

Cette présentation a été effectuée le 9 mars 2010, au cours de la journées « L'intervention mapping, une démarche structurée de la planification en promotion de la santé » dans le cadre des Journées annuelles de santé publique (JASP) 2010. L'ensemble des présentations est disponible sur le site Web des JASP, à l'adresse <http://www.inspq.qc.ca/archives/>.



www.inspq.qc.ca

L'intervention mapping, une démarche structurée de planification en promotion de la santé

Formatrices:
Hélène Gagnon, PhD¹
Laurence Guillaumie, PhD (Cand.)²

Membres du comité scientifique:
Gaston Godin, PhD³ et Monique Imbleau, MA⁴

1. Conseillère scientifique, INSPQ
2. Programme de santé communautaire, Université Laval
3. Chaire de recherche sur les comportements et la santé, Université Laval
4. Agente de planification et recherche, INSPQ

Institut national
de santé publique
Québec

Objectifs et plan de la journée

Voir programme de la journée dans le
cartable

Présentation sommaire du contenu du
cartable

2

Institut national
de santé publique
Québec

Introduction au modèle

Planifier pour mieux agir

- L'éducation à la santé est une activité planifiée qui stimule l'apprentissage à travers un processus de communication pour promouvoir des comportements de santé (Green et Kreuter, 1991).
- Une bonne planification augmente les chances de succès d'un programme particulièrement lorsque les interventions sont développées sur des bases théoriques (plusieurs auteurs).

L'intervention mapping

- Un guide méthodique qui, à travers un processus itératif, intègre la théorie, les données empiriques issues de la littérature et les informations collectées auprès des populations visées.

5

L'intervention mapping

Une approche socio écologique dans laquelle la santé est vue en fonction:

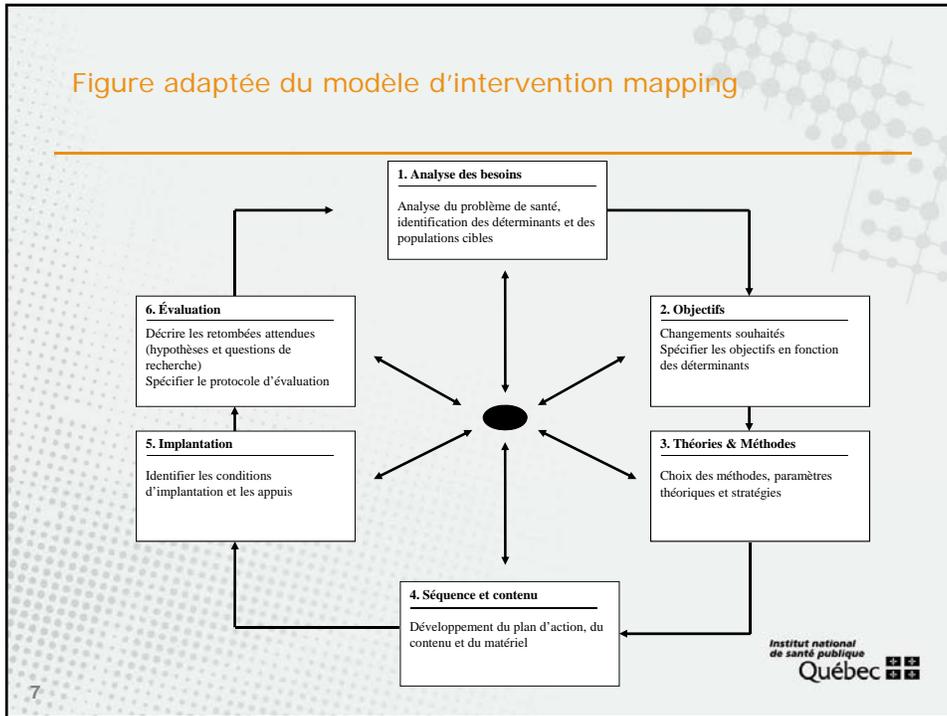
- des individus et de leur environnement

Elle offre la possibilité d'intégrer

- les théories
- les données empiriques issues de la littérature
- les informations recueillies sur le terrain

