaires est un investissement, puisque les retombées sont nombreuses. Les programmes gouvernementaux en ce sens, comme la Mesure 15028 du Gouvernement du Québec, devraient donc être maintenus. Qui plus est, ces mesures devraient contenir des clauses exigeant que les fonds soient partagés pour assurer l'accès à une diversité d'activités parascolaires dans les écoles. Ainsi, un jeune pourrait s'inscrire à une activité et réaliser son plein potentiel, peu importe ses intérêts.

En terminant, rappelons que cette étude ne fournit pas de preuves de relations de cause à effet entre la PPA et les nombreux bienfaits que nous avons décrits. Notre méthodologie et nos ressources ne nous ont pas permis de le faire. Nous ne pouvons confirmer ces relations de cause à effet, mais il est permis d'émettre l'hypothèse qu'elles existent. Les participants à nos entretiens pensent certainement que ces relations de cause à effet existent. C'est seulement en produisant de nouvelles études plus poussées encore qu'il sera possible de valider ces hypothèses.

# Appendice A – Formules de mots clés utilisés pour sonder les bases de données scientifiques

## Formule générale en français

«activités socioculturelles» OR «activités parascolaires» OR «activités culturelles» OR «loisir culturel» OR «activités artistiques» (dans le titre seulement)

AND

Effet\* OR bénéfice\* OR impact\*

AND

«école secondaire» OR adolescent\* OR jeunes

## Formule générale en anglais

«extracurricular activit\*» OR «extracurricular arts activit\*» OR «cultural activit\*» OR «artistic activit\*» (dans le titre seulement)

AND

Effect\* OR benefit\* OR outcome\* OR impact\*

AND

youth OR teen\* OR adolescen\* OR «middle school» OR «high school»

\*Ces formules générales ont pu être légèrement modifiées dans certaines bases de données pour tenir compte des fonctionnalités existantes ou inexistantes concernant notamment les opérateurs booléens.

## Appendice B – Outils de collecte de données

### Questionnaire pour la collecte de données quantitatives

## Présentation de l'étude

Le sondage qui suit fait partie d'une étude dont le but est de vérifier si les adolescents qui fréquentent l'école secondaire ont des profils particuliers en fonction de s'ils participent à certaines activités parascolaires ou non. Si vous désirez obtenir plus d'information à propos de l'étude, nous vous invitons à lire notre document d'information au complet.

Le sondage qui suit est conçu pour être rempli par un adolescent ou une adolescente de 14 à 17 ans inclusivement et l'un de ses parents ou gardien légal. À certains moments durant le sondage, des instructions vous seront données pour vous indiquer qui doit répondre aux prochaines questions. Il sera important, s'il vous plaît, de bien suivre ces instructions.

Les questions du sondage portent sur des éléments de la vie quotidienne des jeunes, notamment leurs habitudes en matière de participation à des activités parascolaires. À noter que nous avons besoin d'obtenir des réponses autant d'adolescents qui pratiquent régulièrement des activités parascolaires que de ceux qui n'en pratiquent jamais. Le but pour vous est de répondre à chacune des questions au mieux de vos connaissances.

De notre côté, l'équipe de recherche s'engage à respecter la confidentialité des personnes qui participent à notre étude. Notre équipe de recherche prend des mesures à cet effet. Par conséquent, vous pouvez être complètement honnêtes dans vos réponses.

**Au parent ou gardien légal qui répondra à ce sondage** : nous vous demandons de remplir ce sondage avec l'aide d'un de vos enfants, qui doit être âgé entre 14 et 17 ans inclusivement. Si vous avez plusieurs enfants de cet âge (par exemple un enfant de 14 ans et un enfant de 17 ans) et qu'ils sont tous les deux prêts à vous aider, nous vous demandons de remplir le sondage accompagné du plus vieux ou de la plus vieille.

**Aux adolescents et adolescentes qui répondront à ce sondage** : il est important de noter qu'il ne s'agit pas d'un examen comme à l'école. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse à chaque question. On veut te rappeler que répondre à ce sondage n'affectera en rien tes résultats scolaires ou quoi que ce soit d'autre dans ta vie.

De plus, tu ne dois pas chercher à répondre aux questions pour bien te faire paraître. Ce qu'on veut, c'est tout simplement que tu écrives la réponse la plus authentique possible. De toute façon, tu réponds à ce sondage de façon anonyme : personne qui te connaît ne pourra découvrir ce que tu as répondu aux questions.

Si tu as de la difficulté à comprendre une question, n'hésite pas à demander de l'aide autour de toi. Ton parent ou ton gardien qui répond au sondage avec toi pourra t'aider à bien comprendre chaque question au besoin.

Cliquez ici si vous avez bien compris les informations à propos du sondage :

Cliquez ici pour indiquer que vous acceptez (parent et adolescent) librement de répondre au sondage qui suit :

Acceptez-vous que les informations que nous recueillerons dans ce sondage soient utilisées de façon anonyme dans de futures études portant sur le même sujet ? Oui  Non

**Commencer**

Pour toute question à propos de notre étude, nous vous invitons à contacter un membre de l'équipe de recherche :

#### Jean-Marc Adjizian | Professeur

Superviseur scientifique de la recherche  
Département d'études en loisir, culture et tourisme  
Université du Québec à Trois-Rivières  
[jean-marc.adjizian@uqtr.ca](mailto:jean-marc.adjizian@uqtr.ca) | 819-376-5011 #3287

#### Jocelyn Garneau

Responsable de la collecte de données  
Département d'études en loisir, culture et tourisme  
Université du Québec à Trois-Rivières  
[jocelyn.garneau@uqtr.ca](mailto:jocelyn.garneau@uqtr.ca)

Cette étude a été autorisée par le Comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Trois-Rivières, qui lui a décerné le certificat d'éthique no. CER-24-306-0713.

Pour émettre un commentaire ou une plainte concernant ce projet de recherche, nous vous invitons à contacter le Comité d'éthique de la recherche de l'UQTR aux coordonnées suivantes :

#### Comité éthique de la recherche avec des êtres humains de l'UQTR

Décanat de la recherche et de la création  
Pavillon Pierre-Boucher, local 2069  
819 376-5011 poste 2139  
Sans frais : 1-800-365-0922 poste 2139  
[cereh@uqtr.ca](mailto:cereh@uqtr.ca)

# Section 1 : Informations à propos de votre famille et de votre enfant

## Consignes

Pour la section qui suit, nous invitons le parent ou le gardien légal à répondre aux questions  
Votre enfant peut être présent à vos côtés pendant que vous remplissez la section.

1. Au moment de répondre à cette question, quel âge a votre enfant qui remplit le sondage avec vous ?
  - a. 13 ans et moins (mettre fin au sondage)
  - b. 14 ans
  - c. 15 ans
  - d. 16 ans
  - e. 17 ans
  - f. 18 ans et plus (mettre fin au sondage)
2. Est-ce que cet enfant fréquente l'école secondaire cette année ?
  - a. Oui
  - b. Non (mettre fin au sondage)
3. Quel est le nom de l'école de votre enfant ?
  - a. \_\_\_\_\_
4. Parmi les groupes suivants, cliquez sur ceux auxquels votre enfant appartient :
  - a. Personnes faisant partie d'une communauté des Premières Nations d'Amérique
  - b. Personnes d'origine asiatique
  - c. Personnes noires ou afro-américaines
  - d. Personnes d'origine hawaïenne ou autres insulaires du Pacifique
  - e. Personnes blanches
  - f. Personnes d'origine hispanique/latino/espagnole
  - g. Personnes d'origine arabe ou moyenne-orientale
  - h. Autre : préciser.
5. Parmi les choix suivants, lequel représente la langue que vous utilisez la plus souvent pour parler avec votre enfant à la maison ?
  - a. Anglais
  - b. Espagnol
  - c. Français
  - d. Autre : préciser.
6. Dans quelle tranche se situait le revenu total de votre famille avant impôts en 2023 ?
  - a. Je préfère ne pas répondre / Je ne sais pas
  - b. Moins de 30 000\$
  - c. Entre 30 000\$ et 44 999\$
  - d. Entre 45 000\$ et 59 999\$
  - e. Entre 60 000\$ et 74 999\$
  - f. Entre 75 000\$ et 89 999\$
  - g. Entre 90 000\$ et 104 999\$
  - h. Entre 105 000\$ et 119 999\$
  - i. Entre 120 000\$ et 134 999\$
  - j. 135 000\$ et plus



## Section 2 : Activités parascolaires

### Consignes

Les questions qui suivent sont adressées à l'adolescent ou l'adolescente qui a accepté de répondre au sondage.  
Le parent ou le gardien légal peut être présent pour assister son enfant à répondre aux questions, mais ce n'est pas obligatoire.

7. Est-ce que tu t'identifies comme...

- a. Une fille
- b. Un garçon
- c. Je m'identifie autrement
- d. Je préfère ne pas répondre

8. Depuis que tu as commencé l'école secondaire, est-ce que tu as participé à des activités parascolaires à l'école ?

- a. Oui
- b. Non (Passer à la prochaine section)

**Consigne :** Pour les prochaines questions, l'expression « **activité parascolaire artistique** » inclut les activités comme le chant, la musique, la danse, le théâtre, les arts plastiques et l'artisanat, l'improvisation, l'écriture créative, le dessin ou la peinture, le cosplay ou autres activités artistiques du genre. Ça inclut les activités pratiquées sur l'heure du midi, le soir après l'école, ou la fin de semaine si tu pratiques l'activité comme représentant de ton école. Attention, on exclut les activités artistiques pratiquées dans les cours d'arts et celles qui n'ont pas de lien avec ton école secondaire.

9. Depuis que tu as commencé l'école secondaire, à combien de types d'activités parascolaires artistiques différents as-tu participé ?

- a. Aucune (On saute les questions 10 à 15)
- b. 1
- c. 2
- d. 3
- e. 4
- f. 5 et +

**Consigne :** Pour la prochaine question, répond en inscrivant seulement un chiffre (par exemple : 5).

10. Depuis le début de l'année scolaire en cours, durant une semaine normale d'école, combien d'heures consacres-tu en moyenne aux activités parascolaires artistiques ?

- a. \_\_\_\_\_

**Consigne :** Indique à quel point tu es d'accord avec chacun des énoncés suivants en utilisant les choix de réponses.

- 11. Lorsque je pratique mes activités parascolaires artistiques, je ressens moins de stress que d'habitude.
- 12. Lorsque je pratique mes activités parascolaires artistiques, je me sens bien.
- 13. Je me suis fait de nouveaux amis en participant à mes activités parascolaires artistiques.
- 14. Participer à mes activités parascolaires artistiques me motive à aller à l'école.
- 15. J'ai le sentiment que participer à mes activités parascolaires artistiques m'apprend à mieux m'exprimer oralement et à l'écrit.

- a. Totalement en désaccord
- b. Légèrement en désaccord
- c. Ni d'accord, ni en désaccord
- d. Légèrement d'accord
- e. Totalement d'accord

**Consigne :** Pour les prochaines questions, l'expression « **activité parascolaire sportive** » inclut les activités de mise en forme comme la musculation, la course à pied, le yoga, ainsi que les sports, par exemple l'athlétisme, le football, le soccer, le basketball, le hockey, le badminton, le volleyball, les arts martiaux, ou tout autre sport. Ça inclut les activités pratiquées sur l'heure du midi, le soir après l'école, ou la fin de semaine si tu pratiques l'activité comme représentant de ton école. Ça inclut autant les activités d'entraînement, de participation à des ligues intramurales ou à des ligues ou tournois interscolaires. Attention, on exclut les activités sportives pratiquées dans les cours d'éducation physique et celles qui n'ont pas de lien avec ton école secondaire.

16. Depuis que tu as commencé l'école secondaire, à combien de types d'activités parascolaires sportives différents as-tu participé ?

- a. Aucune (On saute les questions 17 à 22)
- b. 1
- c. 2
- d. 3
- e. 4
- f. 5 et +

**Consigne :** Pour la prochaine question, répond en inscrivant seulement un chiffre (par exemple : 5).

17. Depuis le début de l'année scolaire en cours, durant une semaine normale d'école, combien d'heures consacres-tu en moyenne aux activités parascolaires sportives ?

- a. \_\_\_\_\_

**Consigne :** Indique à quel point tu es d'accord avec chacun des énoncés suivants en utilisant les choix de réponses.

- 18. Lorsque je pratique mes activités parascolaires sportives, je ressens moins de stress que d'habitude.
- 19. Lorsque je pratique mes activités parascolaires sportives, je me sens bien.
- 20. Je me suis fait de nouveaux amis en participant à mes activités parascolaires sportives.
- 21. Participer à mes activités parascolaires sportives me motive à aller à l'école.
- 22. J'ai le sentiment que participer à mes activités parascolaires sportives m'apprend à mieux m'exprimer oralement et à l'écrit.

- f. Totalement en désaccord
- g. Légèrement en désaccord
- h. Ni d'accord, ni en désaccord
- i. Légèrement d'accord
- j. Totalement d'accord

## Section 3 : Bien-être

### Consignes

Les questions qui suivent sont adressées à l'adolescent ou l'adolescente qui a accepté de répondre au sondage. Elles concernent le bien-être, les relations avec les enseignants, les compétences sociales et autres. Nous invitons le parent ou le gardien légal à laisser l'adolescent ou l'adolescente répondre seul(e) à cette section pour que votre présence n'influence pas ses réponses.

