

Que savons-nous de l'intervention en contexte de nature et d'aventure basée sur le surf? Un examen de la portée

Virginie Gargano, Ph.D., Professeure adjointe, École de travail social et de criminologie, Université Laval
virginie.gargano@tsc.ulaval.ca

RÉSUMÉ :

Cet article présente un examen de la portée centré sur une activité utilisée au sein des interventions en contexte de nature et d'aventure, en l'occurrence le surf. Il vise à identifier les populations étudiées, les effets et les éléments clés de l'intervention qui sont influents. Aussi, il a pour but de faire la lumière sur ses apports potentiels en travail social. À partir de différentes bases de données, 16 travaux publiés entre 2000 et 2020 ont été sélectionnés. Les études ont été majoritairement réalisées auprès d'enfants et d'adolescents (62 %). Les populations étudiées sont variées : 25 % des travaux sont réalisés auprès de militaires et de personnes aux prises avec des problèmes physiques et cognitifs tandis que 19 % concernent les personnes vivant avec des troubles de santé mentale, les jeunes à risque ou ayant un problème de violence. En faible proportion, 6 % des études portent sur des personnes aux prises avec des problèmes de dépendance tandis que 19 % vivent de l'exclusion sociale ainsi qu'un autre problème de nature psychosociale. Des effets ont été retrouvés sur la santé physique (44 %), psychologique (94 %), sociale (63 %) et spirituelle (6 %). Quant aux éléments clés qui caractérisent les interventions, il est question de l'immersion en mer (31 %), la présence attentive (19 %), l'expérimentation du défi (31 %) et l'expérience de groupe (50 %). La discussion met principalement en évidence les relations entre les effets relevés, les populations étudiées et la présence des éléments clés, de laquelle émergent des constats pour les travaux futurs. Finalement, les forces et les défis reliés à l'intégration du surf dans la pratique québécoise du travail social sont mis en lumière.

11

MOTS-CLÉS :

Examen de la portée, travail social, surf, effets, éléments clés

INTRODUCTION

Depuis une vingtaine d'années, les travaux portant sur l'intervention en contexte de nature et d'aventure (INA) ont connu un essor important, mettant en exergue son incidence positive sur la santé globale (Eigenschenk et McClure, 2019; Hartig et al., 2014). Les effets répertoriés sont entre autres favorisés par l'utilisation des activités d'aventure réalisées en nature (ex. randonnée pédestre, escalade de rocher, surf, vélo de montagne). Malgré la reconnaissance des bénéfices associés aux INA, peu de travaux ont étudié l'apport spécifique des activités elles-mêmes, qui sont pourtant au cœur de ces interventions (Schertz et al., 2021). Alors, comment sélectionner une activité pour atteindre les objectifs visés sans connaître les effets spécifiques qu'elle génère auprès des personnes y prenant part ni les éléments clés influents?

Afin de favoriser l'utilisation de l'INA dans les pratiques psychosociales, il est fondamental de s'attarder à cette question (Caddick et al., 2015; Cavanaugh et Rademacher, 2014; Gargano, 2018). Pour cette raison, un examen de la portée a été effectué afin de recenser de manière systématique les travaux portant sur l'une de ces activités, en l'occurrence le surf, lorsqu'il est central à l'intervention. Il s'articule autour des questions suivantes : « Dans la littérature, que connaît-on des travaux portant sur l'INA basée sur le surf? Plus spécifiquement, quelles sont les tranches d'âge et les populations étudiées? Quels sont les effets relevés et quelle place occupent les éléments clés qui caractérisent les interventions? »

Pour répondre à ces questions, la définition et les origines du surf seront d'abord exposées. Ensuite, il sera question de sa prévalence mondiale et québécoise ainsi que de son utilisation dans les pratiques psychosociales. Puis, la méthodologie de recherche employée sera décrite. Les résultats seront exposés et discutés, faisant émerger des constats et des recommandations au regard des travaux ultérieurs. Pour conclure, les forces et les défis que comporte l'intégration de cette activité en travail social seront présentés.

1. Définition, origines et pratiques actuelles

1.1 Définition du surf

Le surf consiste à glisser sur une vague déferlante sans planche (ex. *bodysurf*), à l'aide d'une embarcation (ex. kayak) ou de différents types de planche (ex. *boogieboard*, planche à pagaie, planche de surf) (Finney et Houston, 1996). Dans le cadre de cet examen de la portée, il sera question du surf pratiqué debout sur une planche, en mer. Une des distinctions de cette pratique repose sur l'action dynamique que requiert son exécution : le corps passe rapidement d'une position couchée à debout selon le moment idéal pour glisser sur la vague. Lorsqu'elle se forme, l'énergie générée par cette dernière permet de surfer. C'est alors le changement de pression des pieds sur la planche qui permet au surfeur de tourner et d'accélérer sur la vague (Ford et Brown, 2006).