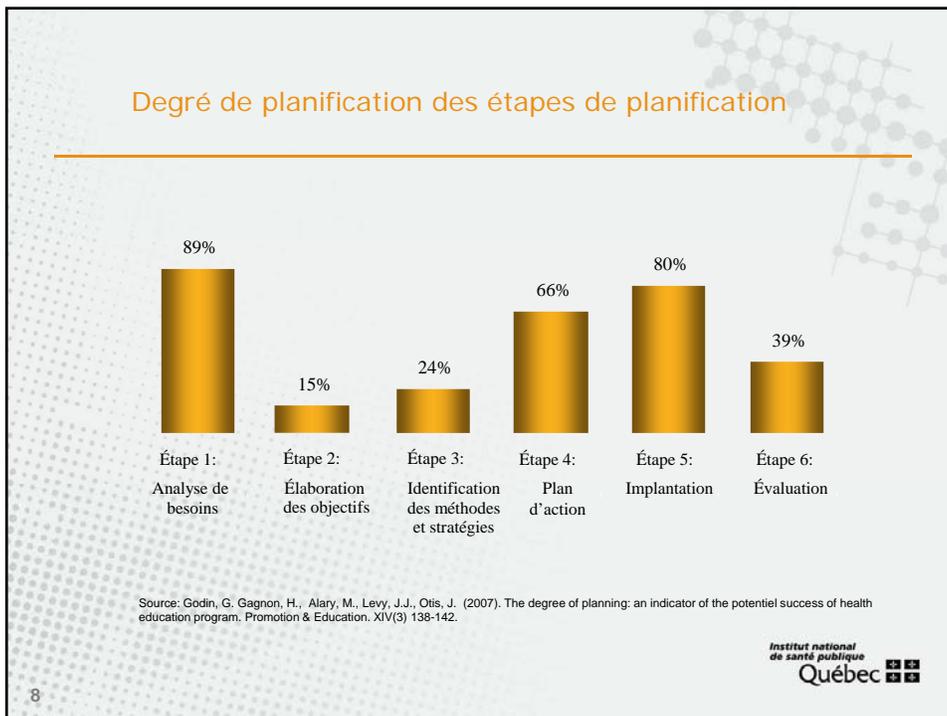
6

Figure adaptée du modèle d'intervention mapping



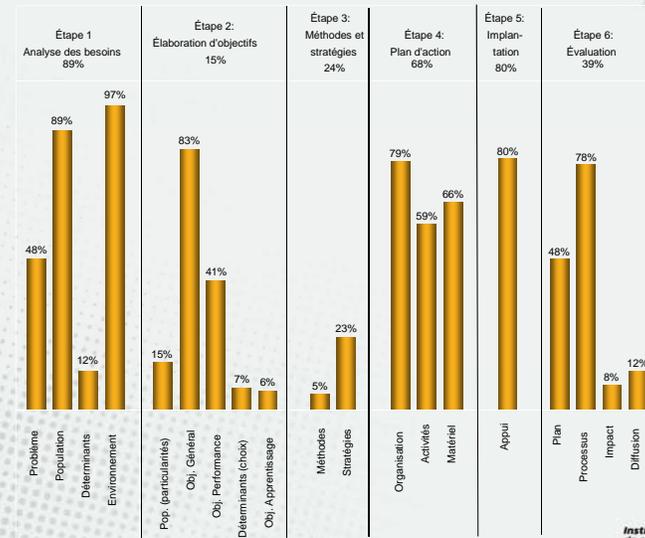
7

Degré de planification des étapes de planification



8

Degré de planification de chacune des tâches et étapes



Les interventions sont souvent...

- développées sur des bases intuitives
- déployées avec des ressources et un soutien limités
- sans fondements théoriques au regard
 - Identification des déterminants
 - Élaboration des objectifs
 - Choix des méthodes et stratégies d'intervention

Étape 1 du modèle: Identification du problème de santé, de ses déterminants et des populations cibles

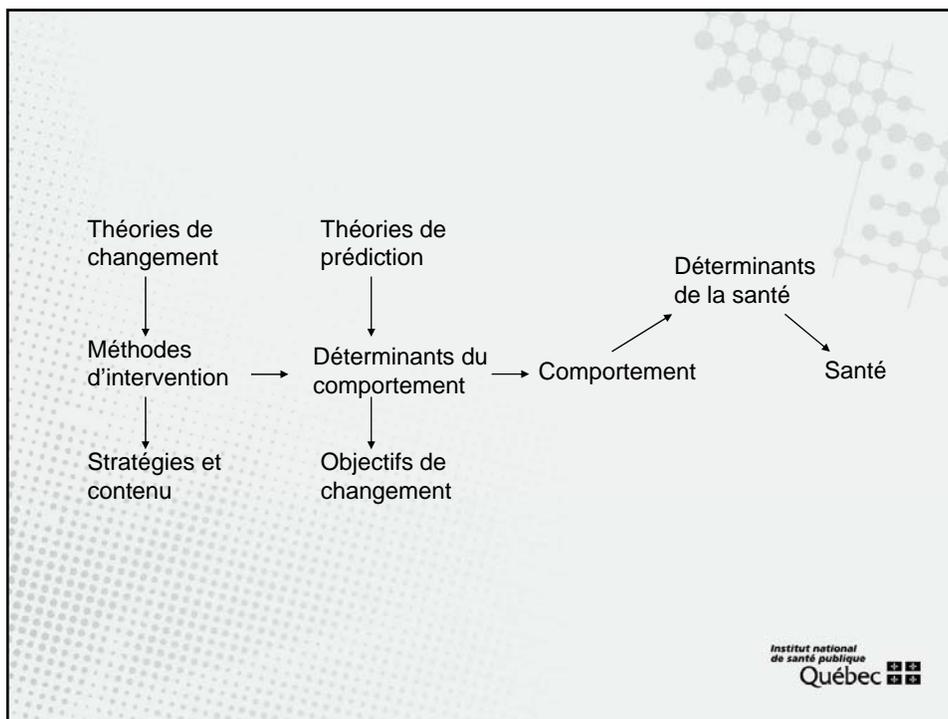
Déterminants du comportement Déterminants de la santé Problèmes de santé