#### **Satisfaction envers la vie**

**Consigne** : Indique à quel point tu es d'accord avec chacun des énoncés suivants en utilisant les choix de réponses.

- 23. En général, ma vie est proche de ce que j'aimerais qu'elle soit.
- 24. Mes conditions de vie sont excellentes.
- 25. Je suis satisfait(e) de la vie que j'ai.
- 26. Jusqu'à maintenant, j'ai obtenu les choses importantes que je voulais de la vie.
- 27. Si je pouvais recommencer ma vie, je n'y changerais presque rien.
  - k. Totalement en désaccord
  - l. Légèrement en désaccord
  - m. Ni d'accord, ni en désaccord
  - n. Légèrement d'accord
  - o. Totalement d'accord

#### **Concept de soi général**

**Consigne** : Indique à quel point tu es d'accord avec chacun des énoncés suivants en utilisant les choix de réponses.

- 28. En général, j'aime être la personne que je suis.
- 29. Somme toute, je peux être fier(ère) de plusieurs choses.
- 30. Plusieurs choses à propos de moi sont positives.
  - a. Totalement en désaccord
  - b. Légèrement en désaccord
  - c. Ni d'accord, ni en désaccord
  - d. Légèrement d'accord
  - e. Totalement d'accord

#### **Sens à sa vie**

**Consigne** : Indique à quel point tu es d'accord avec l'énoncé suivant en utilisant les choix de réponses.

- 31. En général, je sens que les choses que je fais dans ma vie en valent la peine.
  - a. Totalement en désaccord
  - b. Légèrement en désaccord
  - c. Ni d'accord, ni en désaccord
  - d. Légèrement d'accord
  - e. Totalement d'accord

### **Émotions positives vécues**

**Consigne** : La liste suivante est constituée de mots représentant différentes émotions. Indique à quelle fréquence tu as ressenti chaque émotion depuis le début de l'année scolaire en utilisant les choix de réponses.

- 32. Excitation
- 33. Enthousiasme
- 34. Intérêt ou curiosité pour quelque chose
- 35. Fierté
- 36. Détermination/motivation à accomplir quelque chose
- 37. Optimisme
  - a. Presque jamais ou pas du tout
  - b. Rarement
  - c. Plusieurs fois
  - d. Souvent
  - e. Très souvent ou presque tous les jours

## **Section 4 : Motivation scolaire**

**Consigne** : Indique à quel point tu es d'accord avec chacun des énoncés suivants en utilisant les choix de réponses.

- 38. Lorsque je me lève un matin de semaine, j'ai généralement envie d'aller à l'école.
- 39. Lorsque je suis en classe, j'ai généralement envie de participer aux exercices que l'enseignant(e) propose et de poser des questions.
- 40. Pour moi, c'est important de travailler fort pour obtenir des bonnes notes dans mes différents cours.
- 41. Je suis généralement enthousiaste et content d'arriver à l'école le matin.
- 42. J'ai généralement envie d'assister à mes cours à l'école.
  - a. Presque jamais ou pas du tout
  - b. Rarement
  - c. Plusieurs fois
  - d. Souvent
  - e. Très souvent ou presque tous les jours

## Section 5 : Relations avec les enseignants et les adultes à l'école

**Consigne** : Dans les énoncés qui suivent, l'expression « **adultes à mon école** » désigne les enseignants, les enseignantes et les autres intervenants présents à ton école, comme un animateur parascolaire, un intervenant social ou un responsable de la vie étudiante.

Indique à quel point tu es d'accord avec chacun des énoncés suivants en utilisant les choix de réponses.

43. En général, les adultes à mon école comprennent mes problèmes.
44. Les adultes à mon école sont véritablement intéressés par mon avenir.
45. Les adultes à mon école sont disponibles quand j'ai besoin de leur parler.
46. C'est facile de parler avec les adultes à mon école.
47. Je m'entends généralement bien avec les adultes à mon école.
48. Les adultes à mon école m'aident avec les problèmes que je vis.
49. Les adultes à mon école font que je me sens bien dans ma peau.
50. Je sens que je peux confier des choses à au moins un adulte à mon école.
  - a. Totalement en désaccord
  - b. Légèrement en désaccord
  - c. Ni d'accord, ni en désaccord
  - d. Légèrement d'accord
  - e. Totalement d'accord

## Section 6 : Compétences sociales

**Consigne** : Indique à quel point tu es d'accord avec chacun des énoncés suivants en utilisant les choix de réponses.

51. Je ressens souvent de l'incertitude lorsque je côtoie des nouvelles personnes que je ne connais pas.
52. Je m'intègre facilement lors d'événements sociaux.
53. Je suis bon(ne) lorsque je rencontre des personnes pour la première fois.
54. En général, j'ai de la difficulté à bien m'entendre avec les autres.
55. Ça me prend du temps pour apprendre à bien connaître les autres.
56. J'ai souvent de la difficulté à trouver de bons sujets de conversation.
  - a. Totalement en désaccord
  - b. Légèrement en désaccord
  - c. Ni d'accord, ni en désaccord
  - d. Légèrement d'accord
  - e. Totalement d'accord

## Section 7 : Créativité

### *Auto-efficacité créative*

**Consigne** : Indique à quel point tu es d'accord avec chacun des énoncés suivants en utilisant les choix de réponses.

57. J'ai confiance en ma capacité à résoudre les problèmes que je rencontre.
58. Je sens que je suis bon(ne) pour avoir des nouvelles idées.
59. J'ai un talent pour développer davantage les idées que les autres partagent.
  - a. Totalement en désaccord
  - b. Légèrement en désaccord
  - c. Ni d'accord, ni en désaccord
  - d. Légèrement d'accord
  - e. Totalement d'accord

### *Personnalité créative*

**Consigne** : Indique par Oui ou Non si tu es une personne comme celle décrite dans l'énoncé.

60. Une personne débrouillarde.
61. Une personne ingénieuse / qui a un esprit inventif.
62. Une personne qui possède des intérêts diversifiés.
63. Une personne qui a confiance en ses propres capacités.
64. Une personne individualiste.
65. Une personne drôle.
66. Une personne qui aime suivre les règles.
67. Une personne originale.
68. Une personne pleine de ressources.
69. Une personne prudente.
70. Une personne qui aime réfléchir à des problèmes complexes.
  - a. Oui, je suis une personne comme ça.
  - b. Je ne sais pas / je suis incertain(e).
  - c. Non, je ne suis pas une personne comme ça.

## Section 8 : Contacts avec la culture québécoise

**Consigne** : Répond aux questions en utilisant les choix de réponses qui te sont proposés.

71. Dans la dernière année, à quelle fréquence as-tu regardé des films québécois ?
72. Dans la dernière année, à quelle fréquence as-tu regardé des émissions de télévision québécoises ?
73. Dans la dernière année, à quelle fréquence as-tu écouté de la musique québécoise ?
74. Sans tenir compte des livres que tu dois lire pour l'école, dans la dernière année, à quelle fréquence as-tu lu des bandes dessinées ou des livres québécois ?
75. Dans la dernière année, à quelle fréquence as-tu écouté des balados (podcasts) produits au Québec ?
  - a. Presque jamais ou pas du tout
  - b. Rarement
  - c. Plusieurs fois
  - d. Souvent
  - e. Très souvent ou presque tous les jours

## Fin des questions

**À l'adolescent ou l'adolescente qui a rempli le sondage :** Un énorme merci d'avoir pris le temps de répondre à ce sondage! C'est d'une grande aide pour notre équipe de recherche, et tu contribues à faire avancer les connaissances sur l'impact de la participation parascolaire à l'école.

Si jamais, après ce sondage, tu désirais parler à quelqu'un d'une situation que tu vis, d'un événement que tu as vécu à l'école, ou de quelque chose que tu trouves difficile dans ta vie, on t'invite à le faire auprès d'un adulte en qui tu as confiance, que ce soit à l'école, chez toi ou dans ton entourage.

Si tu préférerais toutefois parler à quelqu'un qui ne te connaît pas en toute confiance, Tel-Jeunes est là pour toi. L'organisme Tel-Jeunes est là pour répondre à tes questions, t'écouter et de conseiller. C'est confidentiel. Tu peux consulter leur site Internet, clavarder avec leur équipe ou encore les appeler directement. Voici comment les rejoindre :

### Tel-Jeunes

Pour visiter le site Internet ou pour clavarder avec quelqu'un (De 8:00 à 22:30) : <https://www.teljeunes.com/>

Pour parler à un intervenant ou une intervenante de Tel-Jeunes par texto (De 8:00 à 22:30) : 514-600-1002

Pour parler avec un intervenant ou une intervenante par téléphone (De 6:00 à 2:00 du matin) : 1-800-263-2266

### Consignes

Maintenant que tu as terminé de répondre aux questions, demande à la personne qui a commencé le sondage avec toi de revenir à l'écran. Cette personne va pouvoir se charger de compléter les dernières étapes de la démarche.

# Guide d'entretien semi-dirigé pour les entretiens de groupe avec les adolescents

## Guide d'entretien de groupe – Jeunes 14 à 17 ans Projet ACLAM-UQTR – Activités parascolaires culturelles

Le présent guide a pour objectif de vous accompagner dans l'animation d'un groupe de discussion avec des élèves de l'école secondaire de 14 à 17 ans qui participent à des activités artistiques parascolaires.

Avant toute chose, présentez-vous aux jeunes qui sont avec vous.

Avant de commencer l'entretien, assurez-vous de rappeler les éléments suivants aux jeunes qui participent au groupe de discussion :

- L'entretien sert à discuter des effets perçus de la pratique d'activités parascolaires artistiques à l'école.
- L'entretien devrait durer environ 30 minutes.
- La participation à l'entretien est complètement volontaire. Les participants sont libres de quitter celui-ci quand ils veulent s'ils ne veulent plus y participer, et ce, sans avoir à expliquer leur choix le cas échéant.
- Il n'y a pas de rémunération ou de bénéfice direct à la participation à l'entretien pour les jeunes. Toutefois, leur participation aide grandement à l'avancement de notre recherche, et l'avancement de la cause des activités parascolaires culturelles à l'école.
- La participation aux discussions doit se faire dans le respect de tous et des idées des autres. Chacun doit écouter ce que les autres ont à dire et respecter leur opinion ou leur point de vue sur le sujet discuté. Il est important de respecter le tour de parole de chacun et chacune. L'animateur de la discussion s'assurera que tous ceux et celles qui veulent s'exprimer puissent le faire.
- Le contenu des discussions d'aujourd'hui est confidentiel, c'est-à-dire qu'il sera impossible de savoir que c'est vous qui avez participé à l'entretien ou qui a dit telle ou telle chose lors de la publication de nos résultats. Ainsi, vous pouvez vous exprimer librement. On vous demande aussi de respecter la confidentialité des propos des autres qui participent au groupe de discussion.
- Le son de l'entretien est enregistré. Seuls les membres de l'équipe de recherche pourront réécouter l'enregistrement afin d'analyser ce que vous avez dit. Lorsque l'enregistrement ne sera plus requis, il sera détruit.

Avant de débiter la discussion, ne pas oublier de :

- Distribuer le formulaire de consentement à la participation, et les récupérer signés par les participants.
- Demander s'il y a des participants qui ont des questions.
- Démarrer l'enregistreuse après avoir vérifié ses batteries.



## Guide

1. Première chose, j'aimerais qu'on fasse un tour de table pour indiquer chacun notre nom, à quelle étape vous en êtes dans votre parcours au secondaire, et pour nommer jusqu'à trois activités parascolaires artistiques ou culturelles que vous avez déjà pratiquées à votre école.

**Donc, à tour de rôle, dites-nous :**

- a. Votre nom**
  - b. Votre niveau scolaire**
  - c. Jusqu'à 3 activités parascolaires artistiques que vous pratiquez.**
- 

2. J'aimerais commencer la discussion en vous posant une question générale :

**- Qu'est-ce que vous aimez des activités parascolaires artistiques que vous pratiquez?**

---

3. J'aimerais poursuivre la discussion en vous posant la question suivante :

**- Qu'est-ce que vos activités parascolaires artistiques vous apportent, ou apportent dans votre vie?**

---

**4. Est-ce que votre participation à des activités parascolaires artistiques vous a aidé à développer des compétences particulières? Lesquelles?**

---

**5. Est-ce que vos activités parascolaires artistiques vous amènent à vous intéresser davantage à la musique, aux films, aux séries ou à des balados produits au Québec?**

---

**6. Quelle est la chose ou le moment le plus cool qui vous est arrivé grâce à votre participation à vos activités parascolaires artistiques? Comment vous vous sentiez à ce moment-là?**

---

C'est correct si la discussion bat son plein et que vous n'avez pas le temps de poser toutes les questions. Si vous sentez que vos participants sont encore intéressés par la discussion, vous pouvez les laisser parler et dépasser 30 minutes pour un seul entretien, mais ne dépassez pas 40 minutes SVP. Le preneur de notes peut utiliser un chronomètre.

Une fois le temps écoulé ou si plus personne ne semble avoir des réponses à donner, on clôt la discussion. Ne pas oublier de :

- Éteindre l'enregistreuse.
- Remercier chaudement les participants.
- Répondre aux questions si certains en ont.
- Au besoin, les reconduire à leur accompagnateur selon les modalités convenues.

