

Trouve ta ressource

PARENTS • INTERVENANTS • JEUNES

Démarche de Design Thinking auprès des jeunes



Vision

Initiative concertée
qui vise à améliorer
le bien-être des jeunes
de 11 à 25 ans en posant
des actions collectives
en promotion/prévention

Mission

Faire connaître les
ressources lavalloises et
encourager les jeunes à
demander de l'aide en
cas de besoin

Priorité

Les intervenants
connaissent, utilisent
Trouve ta ressource et
informent les parents et
sensibilisent les jeunes

Valeurs

Collaboration
Agilité
Excellence

Objectifs

1 **Faciliter le travail concerté**

en mobilisant des partenaires
multisectoriels

afin d'augmenter les
collaborations autour du
bien-être des jeunes

2 **Informier les parents**

en diffusant du contenu sur
différentes plateformes de
communication

afin qu'ils puissent soutenir
leurs jeunes au mieux de
leurs connaissances

3 **Outiller les intervenants**

en rendant accessible du
contenu sur les meilleures
pratiques en prévention

afin qu'ils accompagnent les
jeunes en fonction de leurs
besoins

4 **Sensibiliser les jeunes**

en promouvant les ressources
existantes

afin qu'ils en aient une
meilleure connaissance en
cas de besoin

Qu'est-ce que le Design Thinking?



Démarche collaborative clés en main qui mobilise la clientèle visée afin d'identifier les problèmes qui les concernent et développer des solutions innovantes selon 6 étapes :

- **Empathie** : comprendre la réalité du public cible en les observant et en les écoutant.
- **Définition** : identifier les problèmes à résoudre selon l'analyse des informations recueillies.
- **Idéation** : proposer des solutions innovantes et évaluer la probabilité des effets désirés.
- **Prototype** : créer un prototype pour tester rapidement et à faible coût la solution retenue.
- **Test** : sonder le public cible pour s'assurer que le prototype réponde à leurs besoins.
- **Réalisation** : mettre en place la solution selon les modifications apportées au prototype.

Trouve ta ressource, accompagné de partenaires multisectoriels et de la firme Talsom, a lancé cette démarche pour :

Aller à la rencontre des jeunes afin de mieux comprendre les problématiques auxquelles ils font face et les mobiliser dans la recherche de nouvelles solutions ou le développement de nouveaux outils.

1. Empathie

PROCESSUS

À l'automne 2022, 3 ateliers ont été menés avec 10 intervenants jeunesse du milieu communautaire et scolaire, 8 jeunes de l'école Saint-Maxime et 8 jeunes de la Maison des jeunes de Chomedey.

RÉSULTATS

7 enjeux vécus par les jeunes sont ressortis :

- Stress et anxiété
- Faible estime et perception de soi
- Isolement et difficultés relationnelles
- Conflits familiaux
- Démotivation et échec scolaires
- Homophobie et intimidation
- Conflits liés au multiculturalisme

2. Définition

CONSTAT

Peu importe la situation vécue, les jeunes ont de la difficulté à demander de l'aide.

RAISONS

- Le manque de confiance en soi/envers les autres
- La peur d'être jugé ou d'être humilié
- La difficulté d'identifier/exprimer leurs émotions
- La méconnaissance des ressources existantes
- L'impression d'être seul à vivre cela et que personne ne peut les aider
- Tentatives dans le passé peu fructueuses ou négatives (situation invalidée, banalisée)

Conséquences : ils essaient de régler leurs problèmes par eux-mêmes ce qui souvent les amène à s'aggraver.



3. Idéation



PROCESSUS

Plus de 100 idées et 7 fiches concepts ont été créées par 30 jeunes de l'école Saint-Maxime guidés par 7 intervenants jeunesse du milieu communautaire.

SOLUTION

La solution retenue selon sa désirabilité, sa viabilité et sa faisabilité fut :

Une borne interactive disponible dans les écoles qui est capable de reconnaître les problématiques des jeunes à travers leurs réponses à une série de questions et leur proposer des ressources et conseils adaptés.

4. Prototype

PROCESSUS

Au printemps 15 élèves de Saint-Maxime et 5 intervenants ont été rencontrés pour récolter leurs commentaires sur cette solution afin de bien orienter la création du prototype, soit une plateforme de défis-conseils afin de développer les ressources internes des jeunes.

RÉSULTAT

Le prototype propose :

- Des défis stimulants selon différentes catégories
- Des conseils d'experts
- Des récompenses

L'objectif est de favoriser le développement des compétences en gestion des émotions et l'amélioration du bien-être des jeunes tout en faisant la promotion des ressources existantes.

5. Test

PROCESSUS

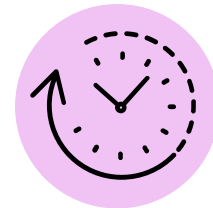
Plus de 80 élèves de l'école Saint-Maxime ont été sondés à travers des présentations en classe et lors de kiosques afin d'émettre leurs opinions.



75% des jeunes affirment être intéressés à utiliser la plateforme



L'intérêt est plus marqué chez les filles (79%) que chez les garçons (68%)



55% des jeunes envisagent d'utiliser la plateforme occasionnellement



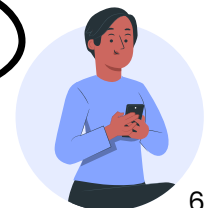
47% des jeunes utiliseraient la plateforme à tout moment, selon leurs besoins



41% des jeunes utiliseraient la plateforme uniquement pour les défis

RECOMMANDATIONS

1. Ajouter de la personnalisation
2. Améliorer l'interactivité
3. Introduire des récompenses virtuelles
4. Limiter la longueur des textes



6. Réalisation



PROCESSUS

En 2024-2025, les 5 étapes précédentes, soit celles de l'empathie, la définition, l'idéation, le prototype et le test, ont été reconduites.

L'objectif était de circonscrire de nouveau les besoins, les préoccupations et les attentes des jeunes, mais cette fois plus spécifiquement en lien avec leurs rituels bien-être et leur utilisation des applications.

ÉCOBES – Recherche et transfert s'est ajouté en tant que collaborateur afin de documenter l'appréciation et l'utilisation par les jeunes pour mettre en place un processus de transfert de connaissances.

264 jeunes et 50 intervenants ont été impliqués.

Un financement a été reçu via la Santé Publique du CISSS de Laval afin de développer l'application. La stratégie vise à faire un lancement en 2 phases en priorisant Laval en premier et ensuite le reste du Québec.

BESOIN ACTUEL

Fiancer le lancement de l'application dans la région de Laval et mettre en place des stratégies de communication auprès des jeunes pour :



- Faire connaître l'application
- Les amener à la télécharger
- Les inciter à l'utiliser

« Parfois, je ne sais pas comment je me sens, j'aimerais avoir l'option « je ne sais pas » ou pouvoir écrire ce qu'on ressent. Aussi, pouvoir choisir plusieurs émotions ou objectifs en même temps, ce serait pratique. »

- Jeune

« Les badges c'est cool, mais avec des niveaux, ça serait encore plus motivant, comme un vrai jeu. Un résumé de la semaine, comme une petite histoire de ce que j'ai vécu, ça serait bien aussi pour voir mes progrès. »

- Jeune

« J'oublierais l'app après un moment. Avoir des rappels, des notifications ou des streaks comme sur Snapchat, ça m'aiderait à rester motivé. Aussi, ce serait super de pouvoir partager certains trucs avec mes amis, ou voir qu'on est plusieurs à faire les mêmes défis. Un widget ou une icône directe sur mon écran, ça me rappellerait de l'ouvrir. »

- Jeune