1.2 Origines et pratiques actuelles du surf

Différents travaux retracent les premières pratiques du surf (Marcus, 2013; Ponting, 2021). En Amérique latine, ses origines remonteraient aux cultures pré-incas. Des preuves portent à croire que ces peuples surfaient les vagues à l'aide d'embarcations en roseau d'abord conçues pour la pêche et les loisirs. Il en est de même en Afrique de l'Ouest, sur les côtes de Papouasie-Nouvelle-Guinée, près des îles Fidji ainsi qu'en Polynésie (Ponting, 2021).

Les influences du surf moderne remontent au 18^e siècle et sont associées à la région du Pacifique, plus précisément aux îles d'Hawaï, où la pratique était associée à une culture spirituelle et sociale et considérée comme un style de vie. Par exemple, sur le plan spirituel, des prières et des rituels étaient pratiqués à l'intention des arbres servant à la confection des planches de surf de même qu'envers l'océan, pour la présence et la qualité des vagues. Sur le plan social, les surfeurs les plus performants bénéficiaient d'un certain statut social et du respect des membres de leur communauté (Marcus, 2013).

Aujourd'hui, le surf est une activité pratiquée par plus de 37 millions de personnes dans différentes régions du monde (McArthur et al., 2020; Moran et Webber, 2013). Au Québec, hormis sur les côtes bordant la ville de Sept-Îles (Lévesque, 2014), il est difficile de trouver des endroits pour surfer, notamment en raison de la faible présence de régions côtières. En revanche, une pratique populaire et relativement nouvelle prend de plus en plus d'ampleur : le surf de rivière sur des vagues

statiques (Puckert et al., 2018). Cette dernière est générée par une onde stationnaire qui se forme lorsque l'eau franchit un obstacle dans un état d'écoulement rapide (Puckert et al., 2018). Différentes rivières du Québec produisent ces vagues, entre autres à Montréal, Gatineau, Sherbrooke ainsi qu'à Saguenay (Riverbreak Magazine, s.d; Le Lac St-Jean, 2017). Déjà, en 2008, Lefebvre et Rault (2009) dénombrent plus de 500 adeptes du surf de rivière seulement à Montréal et ses environs.

1.3 Utilisation du surf à des fins d'intervention : définitions et pratiques actuelles

Depuis les années 1990, différentes définitions ont été développées (Benninger et al., 2020; Caddick et al., 2015), mettant en relief certaines composantes inhérentes à la pratique du surf, telles que l'immersion dans l'océan (*ocean therapy*) (Crawford, 2016), l'activité physique en milieu naturel (*blue therapy* ou *blue gym*) (MacIntyre et al., 2019) ou ses effets sur la santé physique et psychologique (*surf medicine*) (Fleischmann et al., 2011). Quant à l'*International surf therapy organization* (2020), elle décrit l'utilisation du surf comme modalité (*surf therapy*) telle qu'une : « méthode d'intervention qui combine l'enseignement du surf et les activités structurées individuelles ou de groupe dans le but de promouvoir le bien-être psychologique, physique et psychosocial » [traduction libre] (ISTO, 2020). Puisque des aspects de cette définition détiennent des similitudes avec le travail social (ex. intervention centrée sur le développement du bien-être, utilisation d'activités pour atteindre les objectifs visés), dans le cadre de cet article, le terme « intervention en contexte de nature et d'aventure basée sur le surf » (INA-S) sera utilisé.

En ce qui concerne les pratiques actuelles, en 2019, l'*International surf therapy organization* (2020) dénombreait la réalisation de 35 programmes d'INA-S auxquels plus de 350 participants avaient pris part.

2. Méthodologie de recherche

2.1 Pertinence de l'examen de la portée

Bien qu'il existe plusieurs définitions et procédures pour réaliser un examen de la portée (Arksey et O'Malley, 2005), cette méthodologie de recherche est entre autres utilisée dans le but d'identifier la documentation existant sur un sujet donné, de fournir une synthèse des connaissances, de soulever de nouvelles questions et d'orienter les futures recherches (Arksey et O'Malley, 2005; Mazaniello-Chézol et Corbière, 2020; Munn et al., 2018). L'examen de la portée comporte plusieurs similitudes avec la revue systématique, toutes deux reconnues pour leur méthodologie de recherche systématique et transparente visant à être reproductible (Arksey et O'Malley, 2005; Mazaniello-Chézol et Corbière, 2020; Munn et al., 2018). Or, contrairement à la revue systématique, lorsque l'examen de la portée est privilégié, la qualité des études ne constitue pas un critère. Quant aux questions de recherche et aux critères d'inclusion, ils peuvent être plus larges (Mazaniello-Chézol et Corbière, 2020; Munn et al., 2018). L'examen de la portée est particulièrement approprié lorsqu'il s'agit d'analyser une question de recherche peu documentée (Peters et al., 2015), d'où la pertinence de l'utiliser dans le cadre de cet article.