# Guide d'entretien semi-dirigé pour les entretiens individuels avec les adultes

## Projet ACLAM-UQTR sur la participation parascolaire culturelle et artistique

### Guide des entretiens qualitatifs semi-dirigés auprès des adultes

Avant de commencer l'entretien, assurez-vous de rappeler les éléments suivants à la personne que vous rencontrez :

- L'entretien fait partie d'un projet de recherche qui vise à mieux connaître les effets de la participation parascolaire artistique à l'école secondaire sur le développement personnel et social des jeunes.
- L'entretien devrait durer entre 20 et 45 minutes. L'entretien sera plus court ou plus long en fonction de ce que vous avez à répondre à chacune des questions qui vous seront posées.
- La participation à l'entretien est complètement volontaire. Vous pouvez demander de prendre une pause dans l'entretien à tout moment. Vous pouvez refuser de répondre à certaines questions. Vous pouvez également mettre fin en tout temps à l'entretien. Si vous faites ces choses, aucun jugement négatif ne sera porté à votre égard ni aucun préjudice.
- Il n'y a pas de rémunération ou de bénéfice direct à votre participation à l'entretien. Toutefois, votre participation aide grandement à l'avancement de notre recherche, et l'avancement de la cause des activités parascolaires culturelles et artistiques à l'école.
- Le contenu des discussions d'aujourd'hui est confidentiel, c'est-à-dire qu'il sera impossible de savoir que c'est vous qui avez participé à l'entretien ou qui a dit telle ou telle chose lors de la publication de nos résultats. Ainsi, vous pouvez vous exprimer librement.
- Avec votre permission, l'entretien sera enregistré. Seuls les membres de l'équipe de recherche pourront réécouter l'enregistrement afin d'analyser ce que vous avez dit. Lorsque l'enregistrement ne sera plus requis, il sera détruit.

Avant de débiter la discussion, ne pas oublier de :

- Demander si le participant ou la participante a des questions.
- Démarrer l'enregistrement.
- Faire signer le formulaire de consentement vocal.

# Questions

## 7. Questions d'introduction

- a. Quel est votre nom?
  - b. Quel âge avez-vous?
  - c. Dans quelle ville ou quelle municipalité habitez-vous aujourd'hui?
  - d. Quelles sont les activités parascolaires culturelles et artistiques que vous avez pratiquées à l'école secondaire?
    - i. Les **activités scolaires** sont celles qui sont pratiquées dans le cadre d'un cours, et dans le cadre du programme scolaire.
    - ii. Les **activités parascolaires** sont celles auxquelles on s'inscrit. Elles sont pratiquées à l'école sur l'heure du midi, après les classes ou la fin de semaine. Si l'activité a lieu à l'extérieur de l'école, elle est pratiquée à titre de représentant de l'école (une compétition de petit orchestre la fin de semaine).
    - iii. Les **activités extrascolaires** sont celles auxquelles on s'inscrit, et qui sont organisées ou données par un organisme autre que l'école (ex. la ville ou un centre communautaire). Les locaux d'une école peuvent être prêtés pour la pratique de l'activité, mais celle-ci n'a pas de lien avec l'organisation des activités.
  - e. Est-ce que vous avez effectué des études postsecondaires et si oui, dans quel(s) domaine(s)?
  - f. Quel est votre métier, votre profession ou votre vocation aujourd'hui?
  - g. Est-ce que vous pratiquez régulièrement encore aujourd'hui des activités culturelles et artistiques? Si oui, lesquelles?
- 

8. Est-ce que vous avez l'impression que la participation à vos activités parascolaires culturelles à l'école secondaire vous a permis d'acquérir :
    - a. Certains traits de caractère et/ou certaines compétences? Si oui, lesquels?
    - b. D'autres bénéfiques? Si oui, lesquels?
- 

9. Est-ce que ce que les traits de caractère et les compétences que vous avez acquis vous aident aujourd'hui dans le cadre de vos activités professionnelles? Si oui, comment?
  10. Pouvez-vous me donner des exemples de situations qui vous sont arrivées au travail où vous avez fait l'usage de ces traits de caractère ou de ces compétences?
- 

11. Est-ce qu'avoir participé à des activités culturelles et artistiques au secondaire vous aide aujourd'hui dans le cadre de votre vie personnelle, familiale ou sociale? Si oui, comment?
- 

12. Est-ce que vous pensez que votre participation parascolaire culturelle et artistique à l'école secondaire a pu avoir des conséquences négatives dans votre vie? Si oui, lesquelles?
- 

13. En terminant, qu'est-ce que vous diriez à un jeune qui hésite à s'inscrire à des activités parascolaires culturelles et artistiques à son école pour le convaincre de le faire?
- 

14. Voulez-vous ajouter quelque chose ou revenir sur vos propos avant que l'on termine l'entretien?

Une fois l'entretien terminé, ne pas oublier de :

- Arrêter l'enregistrement.
- Remercier chaudement les participants.
- Répondre aux questions si certains en ont ou effectuer un retour.
- Demander si la personne a des gens à nous référer avec des profils intéressants.

## Appendice C – Bibliographie commentée de la recension rapide des écrits

### Thème 1 : Réussite scolaire et autres bienfaits associés à l'école

Abizada, A., Gurbanova, U., Iskandarova, A., & Nadirzada, N. (2020). The effect of extracurricular activities on academic performance in secondary school: The case of Azerbaijan. *International Review of Education / Internationale Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, 66(4), 487-507. <https://doi.org/10.1007/s11159-020-09833-2>

Cette étude tente de vérifier s'il existe une corrélation positive ou négative entre trois types d'activités parascolaires (sports, beaux-arts et clubs étudiants) et les résultats scolaires d'élèves de 9<sup>e</sup> année, précisément leurs résultats scolaires en matière d'apprentissage de leur langue maternelle (russe ou azerbaïdjanais) et en mathématiques. Les chercheurs ont utilisé un test de comparaison de variances pour déterminer si les élèves pratiquant n'importe quelle forme de beaux-arts (arts, musique, théâtre, danse) (N = 736) avaient des résultats plus élevés que les élèves ne pratiquant aucune forme de beaux-arts (N = 402). **Les analyses montrent que dans l'échantillon, les élèves pratiquant des beaux-arts ont en moyenne des scores plus élevés en langue, mais pas en mathématiques, où aucune différence significative n'est détectée entre les groupes.** La différence observée entre les notes en langue est toutefois considérée comme « faible ».

Behtoui, A. (2019). Swedish Young People's After-School Extra-Curricular Activities: Attendance, Opportunities and Consequences. *British Journal of Sociology of Education*, 40(3), 340-356. <https://doi.org/10.1080/01425692.2018.1540924>

Par des analyses de régression, l'étude de Behtoui explore d'une part les facteurs qui influencent la participation des jeunes Suédois aux activités parascolaires et, d'autre part, à quel point leur participation affecte leurs performances et leurs attentes scolaires. Cette seconde partie est particulièrement intéressante. Les conclusions ont été tirées de données recueillies auprès de 2137 élèves de 15 ou 16 ans à leur dernière année d'école obligatoire. **L'étude penche en faveur d'une corrélation positive significative entre la participation aux activités culturelles parascolaires et la performance scolaire, ainsi qu'entre la participation aux activités culturelles parascolaires et les attentes scolaires, soit le niveau scolaire auquel aspire l'élève et le niveau qu'il pense réalistement atteindre.** Seul bémol, l'étude mesure la participation parascolaire principalement en mesurant la participation à des activités qui se déroulent en dehors de l'école, qui n'ont pas de lien avec l'école, puisque c'est de cette façon que les activités sont organisées généralement en Suède.

Brossard, M. M., Archambault, I., & Cantin, S. (2014). Affiliation aux pairs déviants et désengagement scolaire chez les adolescents : La participation aux activités parascolaires peut-elle agir comme facteur de protection? *Revue de Psychoéducation*, 43(2), 273-298. <https://doi.org/10.7202/1061185ar>

Cette étude s'intéresse aux effets possibles de la participation aux activités parascolaires et au côtoiement de pairs déviants sur le désengagement scolaire. Il s'agit d'une étude longitudinale réalisée auprès de 448 adolescents de trois écoles secondaires défavorisées de la région de Montréal au Québec. **L'étude montre que, contrairement aux attentes, la participation parascolaire est significativement corrélée au désengagement scolaire si on examine la corrélation directe entre les deux.** Toutefois, il pourrait exister une différence d'effet selon le type d'activités, ce qui n'est pas analysé dans cette étude. L'étude montre toutefois autre chose. D'abord que le nombre d'amis déviants est généralement significativement corrélé positivement au désengagement scolaire. Ensuite, que la participation parascolaire atténue l'effet que peuvent avoir les pairs déviants sur le désengagement scolaire. **L'étude semble indiquer que la participation parascolaire, en d'autres mots, protège des effets négatifs des pairs déviants sur le désengagement scolaire.** L'étude ne distingue toutefois pas différents types d'activités parascolaires, mais inclut dans ses données la pratique d'activités parascolaires culturelles et artistiques.

Carbonaro, W., & Maloney, E. (2019). Extracurricular Activities and Student Outcomes in Elementary and Middle School: Causal Effects or Self-selection? *Socius: Sociological Research for a Dynamic World*, 5. 1-17. <https://doi.org/10.1177/2378023119845496>

Cette étude vérifie le lien de cause à effet entre la participation parascolaire, le fait de posséder certaines compétences socioémotionnelles et les habiletés scolaires. L'étude s'appuie sur des données recueillies auprès de 21 260 élèves de la maternelle jusqu'à ce qu'ils atteignent la 8<sup>e</sup> année. **L'étude tend à démontrer qu'il existe une relation de cause à effet positive sur les habiletés scolaires (lecture, mathématiques et connaissances générales). L'étude semble également soutenir l'hypothèse selon laquelle la participation parascolaire n'a pas d'effet sur le développement de compétences socioémotionnelles, sinon un effet négatif léger** (contrôle de soi, comportements interpersonnels, comportements d'externalisation du lieu de contrôle et d'internalisation du lieu de contrôle, etc.). Attention : l'étude ne distingue pas les effets de la participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques spécifiquement, ce qui fait qu'il peut exister des différences qui n'ont pas été mesurées ici.

Coulangeon, P. (2018). The Impact of Participation in Extracurricular Activities on School Achievement of French Middle School Students: Human Capital and Cultural Capital Revisited. *Social Forces*, 97(1), 55-90. <https://doi.org/10.1093/sf/soy016>

Cette étude longitudinale tente de déterminer s'il existe une relation de cause à effet entre la participation parascolaire, l'acquisition de compétences cognitives, conatives et non cognitives, et l'accomplissement scolaire. Elle a été réalisée grâce aux données récoltées auprès de 19 809 jeunes à divers moments de leur enfance, de 11 ans à 15 ans environ. **L'étude tend à démontrer que le nombre d'activités pratiquées (étendue de la pratique) a un impact positif modeste sur les résultats en mathématiques et en français des élèves qui pratiquent des activités parascolaires (tous types confondus). L'étude tend également à démontrer que certaines situations particulières, comme être abonné à une bibliothèque ou être impliqué dans une activité musicale, ont plus ou moins d'impact. Le pratique du théâtre aurait par exemple un impact positif minime sur les résultats en français, et la pratique de la musique un impact positif minime sur les résultats en français et en mathématiques. La participation aurait aussi en général un effet positif sur la capacité des jeunes de développer et maintenir des relations interpersonnelles positives et sur leur capacité de régler des problèmes.**

Haghighat, M. D., & Knifsend, C. A. (2019). The Longitudinal Influence of 10th Grade Extracurricular Activity Involvement: Implications for 12th Grade Academic Practices and Future Educational Attainment. *Journal of Youth & Adolescence*, 48(3), 609-619. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0947-x>

Dans cette étude étatsunienne, on a cherché à évaluer l'effet de la pratique d'activités parascolaires sur les accomplissements scolaires postsecondaires. Cette étude a été réalisée en recueillant des données auprès de 11 720 élèves de 10<sup>e</sup> année à la phase 1 de la collecte, puis auprès des mêmes en 12<sup>e</sup> année à la phase 2, et huit ans plus tard à la phase 3. **L'étude tend à démontrer que l'étendue de la participation parascolaire au niveau secondaire a un effet positif sur la persévérance scolaire huit ans après la fin de l'école secondaire, mesurée par le plus haut niveau d'études complété. L'étendue de la participation parascolaire est aussi liée positivement au temps consacré aux devoirs et à une plus grande valeur attribuée à l'éducation.** La mesure de l'étendue de la participation concerne tous les genres d'activités confondus, dont les arts, mais aussi les sports.

Himelfarb, I., Lac, A., & Baharav, H. (2014). Examining school-related delinquencies, extracurricular activities, and grades in adolescents. *Educational Studies*, 40(1), 81-97. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/03055698.2013.821941>

Himelfarb et ses collègues montrent dans cette étude étatsunienne réalisée auprès de 2070 adolescents de 12 à 15 ans que **la participation parascolaire aux arts, aux clubs sociaux et au bénévolat sont des variables corrélées positivement**

aux résultats scolaires. La participation aux arts semble être le type de participation parascolaire le plus associé aux bons résultats scolaires. L'étude soutient l'hypothèse selon laquelle l'étendue de la pratique parascolaire (pratiquer différents types d'activités) est corrélée positivement à de meilleures retombées pour l'adolescent, ici en soutenant que ces jeunes polyvalents sont ceux qui obtiennent en moyenne de meilleurs résultats scolaires.