Intention
Attitude
Croyances aux avantages
Perception du contrôle
Capacité de surmonter les barrières
Présence de conditions favorables
Normes sociales
Normes morales
Anticipation de regret
Variables externes, etc...

Patrimoine biologique – génétique
Inégalités sociales
Environnement physique
Environnement social
Éducation
Développement petite enfance
Services de santé
Sexe
Culture

Habitudes de vie – comportements individuels
Consommation de tabac
Consommation de drogues et d'alcool
Alimentation
Sédentarité-activité physique
Comportement sexuel sans protection
Se brosser les dents
Se faire vacciner
Auto examen des seins
...

Cancer
Maladies
cardiovasculaires
ITSS
Carie dentaire
...



AUJOURD'HUI:

1. ÉLABORER UN OBJECTIF COMPORTEMENTAL
2. IDENTIFIER LES DÉTERMINANTS DE CE COMPORTEMENT
3. ÉLABORER LES OBJECTIFS DE CHANGEMENT EN FONCTION DES DÉTERMINANTS
4. CHOISIR LES MÉTHODES EN FONCTION DES DÉTERMINANTS

Objectif de santé:

- Changement souhaité d'un problème de santé

Ex: Prévenir le cancer

Autres exemples:...

Objectif comportemental:

- Changement souhaité d'un comportement lié à la santé

Ex: Manger 5 portions de fruits à chaque jour

Autres exemples:...

Objectif comportemental = Action - cible

Action: consommer des fruits et légumes

Cible: au moins 5 portions à chaque jour

Action: utiliser une seringue neuve

Cible: à chaque injection

Action: limiter sa consommation d'alcool

Cible: aux recommandations de consommation « à faible risque »

Objectif comportemental

- Consommer 5 portions de fruits et légumes par jour
- Utiliser une seringue neuve à chaque injection
- Limiter sa consommation d'alcool aux recommandations de consommation « à faible risque »

Objectif de santé

- Prévenir le cancer
- Prévenir la transmission du VIH
- Prévenir les maladies du foie