C'est donc en utilisant la méthodologie proposée par Arksey et O'Malley (2005) que cet examen de la portée a été réalisé. Elle comprend cinq étapes, qui ont toutes été accomplies par l'auteure de cet article : 1) la formulation des questions de recherche, 2) l'identification des études pertinentes, 3) la sélection des études, 4) la cartographie des données et finalement, 5) la présentation des données colligées ainsi que leur analyse.

2.2 Questions de recherche

Les questions de recherche qui ont guidé cet examen de la portée sont les suivantes :

- Dans la littérature, quelles sont les tranches d'âge et les populations étudiées dans les travaux portant sur l'INA-S?
- Quels sont les effets relevés sur les plans physique, psychologique, émotif, social et spirituel et quelle place occupent les éléments clés qui les caractérisent?
- Quels sont les forces et les défis reliés à l'intégration du surf dans la pratique du travail social, plus précisément en contexte québécois?

2.3 Identification des études pertinentes

Via la plateforme Ovid, ces bases de données ont été utilisées : *APA PsychInfo*, *ERIC*, *MEDLINE*, *Social Work Abstracts*. Elles ont été choisies pour les raisons suivantes : la pertinence des sujets traités dans ces bases de données susceptibles de révéler des études clés pour répondre aux questions étudiées, la diversité des disciplines concernées et, finalement, leurs publications antérieures portant sur l'INA. Quant aux mots-clés orientant la recherche, dans le champ *abstract*, les combinaisons suivantes ont été utilisées : « (Surf OU Surfing OU surfer* OU « Ocean therapy ») ET (Mental OU Well-being OU psycho* OU therapy OU healing OU Wellness OU health OU social OU behavior*) ».

2.4 Sélection des études

Seules les études centrées sur les effets de l'INA-S ont été visées. Elles devaient avoir été publiées en anglais ou en français, entre 2000 et 2020. Ce dernier critère avait pour but d'obtenir des résultats issus de récents travaux. Afin d'assurer une certaine rigueur sur le plan méthodologique, les études sélectionnées devaient provenir de revues révisées par les pairs. Les travaux faisant l'objet d'une maîtrise ou d'un doctorat étaient inclus. Finalement, les publications portant sur une combinaison ou une comparaison d'activités (ex. le surf et la plongée sous-marine) étaient exclues.

2.5 Cartographie des données

Pour chacune des études sélectionnées, les informations suivantes ont été cartographiées : les objectifs et le pays d'origine de l'étude, la taille de l'échantillon, les tranches d'âge et les populations étudiées, les effets relevés, la présence des éléments clés, le format du programme, la nature de la recherche de même que les instruments et les temps de mesure.