Kravchenko, Z., & Nygård, O. (2023). Extracurricular activities and educational outcomes: evidence from high-performing schools in St Petersburg, Russia. *International Studies in Sociology of Education*, 32(4), 1106-1125. <https://doi.org/10.1080/09620214.2021.2014933>

Cette étude russe explore les relations entre le profil socioéconomique, la participation parascolaire et les résultats scolaires chez 2119 élèves de Saint-Petersbourg âgés de 15 et 16 ans. **Les résultats obtenus par analyses de régression tendent à démontrer une corrélation positive entre la participation parascolaire à des activités artistiques et scientifiques et les résultats scolaires, mais indiquent aussi que l'association est assez faible.**

Morris, D. S. (2016). Extracurricular Activity Participation in High School: Mechanisms Linking Participation to Math Achievement and 4-Year College Attendance. *American Educational Research Journal*, 53(5), 1376-1410. <https://doi.org/10.3102/0002831216667579>

L'étude longitudinale de Morris examine le potentiel de neuf variables d'être médiatrices de la relation entre la participation parascolaire et deux variables dépendantes : les résultats en mathématiques et la poursuite complète d'un programme d'études de quatre ans dans un collège. Elle a été réalisée en recueillant des données auprès de 12 058 élèves aux États-Unis. **L'étude n'a pas réussi à démontrer de corrélation entre la participation à des activités parascolaires artistiques et les deux variables dépendantes, soit les résultats en mathématiques ou la diplomation d'un collège après un programme de quatre ans.**

O'Donnell, A. W., Redmond, G., Thomson, C., Wang, J. J. J., & Turkmani, S. (2022). Reducing Educational Disparities Between Australian Adolescents in Regional and Metropolitan Communities: The Compensatory Effects of Extracurricular Activities. *Developmental Psychology*, 58(12), 2358-2371. <https://doi.org/10.1037/dev0001434>

L'étude longitudinale effectuée à partir des données de 1 477 adolescents australiens tend à **démontrer que l'étendue de la participation parascolaire cause une augmentation des attentes éducationnelles des adolescents (jusqu'où ils pensent aller dans leurs études). Cette augmentation des attentes aurait ensuite un effet réel sur le niveau d'études atteint en fin de parcours.** Comme les jeunes en milieu rural tendent à avoir en moyenne un niveau d'attentes éducationnelles plus bas au début de l'adolescence, la participation parascolaire pourrait avoir un effet plus grand sur eux, selon les auteurs. Il faut toutefois noter que l'étude ne fait pas de distinction pas entre les différents types d'activités parascolaires. La variable d'étendue de la participation est un amalgame de neuf activités différentes, dont certains arts (musique, théâtre, arts visuels).

Tan, M., Cai, L., & Bodovski, K. (2022). An active investment in cultural capital: structured extracurricular activities and educational success in China. *Journal of Youth Studies*, 25(8), 1072-1087. <https://doi.org/10.1080/13676261.2021.1939284>

Cette étude réalisée en contexte chinois tente de démontrer l'existence d'un lien entre la participation parascolaire (tous genres confondus) et trois autres variables : les résultats scolaires, le développement de relations de soutien avec des pairs, et le développement de relations de soutien avec des adultes de l'école. Les deux dernières variables seraient corrélées à de meilleurs résultats scolaires. L'étude a utilisé les données de 7942 élèves chinois en 7<sup>e</sup> année à la phase 1 de la collecte et en 8<sup>e</sup> année à la phase 2. **Les résultats tendent à démontrer qu'en contexte de haute performance comme le contexte scolaire chinois, à la différence du contexte européen ou nord-américain, la participation parascolaire ne semble pas corrélée positivement aux résultats scolaires.**

White, T., Scott Jr., L. D., & Munson, M. R. (2018). Extracurricular activity participation and educational outcomes among older youth transitioning from foster care. *Children & Youth Services Review, 85*, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.11.010>

Cette étude a tenté de vérifier l'association entre la participation parascolaire et le parachèvement des études secondaires, et aussi entre la participation parascolaire et l'accès au collège d'adolescents en familles d'accueil. L'étude a été réalisée auprès de 312 adolescents en familles d'accueil ayant en moyenne 17 ans, au Missouri aux États-Unis. **Grâce à une analyse de régression, les résultats tendent à soutenir l'hypothèse selon laquelle il existe une corrélation positive faible entre la participation parascolaire et l'obtention d'un diplôme d'études secondaires.**

### *Thème 2 : Développement personnel et social et de compétences utiles*

Balaguer, Á., Orejudo, S., Rodríguez-Ledo, C., & Cardoso-Moreno, M. J. (2020). Extracurricular Activities, Positive Parenting and Personal Positive Youth Development. Differential Relations amongst Age and Academic Pathways. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 18*(51), 179-206.

Cette étude a tenté de déterminer, à l'aide d'un modèle d'équation structurelle, comment certains indicateurs de parentalité positive, de participation à des activités parascolaires et de développement personnel positif des jeunes sont corrélés les uns aux autres. L'étude a été réalisée à partir des données d'un échantillon de 1402 adolescents espagnols âgés de 12 à 20 ans. **Les résultats de l'étude lient les activités parascolaires à quatre dimensions du développement personnel positif des jeunes, sauf chez les 16-17 ans et chez les élèves de 11<sup>e</sup> année : l'optimisme, l'espoir, le sentiment d'autoefficacité et le sentiment de cohérence.** La corrélation est faible et la distinction n'a pas été faite entre la participation parascolaire sportive et la participation parascolaire culturelle ou artistique. De plus, l'étude manque de précision sur la méthode employée pour prendre les mesures de la participation parascolaire.

Denault, A.-S., Ratelle, C. F., Duchesne, S., & Guay, F. (2019). Extracurricular activities and career indecision: A look at the mediating role of vocational exploration. *Journal of Vocational Behavior, 110*, 43-53. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.11.006>

Cette étude s'intéresse aux relations de cause à effet entre la participation aux activités parascolaires, l'exploration vocationnelle et l'indécision face à un choix de carrière. Elle a été réalisée auprès de 762 étudiants de 3<sup>e</sup> secondaire à la phase 1 de la collecte de données, et de 5<sup>e</sup> secondaire à la phase 3. **Elle tend à montrer que la participation parascolaire a un effet positif sur l'exploration vocationnelle, et que l'exploration vocationnelle a un effet négatif sur l'indécision au moment du choix de carrière. L'étude ne réussit pas à démontrer que la participation parascolaire a un effet direct sur l'indécision au moment du choix de carrière. On précise que la participation aux activités parascolaires artistiques et socioculturelles a un effet positif sur l'exploration vocationnelle, tout comme les activités parascolaires intégrées au programme d'études (comme le bénévolat).**

Forneris, T., Camiré, M., & Williamson, R. (2015). Extracurricular Activity Participation and the Acquisition of Developmental Assets: Differences Between Involved and Noninvolved Canadian High School Students. *Applied Developmental Science, 19*(1), 47-55. <https://doi.org/10.1080/10888691.2014.980580>

Dans cette étude canadienne, Forneris et al. ont tenté de déterminer s'il existe une différence significative entre quatre groupes de jeunes se distinguant par les types d'activités parascolaires qu'ils pratiquent. Les différences que l'on a tenté d'observer entre les groupes résidaient dans l'acquisition de différentes compétences développementales et l'engagement dans son parcours scolaire. L'étude est limitée par son petit échantillon de participants (N = 239). **À l'aide d'un test d'analyse de covariances, on a observé que les jeunes qui pratiquent des activités parascolaires à la fois sportives et d'autres genres (incluant certains arts) obtiennent en moyenne des scores**

significativement plus élevés sur cinq des sept échelles de développement utilisées : autonomisation (*empowerment*), engagement dans l'apprentissage, valeurs positives, compétences sociales et identité positive. L'étude semble aussi démontrer que ce groupe de jeunes obtient en moyenne des scores significativement plus élevés en matière d'engagement scolaire. L'étude n'arrive pas à démontrer de différence significative de moyenne entre le groupe pratiquant d'autres activités que des activités sportives (incluant des activités artistiques) et les autres groupes. Elle semble toutefois soutenir l'hypothèse selon laquelle participer à de multiples types d'activités parascolaires augmente grandement les bienfaits pour le développement des jeunes.

Guèvremont, A., Findlay, L., & Kohen, D. (2014). Organized Extracurricular Activities: Are In-School and Out-of-School Activities Associated With Different Outcomes for Canadian Youth? *Journal of School Health, 84*(5), 317-325. <https://doi.org/10.1111/josh.12154>

Cette étude canadienne visait un double objectif. Elle s'est intéressée à la fois à la corrélation entre la participation parascolaire et extrascolaire et les résultats scolaires, et à la corrélation entre la participation parascolaire et le niveau de compétences socioémotionnelles (compétences sociales). En utilisant un échantillon de 3768 participants âgés de 14 à 17 ans, les chercheurs sont arrivés à la conclusion **qu'il existe une corrélation positive, chez les garçons, entre la participation mensuelle à des activités non sportives (incluant certains arts) à l'école et hors de l'école et les comportements prosociaux. Toujours chez les garçons, la participation à des activités non sportives à l'école est associée négativement à l'hyperactivité, négativement à l'échec d'un cours et négativement à l'expérimentation de substances illicites (cannabis, cigarette). Chez les garçons toujours, la participation aux activités non sportive est aussi associée positivement à des résultats élevés aux tests cognitifs. Chez les filles, la participation à des activités non sportives à l'école et hors de l'école est associée positivement à une meilleure image de soi.**

Heaslip, G. P., Davis, H., & Barber, B. L. (2021). Extracurricular activity participation in early adolescence predicts coping efficacy one year later. *Australian Journal of Psychology, 73*(3), 306-315. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1884000>

Dans cette étude transversale australienne, les auteurs ont tenté de déterminer si l'intensité de la participation parascolaire est liée, un an plus tard, à une plus grande efficacité de gestion de l'adversité chez les jeunes adolescents en 8<sup>e</sup> année à la phase 1 de la collecte et en 9<sup>e</sup> année à la phase 2. **Les 1162 réponses recueillies permettent de soutenir l'hypothèse selon laquelle l'intensité de la participation parascolaire non sportive est liée positivement à l'efficacité de gestion de l'adversité un an plus tard. Les modèles explorés semblent aussi indiquer que le modèle est quadratique et non linéaire, c'est-à-dire qu'il existe un effet de seuil où la pente de la courbe de régression est très forte au départ, puis s'aplatit avec l'augmentation de l'intensité de la pratique.**

Ivaniushina, V. A., & Aleksandrov, D. A. (2015). Socialization Through Informal Education: The Extracurricular Activities of Russian Schoolchildren. *Russian Education & Society, 57*(4), 189-213. <https://doi.org/10.1080/10609393.2015.1068553>

Cette étude russe a tenté de savoir si les élèves qui participent à des activités parascolaires présentent un certain profil représenté par des caractéristiques sociopsychologiques comme le sentiment d'appartenance à l'école, le sentiment de satisfaction relatif à l'école, l'estime de soi, et la confiance en ses capacités physiques et scolaires. On a demandé aux répondants d'indiquer le nombre d'heures par semaine qu'ils consacraient à 45 activités parascolaires différentes. Les réponses ont été regroupées en cinq catégories, dont une catégorie « arts » incluant musique, danse, arts visuels et six autres activités artistiques. **Malheureusement, les quelque 6000 réponses obtenues ne permettent pas de dégager un profil particulier des élèves qui pratiquent des activités parascolaires artistiques en ce qui a trait aux caractéristiques observées.**



Kirlic, N., Colaizzi, J. M., Cosgrove, K. T., Cohen, Z. P., Yeh, H. W., Breslin, F., Morris, A. S., Aupperle, R. L., Singh, M. K., & Paulus, M. P. (2021). Extracurricular activities, screen media activity, and sleep may be modifiable factors related to children's cognitive functioning: evidence from the ABCD Study®. *Child Development, 92*(5), 2035-2052.  
<https://doi.org/10.1111/cdev.13578>

Cette étude révèle **une corrélation positive entre l'intensité de la participation parascolaire et les résultats obtenus à un test de fonctionnement cognitif fluide**. L'étude a été réalisée aux États-Unis, à l'aide de données recueillies auprès de 9718 enfants âgés de 9 à 11 ans. Le fonctionnement cognitif fluide (FCF) est associé à des mesures de capacité d'apprentissage, de capacité de résolution de problèmes et de capacité de s'adapter à de nouvelles situations. L'étude montre aussi une corrélation négative entre les scores au test de FCF et le temps passé devant un écran.

Martinez, A., Coker, C., McMahon, S. D., Cohen, J., & Thapa, A. (2016). Involvement in Extracurricular Activities: Identifying Differences in Perceptions of School Climate. *The Educational and Developmental Psychologist, 33*(1), 70-84.  
<https://doi.org/10.1017/edp.2016.7>

Cette étude a tenté de découvrir une corrélation entre la participation à trois différents types d'activités parascolaires (sports, clubs sociaux et arts) et certaines caractéristiques des élèves en lien avec l'école : leur niveau de sécurité socio-émotionnelle à l'école, leur perception du soutien disponible par des adultes de l'école, leur perception du soutien disponible par les autres élèves et le sentiment de connectivité à l'école. L'étude a mis à profit les données recueillies auprès de 15 004 élèves du niveau secondaire aux États-Unis. **Les analyses de régression tendent à démontrer que les élèves qui participent à des activités parascolaires ont plus de chances de percevoir un haut niveau de soutien par les autres élèves de leur école, et ont plus de chances de se situer à un plus haut niveau de connectivité avec l'école, ce qui indique des corrélations positives.**

Palmer, A. N., Elliott, W., & Cheatham, G. A. (2017). Effects of extracurricular activities on postsecondary completion for students with disabilities. *Journal of Educational Research, 110*(2), 151-158. <https://doi.org/10.1080/00220671.2015.1058221>

Cette étude a tenté de vérifier si la participation parascolaire a un effet sur l'obtention d'un diplôme d'études postsecondaires chez les adolescents vivant avec un handicap. On a mesuré la participation à des activités non sportives, incluant certaines pratiques artistiques, durant l'année scolaire 2003-2004, et évalué l'étendue de la participation, tous types d'activités confondues. L'étude s'est fondée sur des données recueillies auprès de 604 élèves étatsuniens qui étaient en 10<sup>e</sup> année à la phase 1 de la collecte. **L'étude tend à démontrer que les activités non sportives sont reliées significativement à l'obtention d'un diplôme d'études postsecondaires chez les élèves vivant avec un handicap. Elle tend aussi à démontrer une corrélation positive entre l'étendue des pratiques parascolaires et la diplomation postsecondaire chez les élèves vivant avec un handicap.**

Sauerwein, M., Theis, D., & Fischer, N. (2016). How youths' profiles of extracurricular and leisure activity affect their social development and academic achievement. *IJREE-International Journal for Research on Extended Education, 4*(1), 17-18.