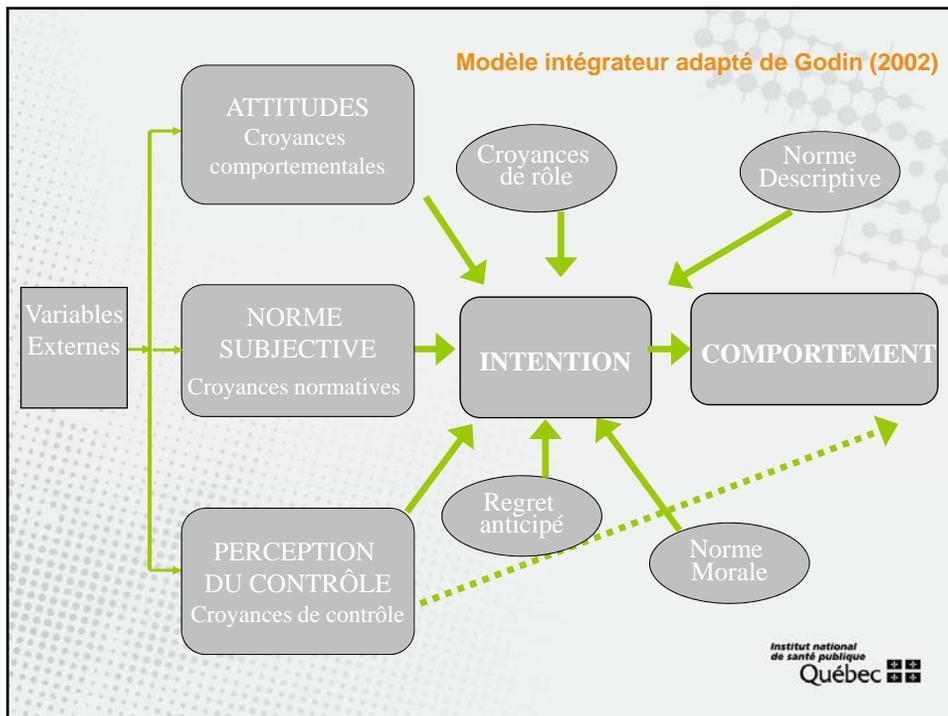
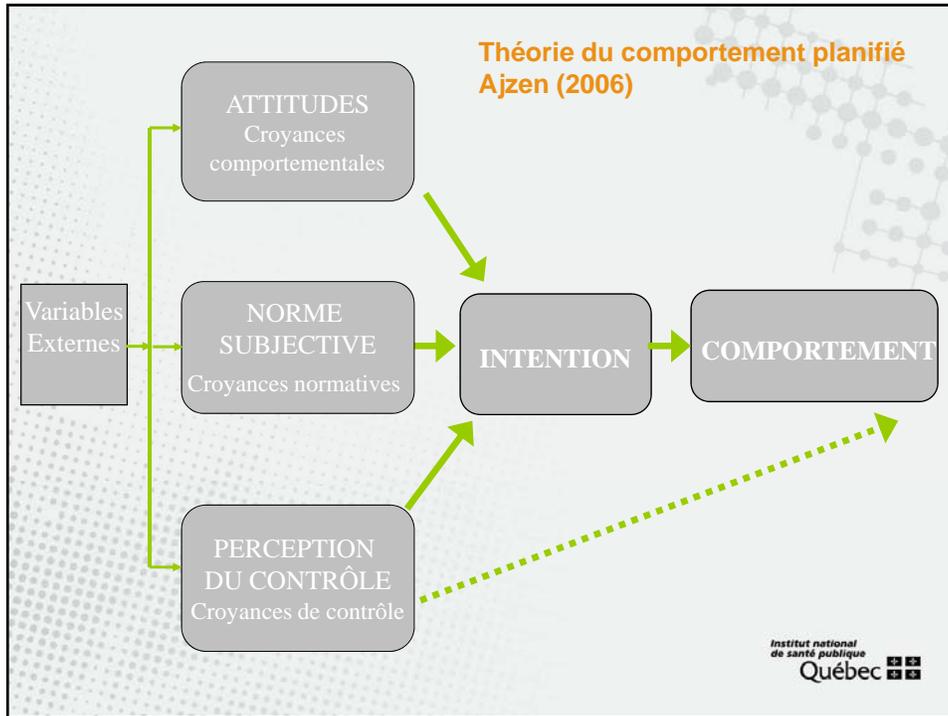
Identifier les déterminants des comportements Théories de prédiction

Spécifiques au domaine de la santé

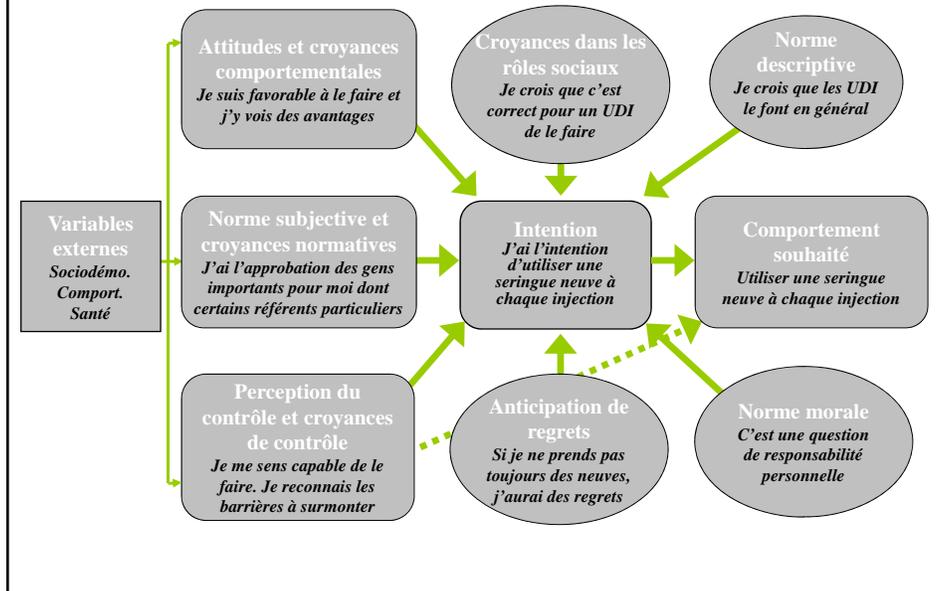
- **Modèle des croyances relatives à la santé**
- Théorie de la motivation à l'autorégulation

Générales

- Théorie de l'action raisonnée
- Théorie sociale cognitive
- Théorie du comportement interpersonnel
- **Théorie du comportement planifié**



Exemple du modèle appliqué à la compréhension de l'usage de seringues neuves, Gagnon (2008) Thèse de doctorat



Identifier les déterminants du comportement

TROIS FAÇONS DE FAIRE:

1. Revue de la littérature
2. Étude de prédiction
3. Enquête de terrain (focus-group, entretiens individuels)

Revue de littérature

Recherche par mots-clés

- Déterminants, facteurs psychosociaux, intention
- Mots clés liés au comportement et à la population cible
 - Fruits et légumes, injection, condoms....
 - Population générale, UDI, jeunes...