L'étude de Sauerwein et ses collègues a tenté de vérifier le lien entre la participation parascolaire et certains comportements sociaux chez les jeunes de 5<sup>e</sup>, 6<sup>e</sup> et 7<sup>e</sup> année en Allemagne, inscrits dans des écoles « toute la journée ». On a mesuré l'étendue de la participation à 14 activités et on a pu créer une variable regroupant la participation à diverses activités culturelles, dont le chant, la musique orchestrale, la danse et le théâtre. **Les données recueillies auprès de 5278 élèves semblent indiquer que les pratiquants parascolaires d'activités culturelles présentent en moyenne un peu plus de comportements coopératifs et de comportements prosociaux**

deux ans plus tard. Ce groupe d'élèves ne semble pas montrer davantage ou moins de comportements déviants deux ans plus tard et ne semble pas non plus avoir de meilleurs résultats scolaires.

Villarreal, V., & Gonzalez, J. E. (2016). Extracurricular activity participation of Hispanic students: Implications for social capital outcomes. *International Journal of School & Educational Psychology*, 4(3), 201-212. <https://doi.org/10.1080/21683603.2015.1119092>

Cette étude qui a porté une attention particulière aux élèves hispanophones aux États-Unis cherchait à découvrir une corrélation entre la participation parascolaire et trois variables associées au capital social : le sentiment d'appartenance à l'école, les comportements prosociaux et les comportements prosociaux des pairs. Cette étude a cependant un pouvoir explicatif limité puisqu'elle a été réalisée auprès de seulement 186 adolescents de 7<sup>e</sup> année. **Les résultats ne montrent pas de signes d'une association significative entre l'intensité de la participation à des activités parascolaires non sportives et les trois variables chez les élèves hispanophones du Texas.**

Wachsmuth, S. T., Lewis, T. J., & Gage, N. A. (2023). Exploring Extracurricular Activity Participation, School Engagement, and Social Competence for Students With Emotional and Behavioral Disorders. *Behavioral Disorders*, 48(4), 255-268. <https://doi.org/10.1177/01987429231166675>

Cette étude visait à établir une corrélation entre la participation parascolaire, la compétence sociale et l'engagement scolaire des élèves à risque ou éprouvant des problèmes émotionnels ou comportementaux. **L'étude a été réalisée à l'aide des données de 101 adolescents. Les résultats montrent qu'une corrélation semble exister entre l'intensité de la participation parascolaire (tous types confondus, incluant certains arts) et la compétence sociale, et entre l'intensité de la participation parascolaire et l'engagement scolaire, même si ces associations sont faibles.**

### *Thème 3 : Atténuation de comportements négatifs ou d'effets négatifs de facteurs environnementaux*

Adachi-Mejia, A. M., Gibson Chambers, J. J., Li, Z., & Sargent, J. D. (2014). The Relative Roles of Types of Extracurricular Activity on Smoking and Drinking Initiation Among Tweens. *Academic Pediatrics*, 14(3), 271-278. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2014.02.002>

L'étude rapportée dans cet article tentait de déterminer, par analyse de régressions multiples, si la participation à différents types d'activités parascolaires, dont certains arts (musique, danse, chant choral ou stage band) et le fait d'avoir déjà essayé de consommer des substances illicites (alcool, cigarette) pouvaient être corrélés. L'étude a été réalisée à partir de données recueillies auprès de 6522 jeunes âgés de 10 à 14 ans. **Les résultats de l'étude ne sont pas significatifs en ce qui concerne la corrélation entre la participation à des activités parascolaires artistiques et la consommation de substances illicites.** L'étude montre toutefois une corrélation négative en matière de participation parascolaire sportive, le sport étant au cœur de l'étude.

Bills, K. L. (2020). Helping children with disabilities combat negative socio-emotional outcomes caused by bullying through extracurricular activities. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 30(5), 573-585. <https://doi.org/10.1080/10911359.2020.1718052>

L'étude présentée dans cet article a tenté, par analyse de régression logistique, de déterminer si la participation à différents types d'activités parascolaires (sportives et non sportives) a un impact modérateur sur les effets négatifs de l'intimidation chez les jeunes vivant avec un handicap. Ces conséquences négatives s'appliquent entre autres au rendement scolaire, à l'estime de soi et aux liens d'amitié. **L'étude démontre qu'il n'y a pas de lien entre la participation parascolaire à des activités non sportives (incluant certains arts) et les effets négatifs de l'intimidation, suggérant que la participation parascolaire non sportive n'est pas un facteur modérateur des effets négatifs de l'intimidation chez les personnes en situation de handicap.** L'étude montre que la participation

parascolaire sportive présente toutefois cette qualité modératrice dans une certaine mesure. Les activités culturelles ou artistiques étaient cependant amalgamées à d'autres activités parascolaires non sportives pour les fins de cette étude.

**Bills, K. L. (2020). The Direct Relationship between Bullying Rates and Extracurricular Activities among Adolescents and Teenagers with Disabilities. *Journal of Evidence-Based Social Work (2640-8066)*, 17(2), 191-202. <https://doi.org/10.1080/26408066.2019.1705958>**

Très proche du précédent, cet autre article de Bills établit **qu'il ne semble pas y avoir de corrélation entre la participation à des activités parascolaires non sportives et le fait d'être victime d'intimidation chez les adolescents de 12 à 18 ans vivant avec un handicap**. On est arrivé à cette conclusion en effectuant un test de régression binaire qui testait la corrélation entre les deux variables. Cette corrélation ne semble pas exister. L'étude montre toutefois que les élèves de 12 à 18 ans vivant avec un handicap sont au moins quatre fois plus susceptibles d'être victimes d'intimidation à une fréquence plus élevée que les autres élèves.

**Brown, W., Sellers, B. G., & Caines, M. (2023). Deciphering the relationship between extracurricular activities and delinquency among teenage youth. *American Journal of Criminal Justice*. 48, 1372-1393. <https://doi.org/10.1007/s12103-023-09736-6>**

Cet article rapporte les résultats d'une étude qui a cherché à mesurer les corrélations entre la délinquance, la maîtrise de soi et la participation parascolaire. L'étude longitudinale a été réalisée auprès d'un échantillon de 1354 adolescents de 14 à 18 ans incarcérés dans le système judiciaire américain. Grâce à des analyses de régression, l'étude montre que la participation aux activités parascolaires a un effet différencié sur les délinquants qui ont peu de maîtrise de soi et sur ceux qui ont une grande maîtrise de soi. **En effet, plus le nombre d'activités ou le nombre d'heures hebdomadaires de participation de ceux qui ont une faible maîtrise de soi augmente, plus les comportements délinquants ont tendance à diminuer**. Sur ceux qui possèdent une grande maîtrise de soi, l'effet s'inverse : plus la pratique augmente, plus la délinquance augmente. L'étude ne distingue pas entre plusieurs types d'activités parascolaires, mais inclut des activités culturelles et artistiques.

**Driessens, C. M. E. F. (2015). Extracurricular activity participation moderates impact of family and school factors on adolescents' disruptive behavioural problems. *BMC Public Health*, 15(1), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2464-0>**

Ce texte rapporte les résultats d'une étude effectuée par Driessens en vue de déterminer si certains éléments dans l'environnement social des adolescents, dont la participation à des activités parascolaires culturelles et artistiques, peuvent agir comme modérateurs des comportements dérangeants observés chez les jeunes, incluant des comportements internes (stress, anxiété, sentiment d'être utile) et des comportements externes (consommation de substances illicites, absentéisme, délinquance, opposition à l'autorité). L'étude longitudinale a mis à profit des données provenant de 11 000 jeunes environ.

**L'étude explique que les chances qu'un adolescent rapporte des problèmes internes de comportement comme le stress, l'anxiété ou le manque d'estime de soi sont plus grandes s'il rapporte participer plus fréquemment à des activités expressives ou religieuses. Les chances qu'il déclare des problèmes externes de comportement comme des interactions conflictuelles avec des figures d'autorité, de l'absentéisme à l'école ou des comportements délinquants comme du vandalisme sont toutefois plus faibles s'il déclare participer plus fréquemment à des activités expressives ou religieuses.**

Fluharty, M. E., Bone, J. K., Bu, F., Sonke, J. K., Fancourt, D., & Paul, E. (2023). Associations between extracurricular arts activities, school-based arts engagement, and subsequent externalising behaviours in the Early Childhood Longitudinal Study. *Scientific Reports*, 13(1), 1-10. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-39925-6>

Cette étude a tenté de vérifier s'il existe une relation entre la participation à des activités parascolaires artistiques et les comportements nuisibles externes chez les adolescents. Les mesures ont été prises auprès de parents qui ont répondu pour leur enfant. Les données ont été prélevées pour 8315 élèves de 5<sup>e</sup> année au moment de mesurer l'étendue de la participation à des activités parascolaires artistiques et de 8<sup>e</sup> année au moment de mesurer le taux de comportements perturbateurs. **Les résultats tendent à montrer une association négative entre la participation à des activités parascolaires artistiques en 5<sup>e</sup> année et les comportements perturbateurs en 8<sup>e</sup> année (comportements problématiques, hyperactivité, inattention).**

Habib, E. L., Zimmerman, M. A., & Ostaszewski, K. (2014). International note: Prevailing with extracurricular activities in an alcohol-dominated environment: Sex differences in resilience among middle school youth. *Journal of Adolescence*, 37(6), 901-904. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.06.004>

Cet article rapporte le fruit d'une étude qui visait à examiner la relation entre l'étendue de la participation parascolaire, la consommation d'alcool et les facteurs sociaux des individus. La collecte de données s'est effectuée auprès de 2903 adolescents polonais de 13 et 14 ans. Même si l'étude possède certaines limitations, comme un faible contrôle des variables étrangères, **elle tend à montrer l'existence d'une corrélation négative entre l'étendue de la participation parascolaire et la consommation d'alcool, autant chez les garçons que chez les filles. Chez les garçons, l'étendue de la participation semble aussi avoir un effet modérateur sur les facteurs de risque de l'environnement social de l'adolescent.** Entre d'autres mots, plus un garçon est engagé dans de multiples activités parascolaires, plus il y a de chances que les effets négatifs des facteurs de risque dans son environnement social soient diminués. Cet effet modérateur n'a pas été observé chez les jeunes filles.

Haeghele, J. A., Aigner, C., & Healy, S. (2020). Extracurricular activities and bullying among children and adolescents with disabilities. *Maternal and Child Health Journal*, 24, 310-318. <https://doi.org/10.1007/s10995-019-02866-6>

Cette étude a examiné la relation entre la participation parascolaire et l'intimidation chez les enfants vivant avec un handicap. Elle a été réalisée séparément sur les enfants et sur les adolescents, qui représentent deux échantillons distincts. Les données ont été récoltées sur 1906 enfants avec un handicap et 15 901 enfants sans handicap, et sur 1782 adolescents avec un handicap et 15 885 adolescents sans handicap. **Grâce à des analyses de régression, l'étude tend à démontrer qu'il existe un lien négatif, chez les enfants et les adolescents vivant avec un handicap, entre la participation parascolaire et le fait de subir de l'intimidation. L'étude démontre également que les adolescents vivant avec un handicap qui pratiquent des activités parascolaires sportives, ainsi que ceux qui pratiquent des activités parascolaires sportives et non sportives, sont moins susceptibles d'être des victimes d'intimidation que les autres.** Ce lien n'a pas été démontré chez les enfants.

Heaslip, G. P., & Barber, B. L. (2017). Extracurricular Activity Intensity and Adolescent Risk-Taking: Exploring Interactive Effects of Contextual Risk and Coping Efficacy. *Educational and Developmental Psychologist*, 34(1), 62-77. <https://doi.org/10.1017/edp.2016.19>

Cette étude a tenté de vérifier s'il y a un lien entre l'intensité de la participation parascolaire et la prise de risque chez les adolescents en se concentrant sur les activités non sportives et en contrôlant plusieurs covariables. Grâce à des analyses de régression hiérarchiques sur les données recueillies auprès de 1 599 adolescents de l'Australie de l'Ouest en 10<sup>e</sup> et en 12<sup>e</sup> année, il a été possible d'affirmer que **l'intensité de la participation parascolaire à des activités non sportives incluant**

**certains arts, combinée à un faible niveau d'efficacité de gestion de l'adversité, est positivement reliée à la prise de risque chez les jeunes. Inversement, si le jeune se situe à un fort niveau d'efficacité de gestion de l'adversité, l'intensité de la participation parascolaire aux activités non sportives est négativement reliée à la prise de risque.**

Lehman, B. (2016). Latino Students in New Destinations: Immigration, Extracurricular Activities, and Bullying Victimization. *Education and Youth Today, 20*, 123-144.  
<https://doi.org/10.1108/S1537-466120160000020005>

L'étude de Lehman s'est intéressée aux liens entre la participation parascolaire, l'intimidation et l'emménagement, en tant que nouvel arrivant international, dans un quartier où les populations latinos ne sont pas bien établies aux États-Unis. Grâce à des analyses de régression et aux données récoltées auprès de 12 271 élèves dont 1793 étaient identifiés comme latinos, **l'étude tend à démontrer qu'être latino dans un État où les populations latinos ne sont pas traditionnellement établies, et pratiquer des activités parascolaires de la catégorie « Humanities » (dont des arts comme la musique et le théâtre) est corrélé positivement à être victime d'intimidation** même si la corrélation est peu significative et faible. L'étude s'est basée sur l'étendue de la participation comme mesure de la participation parascolaire.

Lehman, B., & Dumais, S. A. (2017). Feminization of arts participation and extracurricular activities? Gender differences in cultural capital and bullying victimization. *Poetics, 61*, 26-38. <https://doi.org/10.1016/j.poetic.2016.12.003>

Cette étude voulait vérifier si les élèves s'identifiant au genre masculin déclarent vivre davantage d'intimidation s'ils participent à des activités parascolaires artistiques perçues comme féminines. Pour y arriver, on a recueilli des données auprès de 13 024 élèves américains du niveau secondaire. **Des analyses de régression multiples permettent d'entrevoir que la participation à des cours de musique et à des activités non sportives en dehors de l'école, incluant certains arts, est corrélée positivement à des épisodes d'intimidation. C'est aussi le cas si on prend en considération la participation à des activités non sportives en dehors de l'école chez les garçons uniquement.** Toutefois, dans tous les cas, l'effet est assez faible.

Modecki, K. L., Barber, B. L., & Eccles, J. S. (2014). Binge Drinking Trajectories Across Adolescence: For Early Maturing Youth, Extra-Curricular Activities Are Protective. *Journal of Adolescent Health, 54*(1), 61-66. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.07.032>

Cette étude longitudinale a été conçue pour vérifier s'il existe un lien entre les comportements de beuverie (*binge-drinking*) et la participation parascolaire. La beuverie a été mesurée par le nombre de fois qu'un individu a bu cinq consommations alcooliques ou plus en une seule occasion dans les six mois précédents. La participation parascolaire a été mesurée en termes d'intensité (nombre d'heures d'activités par semaine). L'étude a été réalisée auprès de 1 342 élèves de 13 ans à la phase 1 de la collecte et de 16 ans à la phase 4, en Australie de l'Ouest. **Les résultats tendent à démontrer que la participation parascolaire non sportive semble être corrélée négativement aux comportements de beuverie si l'adolescent a vécu sa puberté tôt.**

Mora, A. S., LoDuca, K. M., & Ceballo, R. (2023). Adolescents in the Community: Extracurricular Activities and Sexual Harassment. *Journal of Youth & Adolescence, 52*(9), 1788-1798.  
<https://doi.org/10.1007/s10964-023-01812-8>

Grâce à une étude réalisée auprès de 537 adolescents de Detroit et Chicago aux États-Unis, **les auteurs tendent à démontrer qu'il n'existe pas de lien entre la participation parascolaire et le harcèlement sexuel, sauf en ce qui a trait aux activités non structurées en dehors de l'école.** On a comparé les moyennes de différents groupes d'adolescents, séparés en fonction du type d'activités parascolaires pratiqué, pour tirer ces conclusions. La mesure de la participation parascolaire était effectuée en termes d'intensité (fréquence de pratique par semaine).

Oberle, E., Ji, X. R., Kerai, S., Guhn, M., Schonert-Reichl, K. A., & Gadermann, A. M. (2020). Screen time and extracurricular activities as risk and protective factors for mental health in adolescence: A population-level study. *Preventive Medicine, 141*, 106291. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106291>

Cette étude sur 28 712 adolescents de 7<sup>e</sup> année en Colombie-Britannique **tend à démontrer que la participation parascolaire est négativement corrélée aux symptômes dépressifs et à l'anxiété, et est positivement corrélée à la satisfaction envers sa vie et à l'optimisme. L'étude tend aussi à démontrer que la participation parascolaire est négativement corrélée au fait de passer deux heures ou plus devant un écran un soir de semaine où il y a de l'école.** L'étude a employé une mesure de la participation aux activités parascolaires dans la semaine précédente (oui, au moins une activité, non).

O'Donnell, A. W., Redmond, G., Skattebol, J., Allen, J., Thomson, C., & MacDougall, C. (2023). The Relationship Between Financial Hardships and the Development of Risk-Taking Behaviors: The Protective Role of Extracurricular Activities. *Youth & Society, 55*(5), 895-923. <https://doi.org/10.1177/0044118X221127724>

Cette étude voulait savoir si la participation parascolaire peut atténuer la relation entre le fait de provenir d'une famille ayant des difficultés financières et les comportements risqués des adolescents. L'étude a utilisé la participation (oui/non) comme mesure de la participation parascolaire et ne faisait pas de distinction entre les activités artistiques et les autres activités non sportives. 3 852 adolescents australiens ont été sondés alors qu'ils avaient 12 ou 13 ans à la phase 1 de la collecte, et 16 ou 17 ans à la phase 2. **Les résultats de l'étude tendent à démontrer que la participation parascolaire non sportive a un effet modérateur sur la relation entre provenir d'une famille en situation financière difficile et les comportements à risque (comportements délinquants et comportements transgressifs). Les auteurs suggèrent que c'est parce que les activités non sportives placent les jeunes en relation avec des pairs qui ont moins de comportements à risque qu'ils en présentent moins eux-mêmes.**

O'Flaherty, M., Baxter, J., & Campbell, A. (2022). Do extracurricular activities contribute to better adolescent outcomes? A fixed-effects panel data approach. *Journal of Adolescence, 94*(6), 855-866. <https://doi.org/10.1002/jad.12069>

Dans cette étude longitudinale, les auteurs ont tenté de découvrir des relations entre la participation à des activités scolaires artistiques et quatre autres variables dépendantes : la réussite scolaire, le sentiment d'appartenance à l'école, la santé psychologique et les comportements des pairs. L'étude a été réalisée auprès de 3885 adolescents australiens âgés de 12 ou 13 ans à la phase 1 de la collecte, et de 14 ou 15 ans à la phase 2. **Les résultats révèlent que la participation parascolaire artistique est faiblement corrélée au fait que les jeunes sont entourés de pairs qui ne présentent pas de comportements déviants. L'étude semble aussi montrer que la participation parascolaire est négativement corrélée au niveau d'introversion, ce qui réduit les chances qu'un jeune déclare un haut taux d'introversion s'il pratique des activités parascolaires.** La variable utilisée pour mesurer la participation parascolaire est une variable dichotomique (oui/non) de participation dans la dernière année de participation à des activités artistiques (arts, musique ou performances). L'étude semble toutefois soutenir l'hypothèse que les effets bénéfiques mesurés chez les jeunes qui participent à des activités parascolaires artistiques sont probablement dus davantage à des variables étrangères non prises en compte dans les modèles qu'à la participation à des activités scolaires artistiques elle-même.

Riese, A., Gjelsvik, A., & Ranney, M. L. (2015). Extracurricular Activities and Bullying Perpetration: Results From a Nationally Representative Sample. *Journal of School Health, 85*(8), 544-551. <https://doi.org/10.1111/josh.12282>

À partir des données de 62 285 élèves de 6 à 17 ans aux États-Unis, cette étude tend à démontrer que les élèves engagés dans des activités parascolaires sont moins susceptibles d'être des intimidateurs. **Les jeunes participant à des activités sportives et non sportives (incluant certains arts comme la musique et la danse) sont les moins susceptibles d'être des intimidateurs si on en croit cette étude. L'étendue de la participation parascolaire semble donc être corrélée négativement aux comportements d'intimidation.** Cela pourrait être dû, selon les auteurs, au fait que plus le jeune participe à des activités parascolaires, moins il a de temps non supervisé par un adulte, ce qui donne moins d'occasion de perpétrer des gestes d'intimidation à l'encontre d'autres jeunes. Une autre hypothèse est que les activités parascolaires enseignent des comportements plus positifs aux jeunes, ou encore des compétences sociales qui les poussent à moins intimider.

Rigg, K. K., & Johnson, M. E. (2022). Preventing adolescent opioid misuse: racial/ethnic differences in the protective effects of extracurricular activities. *Journal of studies on alcohol and drugs, 83*(3), 402-411. <https://doi.org/10.15288/jsad.2022.83.402>

Cette étude a tenté de vérifier s'il existe une corrélation négative entre la participation parascolaire (tous genres confondus) et l'utilisation illicite d'opioïdes chez les adolescents. Une attention particulière a été portée aux catégories sociales découlant de l'origine ethnique ou de la couleur de la peau. On a utilisé une simple variable de participation (oui/non) pour mesurer la participation parascolaire. L'étude a été réalisée à l'aide de données concernant 65 248 élèves du niveau secondaire. **Les résultats tendent à démontrer que la participation parascolaire est négativement associée à la consommation illicite d'opioïdes chez les adolescents fréquentant l'école (36 % moins de chances). Le lien s'applique aussi si on prend en considération uniquement la population blanche (38 % moins de chances) et chez les populations latinos (47 % moins de chances). Le lien n'est toutefois pas significatif chez les personnes noires.**

Sabourin, C., Turgeon, S., Martin, L., Rathwell, S., Bruner, M., Cairney, J., & Camiré, M. (2023). Sport Participation, Extracurricular Activity Involvement, and Psychological Distress: A Latent Class Analysis of Canadian High School Student-Athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology, 17*(3), 327-345. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2021-0101>

L'étude, qui a été réalisée auprès de 930 élèves-athlètes canadiens de 11<sup>e</sup> ou 12<sup>e</sup> année **tend à démontrer qu'une grande étendue de pratique parascolaire est corrélée positivement à la détresse psychologique.**

Schaefer, D. R., Simpkins, S. D., & Etekal, A. V. (2018). Can extracurricular activities reduce adolescent race/ethnic friendship segregation? Dans D. F. Alwin, D. H. Felmlee, & D. A. Kreager (Eds.), *Social networks and the life course: Integrating the development of human lives and social relational networks*. (Vol. 2, pp. 315-339). Springer International Publishing/Springer Nature. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-71544-5\\_15](https://doi.org/10.1007/978-3-319-71544-5_15)

Cette étude étatsunienne réalisée grâce aux données de 62 903 élèves de la 7<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année a cherché à mesurer si la participation parascolaire est négativement corrélée à l'homophilie raciale du réseau d'amis. En d'autres termes, on voulait savoir si la participation parascolaire crée des groupes d'amis culturellement divers, la diversité étant ici comprise comme différentes origines ethniques ou différentes couleurs de peau. L'étude demandait aux élèves d'indiquer si oui ou non ils avaient participé à 31 types d'activités parascolaires durant l'année en cours. **Les résultats de l'étude tendent à démontrer qu'en général, les groupes formés par la participation parascolaire ne sont ni plus ni moins homophiles que l'ensemble des groupes scolaires.** Certains sports de contact semblent toutefois réduire l'homophilie des groupes. Les arts collectifs (ex. : théâtre) ne semblent pas corrélés négativement à l'homophilie raciale.

Sheridan, S., Clary, L. K., Webb, L., Stuart, E. A., & Mendelson, T. (2022). Associations of extracurricular activity participation with bullying victimization among U.S. middle and high school students: A nationally representative sample. *Journal of School Violence, 21*(4), 475-490. <https://doi.org/10.1080/15388220.2022.2114487>

Grâce aux données prélevées auprès de 13 376 élèves du secondaire aux États-Unis, **l'étude tend à démontrer que la participation aux arts de la scène est corrélée positivement à l'intimidation, une augmentation des chances d'en être victime de 60 % par rapport aux jeunes qui ne pratiquent aucune activité parascolaire.** La mesure de la participation parascolaire aux arts est une variable de participation (oui à une ou plusieurs activités d'arts de la scène/non).

Thouin, É., Dupéré, V., Dion, E., McCabe, J., Denault, A.-S., Archambault, I., Brière, F. N., Leventhal, T., & Crosnoe, R. (2022). School-based extracurricular activity involvement and high school dropout among at-risk students: Consistency matters. *Applied Developmental Science, 26*(2), 303-316. <https://doi.org/10.1080/10888691.2020.1796665>

L'étude de Thouin et ses collègues a été réalisée auprès de 545 adolescents d'écoles secondaires canadiennes. Elle tentait de vérifier s'il existe une corrélation négative entre la participation parascolaire et le décrochage scolaire. **Sans égard au type d'activités, l'étude tend à démontrer que les décrocheurs scolaires sont en moyenne moins portés à avoir pratiqué des activités parascolaires. La principale conclusion de l'étude est que les activités parascolaires semblent protéger l'élève du décrochage durant les périodes où il pratique l'activité. Lorsque l'élève interrompt sa pratique, sa pratique antérieure ne semble pas avoir d'effet protecteur contre le décrochage.** L'étude est pertinente dans sa façon de mesurer la participation parascolaire, qui compte de nombreuses dimensions (nature des activités, étendue, intensité, longévité, continuité).

Valois, D. D., Lamb, M., Bowker, A., Rutherford, J., & Buchholz, A. (2019). Extracurricular activity involvement and body image in youth with obesity: The mediating role of social life. *Childhood Obesity, 15*(7), 426-433. <https://doi.org/10.1089/chi.2019.0050>

**Les résultats de cette étude tendent à démontrer que la participation à des activités parascolaires non physiques (dont certains arts) n'est pas corrélée à la perception des conséquences sociales négatives associées à son poids ni à l'appréciation de son apparence.** L'étude est limitée dans son pouvoir explicatif, puisqu'elle a été réalisée uniquement auprès de 209 adolescents de 12 à 17 ans.