Quoi

- Études de prédiction
- Synthèses d'études (revues systématiques – méta analyses)

Où

- Banque de données électroniques
 - Pubmed, PsycINFO ...
 - Rapports de recherche - google

Demander de l'aide...

23

Institut national
de santé publique
Québec

Étude de prédiction – l'idéal

Application rigoureuse d'une théorie psychosociale pour l'identification des déterminants d'un comportement donné dans une population donnée

- Protocole de recherche
- Échantillonnage
- Élaboration d'un outil de mesure
- Collecte de données
- Analyses statistiques
 - Descriptive, de régression

24

Institut national
de santé publique
Québec

Enquête de terrain – le réaliste

Mesurer le degré d'intention

Identifier les croyances liées aux trois autres variables de la théorie du comportement planifié

- Attitude
 - Les avantages et inconvénients liés à l'adoption du comportement ciblé
- Perception du contrôle
 - Les barrières et conditions favorables
- Norme subjective
 - Qui dans votre entourage approuverait que vous adoptiez le comportement X

25

Institut national
de santé publique
Québec

Exemples de croyances

- Avantage
 - Manger 5 portions de fruits et légumes par jour m'aidera à garder un poids santé
- Barrière
 - Les fruits et légumes coûtent cher
- Personne favorable de l'entourage
 - Mon médecin approuverait que je mange au moins 5 portions de fruits et légumes par jour

Autres exemples...

26

Institut national
de santé publique
Québec

Consulter la population cible

- Réaliser un focus group ou des entretiens individuels
 - Échantillon de 30 personnes
 - Si groupe (entre 6 et 10 personnes par groupe)
 - Guide d'entretien entre 7 et 10 questions
 - Discussions enregistrées puis retranscrites
 - Analyse de contenu pour dégager une liste de croyances les plus fréquemment mentionnées

27

Institut national
de santé publique
Québec

Exercice 1

Démonstration d'un focus group visant l'identification des croyances d'une population d'universitaires par rapport au fait de limiter leur consommation d'alcool aux recommandations de consommation « à faible risque ».

28

Institut national
de santé publique
Québec

PAUSE DINER BON APPÉTIT!

29

Résultats focus group

Avantages et inconvénients

- Diminution de la fatigue – effets bénéfiques pour la santé
- Moins maganné le lendemain - plus efficace le lendemain
- Moins de calories, - maintien du poids
- Portefeuille \$
- Peut prendre sa voiture
- Avoir l'air platte, trop raisonnable...
- Se sentir différent des autres – impoli – moins dans la gang

Barrières et conditions favorables

- Plus difficile lors d'événements spéciaux (party de famille, fêtes, souper de filles)
- Les spéciaux proposés dans les bars
- Si tu bois rapidement
- Taxes sur l'alcool – prix – accessibilité
- Les autres personnes se limitent aussi

Personnes favorables/défavorables de l'entourage

- Parents, famille, chum, médecin...
- Les amis qui boivent...

30

Synthèse de l'AM

- Différencier un objectif de santé et un objectif comportemental
- Identifier les déterminants d'un comportement lié à la santé
 - Par la revue de littérature
 - Par une étude de prédiction – si non disponible dans la littérature et faisable
 - Par l'identification des croyances lors de focus group ou d'entretiens individuels

31

En résumé

On a :

- Un objectif comportemental
- Des déterminants du comportement
- Des croyances associées à ces déterminants
- On va se servir de tout ça pour formuler nos objectifs de changement

32

Étape 2 du modèle: Élaboration des objectifs

Les objectifs

- *Objectif de santé* : changement souhaité d'un problème de santé - cancer
- *Objectif comportemental* : changement souhaité d'un comportement lié à la santé – 5 FL/jr
- *Objectif de performance* : changement souhaité dans les habiletés pour pouvoir adopter le comportement – Décider – acheter - préparer
- *Objectif de changement* : changement souhaité des déterminants du comportement – Identifier les avantages, les barrières...

Intervenir en fonction des déterminants et des croyances

Si la population cible est déjà motivée :

Les objectifs de l'intervention doivent viser les déterminants du comportement :

- Le passage de l'intention à l'action
- Perception du contrôle et croyances associées

Si la population cible n'est pas motivée:

Les objectifs de l'intervention doivent viser les déterminants de l'intention et les croyances qui leur sont associées :

- Attitudes
- Perception du contrôle
- Norme subjective
- Autres

35

Matrice des objectifs du projet « 5 F&L par jour »

Objectifs de performance	Déterminants		
	Attitude	Perception du contrôle	Intention
OP.1. : prendre la décision de consommer au moins 5 portions de F&L par jour	A.1. Reconnaître que consommer au moins 5 portions de F&L par jour prévient les maladies et aide à la gestion du poids		I.1. Formuler son objectif comportemental « Je vais consommer au moins ... portions de F&L par jour »
OP.2. acheter assez de F&L afin d'en avoir au moins 5 portions par jour sous la main		PC.2a. Identifier les obstacles à l'achat de F&L en quantité suffisante PC.2b. Identifier les stratégies permettant de surmonter ces obstacles PC.2c. Exprimer sa confiance en sa capacité à acheter les F&L en quantité suffisante et à surmonter les obstacles liés à l'achat de F&L	I.2a. Formuler des plans d'action décrivant comment les F&L seront achetés en quantité suffisante I.2b. Formuler des plans d'action décrivant comment les obstacles à l'achat de F&L seront surmontés
OP.3. préparer au moins 5 portions de F&L par jour		PC.3a. Identifier les obstacles à la préparation d'au moins 5 portions de F&L par jour PC.3b. Identifier les stratégies permettant de surmonter ces obstacles PC.3c. Exprimer sa confiance en sa capacité à préparer au moins 5 portions de F&L par jour et à surmonter les obstacles	I.3a. Formuler des plans d'action décrivant comment les F&L seront préparés en quantité suffisante I.3b. Formuler des plans d'action décrivant comment les obstacles à la préparation d'au moins 5 portions de F&L par jour seront surmontés

Matrice des objectifs du projet « seringues neuves »

Objectifs de performance	Déterminants		
	Perception du contrôle	Attitude	Intention
OP.1. Prendre la décision de toujours utiliser des seringues neuves.	PC.1. Exprimer sa confiance en sa capacité de toujours utiliser des seringues neuves.	A.1. Reconnaître que toujours utiliser des seringues neuves est une bonne pratique, qui enlève du stress et qui peut-être valorisante.	
OP.2. Se procurer des seringues neuves en quantité suffisante et accepter de les avoir sur soi.	PC.2a. Estimer correctement la quantité de seringues neuves nécessaire pour sa consommation quotidienne. PC.2b. Identifier les obstacles à se procurer la quantité nécessaire de seringues au PES (ex : la peur de se faire prendre par la police avec beaucoup de seringues sur soi). PC.2c. Identifier les stratégies pour surmonter ces barrières.	A.2. Identifier les avantages à se procurer des seringues neuves en quantité suffisante.	
OP.3. Utiliser des seringues neuves même dans les situations difficiles.	PC.3a. Identifier les barrières à l'utilisation constante de seringues neuves (être sur la go; être en manque; consommer en gang; croire qu'on veut arrêter de consommer). PC.3b. Identifier des stratégies pour surmonter ces barrières. PC.3c. Reconnaître qu'avoir toujours des seringues neuves sur soi est un facteur facilitant.	A.3a. Identifier les avantages à utiliser des seringues neuves à chaque injection. A.3b. Se rappeler les avantages identifiés lors de situations difficiles.	I.3. Formuler quand, où et comment l'intention d'utiliser des seringues neuves devra être actualisée.

Matrice d'objectifs d'un projet pour limiter la consommation d'alcool

Objectifs de performance	Objectifs de changement liés aux déterminants			
	Perception du contrôle	Attitudes	Norme subjective	Intention
OP.1.	PC.1.	A.1.	NS.1.	I.1.
OP.2.	PC.2a.	A.3b.	NS.2.	I.2.
OP.3.	PC.3.	A.3.	NS.3.	I.3.

Matrice d'objectifs d'un projet pour limiter la consommation d'alcool

Objectifs de performance	Objectifs de changement liés aux déterminants			
	Perception du contrôle	Attitudes	Norme subjective	Intention
OP.1. Prendre la décision de limiter sa consommation d'alcool.	<p>PC.1a. Reconnaître qu'il existe des façons simples de limiter sa consommation d'alcool</p> <p>PC.1b. Exprimer sa confiance en sa capacité de limiter sa consommation d'alcool.</p>	<p>A.1a. Reconnaître les avantages de limiter sa consommation d'alcool. (Ex: moins de fatigue, de calories, peut prendre sa voiture...).</p> <p>A.1b. Démystifier les désavantages de limiter sa consommation d'alcool. (Ex: avoir l'air platte, se sentir différent des autres.</p>	NS.1. Faire appel au soutien de notre entourage (parents, chum-blonde) pour nous aider à limiter notre consommation d'alcool.	<p>I.1. Formuler son objectif comportemental.</p> <p>(ex: « Dans l'année qui vient, je vais me limiter à deux consommations d'alcool par occasion »).</p>
OP.2. Limiter sa consommation d'alcool même dans les situations difficiles.	<p>PC.2a. Identifier les situations susceptibles de nous empêcher de limiter notre consommation d'alcool (ex: fêtes, spéciaux sur l'alcool...)</p> <p>PC.2b. Identifier des stratégies pour limiter sa consommation même lors des situations difficiles.</p>	A.2. Se rappeler les avantages identifiés lors de situations difficiles.	NS 2. Identifier des stratégies pour résister à la pression des amis qui consomment.	<p>I.2. Formuler un plan d'action décrivant comment les obstacles à la limitation de sa consommation d'alcool seront surmontés.</p> <p>(ex: « si on me propose de consommer un 3ème verre, alors je refuse et dis que j'ai proposé de donner un lift à mes chums »).</p>