Wiener, R. C., Bhandari, R., Morgan, S., Trickett Shockey, A. K., & Waters, C. (2020). Adolescents' Perceived Risk of Harm Due to Smoking: The role of extracurricular activities. *Journal of Dental Hygiene, 94*(4), 47-55. PMID: 32753524; PMCID: PMC7885169

**Les résultats découlant de cette étude tendent à montrer une association positive entre la participation parascolaire et la perception du risque associé à la consommation d'un paquet et plus de cigarettes par jour.** Pour tirer ses conclusions, cette étude a eu recours à un échantillon de 4308 adolescents de 12 à 18 ans aux États-Unis. La participation parascolaire était mesurée par une simple variable de participation (oui/non) dans les 12 mois précédents.



## Références utilisées dans le texte

- Abizada, A., Gurbanova, U., Iskandarova, A., & Nadirzada, N. (2020). The effect of extracurricular activities on academic performance in secondary school: The case of Azerbaijan [Article]. *International Review of Education / Internationale Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, 66(4), 487-507. <https://doi.org/10.1007/s11159-020-09833-2>
- Adams, K. A., & McGuire, E. K. (2023). *Research methods, statistics, and applications* (Third edition ed.). SAGE.
- Akinrinmade, B. I., & Ayeni, A. O. (2017). Influence of extracurricular involvement on graduate employability. *MOJEM: Malaysian Online Journal of Educational Management*, 5(3), 19-31.
- Aliu, J., & Aigbavboa, C. (2023). Reviewing the roles of extracurricular activities in developing employability skills: a bibliometric review. *International Journal of Construction Management*, 23(10), 1623-1632. <https://doi.org/10.1080/15623599.2021.1995807>
- Aliu, J., & Aigbavboa, C. O. (2021). Structural determinants of graduate employability: impact of university and industry collaborations. *Journal of Engineering, Design and Technology*, 19(5), 1080-1100. <https://doi.org/10.1108/JEDT-05-2020-0189>
- Balaguer, Á., Orejudo, S., Rodríguez-Ledo, C., & Cardoso-Moreno, M. J. (2020). Extracurricular Activities, Positive Parenting and Personal Positive Youth Development. Differential Relations amongst Age and Academic Pathways. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 18(51), 179-206.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational behavior and human decision processes*, 50(2), 248-287.
- Barber, B. L., Eccles, J. S., & Stone, M. R. (2001). Whatever happened to the jock, the brain, and the princess? Young adult pathways linked to adolescent activity involvement and social identity. *Journal of Adolescent Research*, 16(5), 429-455.
- Behtoui, A. (2019). Swedish Young People's After-School Extra-Curricular Activities: Attendance, Opportunities and Consequences. *British Journal of Sociology of Education*, 40(3), 340-356. <https://doi.org/10.1080/01425692.2018.1540924>
- Blais, M., & Martineau, S. (2006). L'analyse inductive générale : description d'une démarche visant à donner un sens à des données brutes. *Recherches Qualitatives*, 26(2), 1-18.
- Broh, B. A. (2002). Linking extracurricular programming to academic achievement: Who benefits and why? *Sociology of Education*, 69-95.
- Brossard, M. M., Archambault, I., & Cantin, S. (2014). Affiliation aux pairs déviants et désengagement scolaire chez les adolescents: La participation aux activités parascolaires peut-elle agir comme facteur de protection? *Revue de Psychoéducation*, 43(2), 273-298. <https://doi.org/10.7202/1061185ar>
- Brown, B. B., & Theobald, W. (1998). Chapter VI: Learning Contexts Beyond the Classroom: Extracurricular Activities, Community Organizations, and Peer Groups. *Teachers College Record*, 99(5), 109-141.
- Brown, W., Sellers, B. G., & Caines, M. (2023). Deciphering the relationship between extracurricular activities and delinquency among teenage youth. *American Journal of Criminal Justice*. <https://doi.org/10.1007/s12103-023-09736-6>
- Carbonaro, W., & Maloney, E. (2019). Extracurricular Activities and Student Outcomes in Elementary and Middle School: Causal Effects or Self-selection? *Socius: Sociological Research for a Dynamic World*, 5. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/2378023119845496>
- Catterall, J. S., Dumais, S. A., & Hampden-Thompson, G. (2012). *The Arts and Achievement in At-Risk Youth: Findings from Four Longitudinal Studies. Research Report# 55* (National Endowment for the Arts, Issue).
- Chan, Y.-K. (2016). Investigating the relationship among extracurricular activities, learning approach and academic outcomes: A case study. *Active Learning in Higher Education*, 17(3), 223-233. <https://doi.org/10.1177/1469787416654795>

- Coleman, J. S. (1961). *The Adolescent Society: The Social Life of the Teenager and Its Impact on Education*. Free Press on Glencoe.
- Coulangeon, P. (2018). The Impact of Participation in Extracurricular Activities on School Achievement of French Middle School Students: Human Capital and Cultural Capital Revisited [Article]. *Social Forces*, 97(1), 55-90. <https://doi.org/10.1093/sf/soy016>
- Crosnoe, R. (2001). The social world of male and female athletes in high school. In D. A. Kinney (Ed.), *Sociological Studies of Children and Youth* (Vol. 8, pp. 89-110). Emerald Group Publishing Limited. [https://doi.org/10.1016/S1537-4661\(01\)80006-4](https://doi.org/10.1016/S1537-4661(01)80006-4)
- Denault, A.-S., Ratelle, C. F., Duchesne, S., & Guay, F. (2019). Extracurricular activities and career indecision: A look at the mediating role of vocational exploration. *Journal of Vocational Behavior*, 110, 43-53. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.11.006>
- Dobbins, M. (2017). *Rapid review guidebook: Steps for conducting a rapid review*. National Collaboration Centre for Methods and Tools - McMaster University. <https://www.nccmt.ca/uploads/media/media/0001/02/800fe34eaedbad09edf80ad5081b9291acf1c0c2.pdf>
- Driessens, C. M. E. F. (2015). Extracurricular activity participation moderates impact of family and school factors on adolescents' disruptive behavioural problems [journal article]. *BMC Public Health*, 15(1), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2464-0>
- Dworkin, J. B., Larson, R., & Hansen, D. (2003). Adolescents' Accounts of Growth Experiences in Youth Activities. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(1), 17-26. <https://doi.org/10.1023/A:1021076222321>
- Eccles, J. S., & Barber, B. L. (1999). Student council, volunteering, basketball, or marching band: What kind of extracurricular involvement matters? *Journal of Adolescent Research*, 14(1), 10-43.
- Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M., & Hunt, J. (2003). Extracurricular activities and adolescent development. *Journal of Social Issues*, 59(4), 865-889. <https://doi.org/10.1046/j.0022-4537.2003.00095.x>
- Fejgin, N. (1994). Participation in high school competitive sports: A subversion of school mission or contribution to academic goals? *Sociology of Sport Journal*, 11(3), 211-230. <https://doi.org/10.1123/ssj.11.3.211>
- Feldman, A. F., & Matjasko, J. L. (2005). The Role of School-Based Extracurricular Activities in Adolescent Development: A Comprehensive Review and Future Directions. *Review of Educational Research*, 75(2), 159-210. <https://doi.org/10.3102/00346543075002159>
- Feldman, A. F., & Matjasko, J. L. (2012). Recent advances in research on school-based extracurricular activities and adolescent development. *Developmental Review*, 32(1), 1-48.
- Fluharty, M. E., Bone, J. K., Bu, F., Sonke, J. K., Fancourt, D., & Paul, E. (2023). Associations between extracurricular arts activities, school-based arts engagement, and subsequent externalising behaviours in the Early Childhood Longitudinal Study [Article]. *Scientific Reports*, 13(1), 1-10. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-39925-6>
- Fredricks, J. A. (2012). Extracurricular Participation and Academic Outcomes: Testing the Over-Scheduling Hypothesis. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(3), 295-306. <https://doi.org/10.1007/s10964-011-9704-0>
- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2005). Developmental benefits of extracurricular involvement: Do peer characteristics mediate the link between activities and youth outcomes? *Journal of Youth and Adolescence*, 34, 507-520.
- Gore, S., Farrell, F., & Gordon, J. (2001). Sports involvement as protection against depressed mood. *Journal of Research on Adolescence*, 11(1), 119-130. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.00006>
- Guèvremont, A., Findlay, L., & Kohen, D. (2014). Organized Extracurricular Activities: Are In-School and Out-of-School Activities Associated With Different Outcomes for Canadian Youth? [Article]. *Journal of School Health*, 84(5), 317-325. <https://doi.org/10.1111/josh.12154>
- Habib, E. L., Zimmerman, M. A., & Ostaszewski, K. (2014). International note: Prevailing with extracurricular activities in an alcohol-dominated environment: Sex differences in resilience among middle school youth [Article]. *Journal of Adolescence*, 37(6), 901-904. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.06.004>
- Haghighat, M. D., & Knifsend, C. A. (2019). The Longitudinal Influence of 10th Grade Extracurricular Activity Involvement: Implications for 12th Grade Academic Practices and Future Educational Attainment [Article]. *Journal of Youth & Adolescence*, 48(3), 609-619. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0947-x>

- Hansen, D. M., Larson, R. W., & Dworkin, J. B. (2003). What adolescents learn in organized youth activities: A survey of self-reported developmental experiences. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 25-55.
- Heaslip, G. P., & Barber, B. L. (2017). Extracurricular Activity Intensity and Adolescent Risk-Taking: Exploring Interactive Effects of Contextual Risk and Coping Efficacy. *Educational and Developmental Psychologist*, 34(1), 62-77. <https://doi.org/10.1017/edp.2016.19>
- Heaslip, G. P., Davis, H., & Barber, B. L. (2021). Extracurricular activity participation in early adolescence predicts coping efficacy one year later [Article]. *Australian Journal of Psychology*, 73(3), 306-315. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1884000>
- Himelfarb, I., Lac, A., & Baharav, H. (2014). Examining school-related delinquencies, extracurricular activities, and grades in adolescents. *Educational Studies*, 40(1), 81-97. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/03055698.2013.821941>
- Holland, A., & Andre, T. (1987). Participation in Extracurricular Activities in Secondary School: What Is Known, What Needs to Be Known? *Review of Educational Research*, 57(4), 437-466. <https://doi.org/10.3102/00346543057004437>
- Kahne, J., Nagaoka, J., Brown, A., O'Brien, J., Quinn, T., & Thiede, K. (2001). Assessing After-School Programs as Contexts for Youth Development. *Youth & Society*, 32(4), 421-446. <https://doi.org/10.1177/0044118x01032004002>
- Kirlic, N., Colaizzi, J. M., Cosgrove, K. T., Cohen, Z. P., Yeh, H. W., Breslin, F., Morris, A. S., Aupperle, R. L., Singh, M. K., & Paulus, M. P. (2021). Extracurricular activities, screen media activity, and sleep may be modifiable factors related to children's cognitive functioning: evidence from the ABCD Study®. *Child Development*, 92(5), 2035-2052. <https://doi.org/10.1111/cdev.13578>
- Kravchenko, Z., & Nygård, O. (2023). Extracurricular activities and educational outcomes: evidence from high-performing schools in St Petersburg, Russia. *International Studies in Sociology of Education*, 32(4), 1106-1125. <https://doi.org/10.1080/09620214.2021.2014933>
- Larson, R. W., Hansen, D. M., & Moneta, G. (2006). Differing profiles of developmental experiences across types of organized youth activities. *Developmental Psychology*, 42(5), 849-863. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.849>
- Lehman, B. (2016). Latino Students in New Destinations: Immigration, Extracurricular Activities, and Bullying Victimization. *Education and Youth Today*, 20, 123-144. <https://doi.org/10.1108/S1537-466120160000020005>
- Lehman, B., & Dumais, S. A. (2017). Feminization of arts participation and extracurricular activities? Gender differences in cultural capital and bullying victimization. *Poetics*, 61, 26-38. <https://doi.org/10.1016/j.poetic.2016.12.003>
- Lemmon, L. J. (2019). *Benefits of participation in arts-based extracurricular activities for youth*. The University of Alabama.
- Lerner, R. M., Almerigi, J. B., Theokas, C., & Lerner, J. V. (2005). Positive Youth Development A View of the Issues. *The Journal of Early Adolescence*, 25(1), 10-16. <https://doi.org/10.1177/0272431604273211>
- Lerner, R. M., Lerner, J. V., Almerigi, J. B., Theokas, C., Phelps, E., Gestsdottir, S., Naudeau, S., Jelicic, H., Alberts, A., Ma, L., Smith, L. M., Bobek, D. L., Richman-Raphael, D., Simpson, I., Christiansen, E. D., & von Eye, A. (2005). Positive Youth Development, Participation in Community Youth Development Programs, and Community Contributions of Fifth-Grade Adolescents: Findings From the First Wave Of the 4-H Study of Positive Youth Development. *The Journal of Early Adolescence*, 25(1), 17-71. <https://doi.org/10.1177/0272431604272461>
- Lewis, C. P. (2004). *The relation between extracurricular activities with academic and social competencies in school-age children: A meta-analysis*. Texas A&M University.
- Mahoney, J. L. (2000). School extracurricular activity participation as a moderator in the development of antisocial patterns. *Child Development*, 71(2), 502-516. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00160>
- Mahoney, J. L., Cairns, B. D., & Farmer, T. W. (2003). Promoting interpersonal competence and educational success through extracurricular activity participation. *Journal of educational psychology*, 95(2), 409-418. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.2.409>
- Mahoney, J. L., & Cairns, R. B. (1997). Do extracurricular activities protect against early school dropout? *Developmental Psychology*, 33(2), 241.