Étape 3 du modèle: Choix des méthodes et des stratégies

Définitions

Méthode :

- réfère au processus théorique général pour obtenir un changement

exemple : la méthode de la persuasion, la méthode de l'apprentissage par observation

Stratégie :

- réfère à la technique pratique qui permet d'appliquer la méthode

exemple : utilisation d'une vidéocassette, d'un jeu de rôle

41

Questions pour le choix des méthodes

- Quelles sont les méthodes les plus susceptibles de modifier les déterminants ciblés?
- Quels sont les paramètres d'application de ces méthodes?
- Tiennent-elles compte des particularités des clientèles et de leur environnement?

Appuyer votre choix sur des théories de changement éprouvées

42

Quelques théories de changement

Il existe des théories décrivant comment changer l'attitude, comment développer le sentiment d'efficacité personnelle ou comment développer une norme sociale

Les plus connues:

- Théorie sociale cognitive
- Modèle transthéorique de Prochaska

Modifier les attitudes

Méthodes	Théories	Paramètres d'application	Exemples de stratégies
Communication persuasive	Modèle de probabilité d'élaboration/ Théorie sociale cognitive	Bonne crédibilité du messenger, messages adaptés, exposition répétée	Conférence, vidéo, entretien individuel
Entretien motivationnel	Théorie de l'autorégulation Modèle transthéorique	La personne est ambivalente et il revient à la personne et non à l'intervenant de résoudre cette ambivalence...	Entretien individuel avec un professionnel de santé
Apprentissage actif	Théorie sociale cognitive	Stimulation de l'individu pour l'élaboration cognitive	Brainstorming sur les avantages et inconvénients d'un comportement

Modifier la perception du contrôle

Méthodes	Théories	Paramètres d'application	Exemples de stratégies
Apprentissage par modèle	Théorie de la diffusion des innovations / Théorie sociale cognitive	Modèle qui lui ressemble, qu'il admire ou avec lequel il aura développé une relation d'intimité	Jeu vidéo avec un modèle crédible
Pratique guidée	Théorie sociale cognitive	Démonstration, instruction et réalisation	Atelier-cuisine, Professeur montrant la réalisation d'un échauffement sur vidéo
Renforcement	Théorie sociale cognitive	Message réaliste, adapté et personnalisé	Incitatifs, récompenses, compliments

45

Modifier la norme sociale

Méthodes	Théories	Paramètres d'application	Exemples de stratégies
Marketing social	Plusieurs théories psychosociales Théorie de la diffusion des innovations	Bonne crédibilité du messenger, messages adaptés, exposition répétée	Campagne médiatique de promotion
Mobilisation des réseaux sociaux	Théorie de support social	Présence d'un réseau qui peut soutenir l'adoption du comportement	Rencontres de groupe, entraide communautaire
Développement des compétences de résistance à la pression sociale	Théorie sociale cognitive	Engagement pris envers le comportement	Jeux de rôle pour résister à la pression des pairs

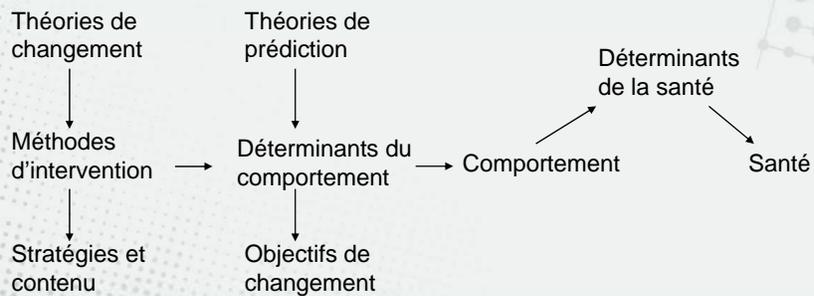
46

Passage de l'intention à l'action

Méthodes	Théories	Paramètres d'application	Exemples de stratégies
Élaboration de plans d'action	Activation des intentions	Intention élevée Relecture plusieurs fois dans sa tête, avec concentration	Formulation individuelle de plans d'action à l'aide de phrase à trous du type « si...alors... »
Formulation de son propre objectif comportemental	<i>Goal setting theory</i>	Intention élevée Engagement Objectif difficile à atteindre mais dans la zone de compétences	Signature d'un contrat d'engagement

47

Récapitulons



48

Méthodes et stratégie: Projet seringues

Déterminants	Méthodes	Théories	Paramètres d'application	Stratégie
Attitude et perception du contrôle comportemental	Communication persuasive.	Modèle de la probabilité d'élaboration.	Requiert une bonne crédibilité du messager. Messages sont adaptés et personnalisés. Requiert une exposition répétée.	Computer tailoring sur site Web réservé Personnage fictif validé par la population cible Messages sur mesure en fonction du profil psychosocial individuel
	Modelling. Rétroaction.	Théorie sociale cognitive.	Requiert une bonne crédibilité du messager. Requiert des compétences et des instructions.	
Intention	Plan d'action (si, alors).	Activation des intentions	Spécifier les conditions de mise en œuvre du plan d'action. Objectif doit être spécifique, proximal et à retombée positive. Demande peu de capacités cognitives. Doit avoir une intention positive.	

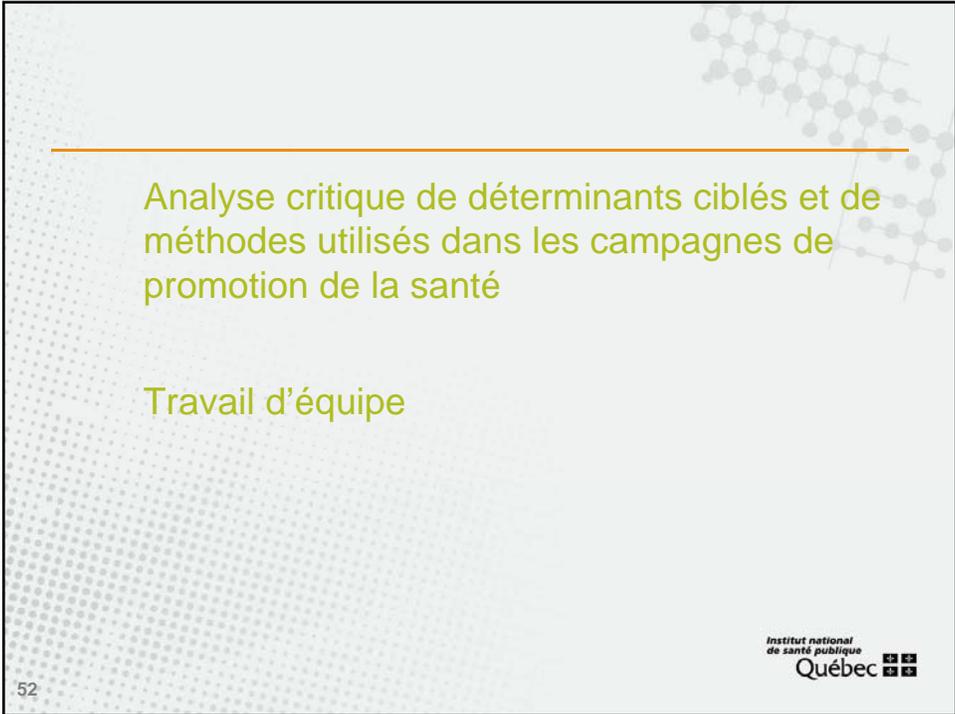




PAUSE 15h-15h30

51

Institut national
de santé publique
Québec



Analyse critique de déterminants ciblés et de
méthodes utilisés dans les campagnes de
promotion de la santé

Travail d'équipe

52

Institut national
de santé publique
Québec

Conclusion de l'exercice

- Appliquer ce raisonnement critique à d'autres types d'interventions
- Et aux interventions que vous développerez.
- Huit questions à se poser:
 1. Quel est l'objectif de santé visé?
 2. Quelle est la population ciblée?
 3. Quel est l'objectif comportemental?
 4. Quels sont les déterminants et croyances ciblés?
 5. Quels sont les objectifs de changement?
 6. Quelles sont les méthodes et stratégies utilisées et croyez-vous qu'elles soient pertinentes pour agir sur les déterminants ciblés?
 7. Est-ce que les objectifs de changement et déterminants ciblés permettront de changer le comportement?
 8. Est-ce que l'exposition à cette intervention aura un impact sur l'objectif de santé?

53

Institut national
de santé publique
Québec

Conclusion de la journée

Dans le développement de vos interventions,
intégrer:

- Théories
- Données issues de la littérature
- Informations collectées auprès des populations cibles

Mieux comprendre pour mieux agir

54

Institut national
de santé publique
Québec

Outils de travail

- Sous forme interactive:
<http://www.msss.gouv.qc.ca/its/outilplanification>
- En format PDF:
<http://http://www.godin.fsi.ulaval.ca/Fichiers/Rapp/ITS%20final.pdf>
- Ajzen, I. (2006). The theory of planned behaviour:
<http://www.people.umass.edu/aizen/index.html>
- Correspondance:
helene.gagnon@inspq.qc.ca
laurence.guillaumie.1@ulaval.ca