- Mahoney, J. L., Schweder, A. E., & Stattin, H. (2002). Structured after-school activities as a moderator of depressed mood for adolescents with detached relations to their parents. *Journal of Community Psychology, 30*(1), 69-86. <https://doi.org/10.1002/jcop.1051>
- Mahoney, J. L., & Stattin, H. (2000). Leisure activities and adolescent antisocial behavior: The role of structure and social context. *Journal of Adolescence, 23*(2), 113-127. <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0302>
- Marsh, H. W. (1992). Extracurricular activities: Beneficial extension of the traditional curriculum or subversion of academic goals? *Journal of educational psychology, 84*(4), 553.
- Marsh, H. W., & Kleitman, S. (2003). School athletic participation: Mostly gain with little pain. *Journal of sport and exercise psychology, 25*(2), 205-228.
- Martinez, A., Coker, C., McMahon, S. D., Cohen, J., & Thapa, A. (2016). Involvement in Extracurricular Activities: Identifying Differences in Perceptions of School Climate. *The Educational and Developmental Psychologist, 33*(1), 70-84. <https://doi.org/10.1017/edp.2016.7>
- McNamara, J. F. (1985). *The Role of Extracurricular Activities in High School Education: A Chart Essay on Survey Findings* Annual Convention of the National Association of Gifted Children, <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED268712.pdf>
- McNeal, R. B. (1999). Participation in High School Extracurricular Activities: Investigating School Effects. *Social Science Quarterly, 80*(2), 291-309. <http://www.jstor.org/stable/42863901>
- Miller, K. E., Farrell, M. P., Sabo, D. F., Barnes, G. M., & Melnick, M. J. (1999). Sports, sexual behavior, contraceptive use, and pregnancy among female and male high school students: testing cultural resource theory. *Sociology of Sport Journal, 16*(4), 366-387. <https://doi.org/10.1123/ssj.16.4.366>
- Modecki, K. L., Barber, B. L., & Eccles, J. S. (2014). Binge Drinking Trajectories Across Adolescence: For Early Maturing Youth, Extra-Curricular Activities Are Protective. *Journal of Adolescent Health, 54*(1), 61-66. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.07.032>
- O'Donnell, A. W., Redmond, G., Skattebol, J., Allen, J., Thomson, C., & MacDougall, C. (2023). The Relationship Between Financial Hardships and the Development of Risk-Taking Behaviors: The Protective Role of Extracurricular Activities [Article]. *Youth & Society, 55*(5), 895-923. <https://doi.org/10.1177/0044118X221127724>
- O'Donnell, A. W., Redmond, G., Thomson, C., Wang, J. J. J., & Turkmani, S. (2022). Reducing Educational Disparities Between Australian Adolescents in Regional and Metropolitan Communities: The Compensatory Effects of Extracurricular Activities [Article]. *Developmental Psychology, 58*(12), 2358-2371. <https://doi.org/10.1037/dev0001434>
- O'Flaherty, M., Baxter, J., & Campbell, A. (2022). Do extracurricular activities contribute to better adolescent outcomes? A fixed-effects panel data approach [journal article]. *Journal of Adolescence, 94*(6), 855-866. <https://doi.org/10.1002/jad.12069>
- Oberle, E., Ji, X. R., Kerai, S., Guhn, M., Schonert-Reichl, K. A., & Gadermann, A. M. (2020). Screen time and extracurricular activities as risk and protective factors for mental health in adolescence: A population-level study [journal article]. *Preventive Medicine, 141*, N.PAG-N.PAG. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106291>
- Palmer, A. N., Elliott, W., & Cheatham, G. A. (2017). Effects of extracurricular activities on postsecondary completion for students with disabilities [Article]. *Journal of Educational Research, 110*(2), 151-158. <https://doi.org/10.1080/00220671.2015.1058221>
- Patrick, H., Ryan, A. M., Alfeld-Liro, C., Fredricks, J. A., Hruda, L. Z., & Eccles, J. S. (1999). Adolescents' Commitment to Developing Talent: The Role of Peers in Continuing Motivation for Sports and the Arts. *Journal of Youth and Adolescence, 28*(6), 741-763. <https://doi.org/10.1023/A:1021643718575>
- Perry-Burney, G. D., & Takyi, B. K. (2002). Self esteem, academic achievement, and moral development among adolescent girls. *Journal of Human Behavior in the Social Environment, 5*(2), 15-27.
- Porter, A. C. (1991). Creating a System of School Process Indicators. *Educational Evaluation and Policy Analysis, 13*(1), 13-29. <https://doi.org/10.3102/01623737013001013>
- Riese, A., Gjelsvik, A., & Ranney, M. L. (2015). Extracurricular Activities and Bullying Perpetration: Results From a Nationally Representative Sample [Article]. *Journal of School Health, 85*(8), 544-551. <https://doi.org/10.1111/josh.12282>

- Rigg, K. K., & Johnson, M. E. (2022). Preventing adolescent opioid misuse: racial/ethnic differences in the protective effects of extracurricular activities. *Journal of studies on alcohol and drugs*, 83(3), 402-411. <https://doi.org/10.15288/jsad.2022.83.402>
- Rivera, L. A. (2012). Hiring as Cultural Matching: The Case of Elite Professional Service Firms. *American Sociological Review*, 77(6), 999-1022. <https://doi.org/10.1177/0003122412463213>
- Sauerwein, M., Theis, D., & Fischer, N. (2016). How youths' profiles of extracurricular and leisure activity affect their social development and academic achievement. *IJREE—International Journal for Research on Extended Education*, 4(1), 17-18.
- Schmidt, J. A. (2003). Correlates of reduced misconduct among adolescents facing adversity. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 439-452.
- Seow, P.-S., & Pan, G. (2014). A literature review of the impact of extracurricular activities participation on students' academic performance. *Journal of Education for Business*, 89(7), 361-366. <https://doi.org/10.1080/08832323.2014.912195>
- Sheridan, S., Clary, L. K., Webb, L., Stuart, E. A., & Mendelson, T. (2022). Associations of extracurricular activity participation with bullying victimization among U.S. middle and high school students: A nationally representative sample. *Journal of School Violence*, 21(4), 475-490. <https://doi.org/10.1080/15388220.2022.2114487>
- Smith, A. L. (2003). Peer relationships in physical activity contexts: A road less traveled in youth sport and exercise psychology research. *Psychology of sport and Exercise*, 4(1), 25-39.
- Stuart, M., Lido, C., Morgan, J., & May, S. (2009). Student diversity, extra-curricular activities and perceptions of graduate outcomes. (University of Greenwich). [http://www.heacademy.ac.uk/resources/detail/publications/Stuart\\_Final](http://www.heacademy.ac.uk/resources/detail/publications/Stuart_Final)
- Thouin, É., Dupéré, V., Dion, E., McCabe, J., Denault, A.-S., Archambault, I., Brière, F. N., Leventhal, T., & Crosnoe, R. (2022). School-based extracurricular activity involvement and high school dropout among at-risk students: Consistency matters. *Applied Developmental Science*, 26(2), 303-316. <https://doi.org/10.1080/10888691.2020.1796665>
- Valentine, J. C., Cooper, H., Bettencourt, B. A., & DuBois, D. L. (2002). Out-of-school activities and academic achievement: The mediating role of self-beliefs. *Educational Psychologist*, 37(4), 245-256.
- Wachsmuth, S. T., Lewis, T. J., & Gage, N. A. (2023). Exploring Extracurricular Activity Participation, School Engagement, and Social Competence for Students With Emotional and Behavioral Disorders. *Behavioral Disorders*, 48(4), 255-268. <https://doi.org/10.1177/01987429231166675>
- Weichold, K., & Silbereisen, R. K. (2012). Pour la promotion d'une vision positive de l'adolescence. *Enfance*, 3(3), 345-356. <https://doi.org/10.3917/enf1.123.0345>
- White, T., Scott, L. D., & Munson, M. R. (2018). Extracurricular activity participation and educational outcomes among older youth transitioning from foster care [Article]. *Children & Youth Services Review*, 85, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.11.010>
- Wiener, R. C., Bhandari, R., Morgan, S., Trickett Shockey, A. K., & Waters, C. (2020). Adolescents' Perceived Risk of Harm Due to Smoking: The role of extracurricular activities [Article]. *Journal of Dental Hygiene*, 94(4), 47-55. PMID: 32753524; PMCID: PMC7885169
- Wood, J., Little, S., Goldring, L., & Jenkins, L. (2011). 'The confidence to do things that I know nothing about'—skills development through extra-curricular inquiry activity. *Journal of Learning Development in Higher Education*(3). <https://eprints.whiterose.ac.uk/111554/>
- Youniss, J., Bales, S., Christmas-Best, V., Diversi, M., McLaughlin, M., & Silbereisen, R. (2002). Youth civic engagement in the twenty-first century. *Journal of Research on Adolescence*, 12(1), 121-148. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.00027>
- Zaff, J. F., Moore, K. A., Papillo, A. R., & Williams, S. (2003). Implications of extracurricular activity participation during adolescence on positive outcomes. *Journal of Adolescent Research*, 18(6), 599-630.
- Zill, N., Nord, C. W., & Loomis, L. S. (1995). *Adolescent time use, risky behavior, and outcomes: An analysis of national data*. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED395052.pdf>

## Notes de bas de page

1 - Traduction de l'expression employée dans Weichold, K., & Silbereisen, R. K. (2012). Pour la promotion d'une vision positive de l'adolescence. *Enfance*, 3(3), 345-356. <https://doi.org/10.3917/enf1.123.0345>

2 - Le coefficient Rho est un nombre situé entre -1 et 1 inclusivement. Plus le coefficient est une valeur proche de la valeur absolue de 1, plus la corrélation est forte. Un coefficient négatif révèle une corrélation négative. En sciences sociales, on considère qu'un coefficient de 0,2 révèle une corrélation faible, de 0,3 une corrélation modérée, et de 0,5 une forte corrélation. De plus, le coefficient peut révéler une corrélation, mais celle-ci doit être significative. Le Sig. est un nombre situé entre 0 et 1 qui représente en fait un pourcentage (ex. : 0,05 = 5 %). Le Sig. représente les chances que la corrélation observée soit due au hasard et non à une tendance. En sciences sociales, on considère généralement qu'une corrélation est significative lorsque le Sig. est égal ou plus petit que 0,05. Le test utilisé ici est un test non paramétrique, moins robuste que le Test de Pearson, mais utilisable avec des données ordinales comme les nôtres. Le Test de Pearson, qui n'est pas présenté ici mais qui a été effectué, présente des relations et des coefficients similaires.

3 - La colonne « Échelle » rappelle les valeurs minimum et maximum pour chaque indice. Les données dans les quatre dernières colonnes représentent les moyennes du score obtenu par chaque groupe pour chaque indice. À partir de ces données, on peut tirer des conclusions à propos de l'échantillon, mais ce type de comparaison à la main ne permet pas d'extrapoler les conclusions aux jeunes pratiquant des activités parascolaires en général au Québec. Le prochain test d'analyse de variances permet cependant de le faire.

4 - Les calculs d'ANOVA sont habituellement réservés aux échantillons dont la distribution des données suit une courbe normale, ce qui n'est pas le cas avec nos données. Toutefois, ce calcul a tout de même été utilisé parce que le Théorème limite central stipule que les calculs d'ANOVA sont suffisamment robustes dans les distributions non normales lorsque l'échantillon utilisé dépasse les 100 observations, ce qui est le cas ici. De plus, les données du Tableau 7 sont le résultat de l'ANOVA de Fisher, sauf lorsque le Test de Levene d'homogénéité des variances se révélait positif. Dans ce cas, le résultat est celui de l'ANOVA de Welch, qui n'a pas comme postulat de départ l'homogénéité des variances des différents groupes. Le F est un indice qui indique à quel point une différence est observée entre les différents groupes pour l'indice à l'étude. Ce qui nous intéresse toutefois, c'est de voir à quel point la mesure F est significative, c'est-à-dire attribuable au hasard ou à une tendance réelle. L'indice d'Eta carré est une mesure de l'ampleur de l'effet. En d'autres mots, il s'agit d'un pourcentage (ex. : 0,05 = 5 %) qui indique à quel point l'appartenance à un groupe ou à un autre explique la variation observée dans l'indice.

5 - Le Sig. utilisé est le résultat de l'ANOVA de Fisher, sauf quand le test de Levene est significatif, ce qui indique une hétérogénéité des variances des groupes. Dans ce dernier cas, le F et le Sig. sont le résultat du Test de Welch. La valeur de sig. doit être < 0,05 pour indiquer un test significatif. L'Eta carré indique l'ampleur de l'effet de la variable « groupe » sur la variable à l'étude. Un score significatif qui aurait un Eta carré de 0,1 indiquerait que la variable « groupe » est responsable de 10 % de la variabilité observée sur la variable à l'étude. Une analyse comparée des différents groupes a aussi été réalisée en utilisant le Test non paramétrique H de Kruskal-Wallis, qui a révélé des résultats très similaires.

6 - Les prénoms mentionnés sont des pseudonymes.

7 - À quelques reprises, les enregistrements n'ont pas permis d'identifier exactement qui dans le groupe avait émis tel ou tel propos.

8 - La musique de haut niveau durant l'adolescence est souvent pratiquée dans une combinaison de circonstances, et non seulement en parascolaire. Le curriculum scolaire peut offrir des programmes de concentration musique, les jeunes peuvent suivre des cours privés (extrascolaire) ou dans des écoles du soir, tout cela dans un programme d'apprentissage plus ou moins intégré. Il n'a pas été possible dans notre étude de distinguer les effets différenciés de la pratique dans le scolaire, le parascolaire et l'extrascolaire.

ACLAM