2.6 Exposition des données colligées

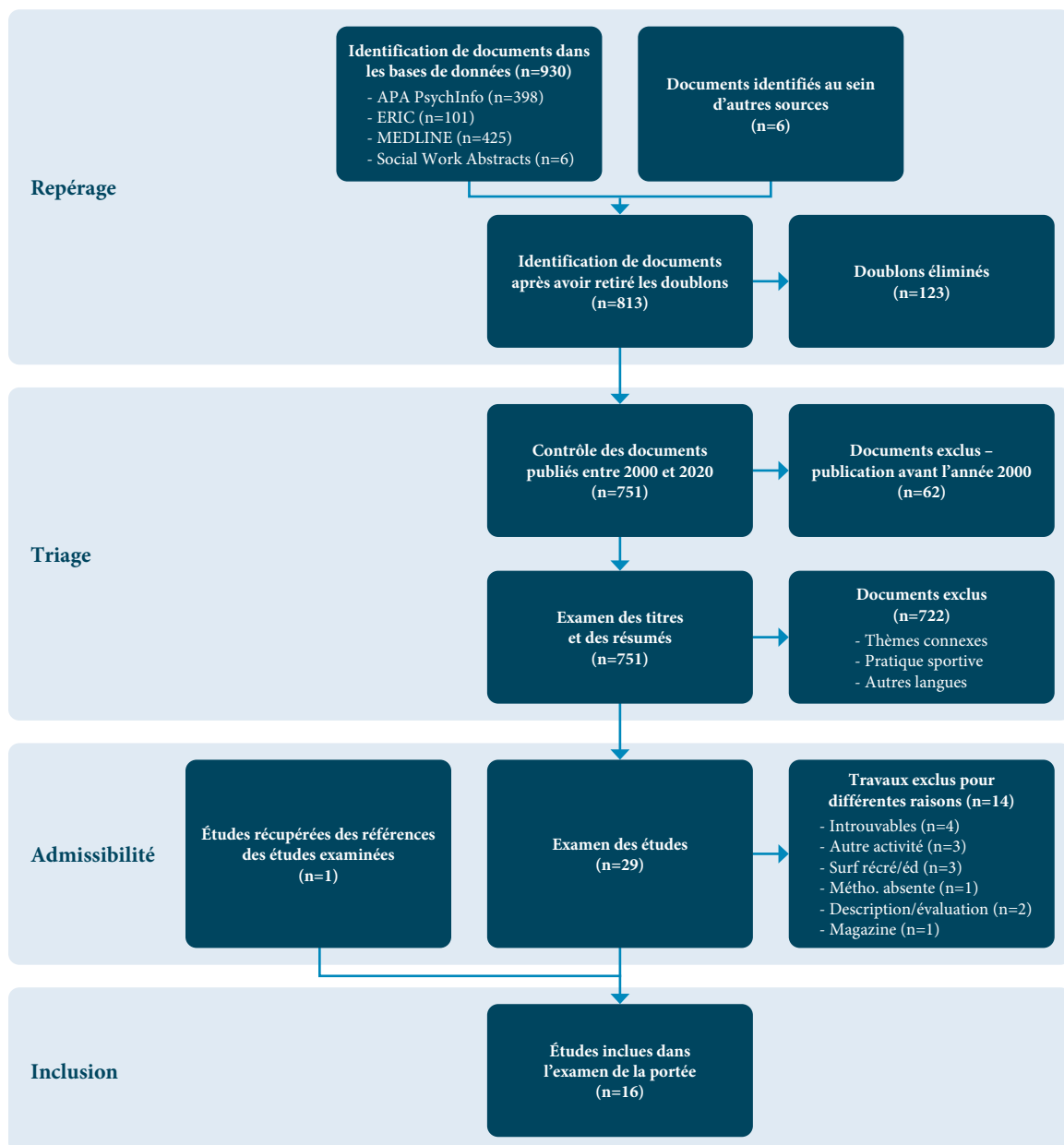
L'objectif d'une revue exploratoire est de regrouper les résultats afin de les présenter dans leur ensemble (Arksey et O'Malley, 2005). Pour y arriver, chaque étude a été analysée par l'auteur de l'article dans le but d'en extraire ses caractéristiques et d'exposer les particularités des travaux.

3. Résultats

Cette recherche a généré 930 résultats. L'examen de la portée permettant ce type de complément (Mazaniello-Chézol et Corbière, 2020), six articles scientifiques retrouvés en référence de plusieurs recherches ont été ajoutés, ce qui a porté le total à 936. L'élimination des doublons (n=123) a

réduit le total à 813. Lorsque l'intervalle des années de publication a été ajouté, soit entre 2000 et 2020, 62 travaux ont été retranchés, réduisant le total à 751 travaux. Par la suite, les titres et les résumés ont été examinés, excluant plusieurs études pour différentes raisons (n=722). Par exemple, certains portaient sur des thèmes connexes et non pertinents (ex. *paddle board couch surf*, éthique, hébergement, itinérance). Les résumés des 29 travaux retenus ont été examinés en profondeur. Quatorze d'entre eux ont été exclus pour différentes raisons : études introuvables (n=4), études portant sur des activités d'aventure (n=3), sur le surf récréatif ou éducatif (n=3), ne décrivant pas la méthodologie de recherche (n=1), décrivant ou évaluant un programme (n=2) ou provenant d'un magazine (n=1). De la sorte, 15 articles furent conservés. Une étude a été récupérée parmi les références des travaux examinés (n=1), portant la recension à 16 articles (n=16) (Figure 1).

Figure 1 Processus de sélection des études



3.1 Les caractéristiques des travaux retenus

Cet examen de la portée a permis de faire émerger les caractéristiques étudiées au sein des INA-S, soit les tranches d'âge, les populations étudiées et les effets répertoriés sur les dimensions de la santé (tableau 1). Afin de saisir la portée relative des travaux retenus, leurs caractéristiques méthodologiques sont présentées dans le tableau 2, dans lequel les données suivantes sont regroupées : les objectifs de recherche, le pays d'origine de l'étude, la taille de l'échantillon, le format du programme étudié, la méthodologie de recherche privilégiée, les instruments utilisés et les temps de mesure.

Tableau 1 Tranches d'âge et populations étudiées, effets et éléments clés relevés au sein des travaux consultés

Études	Tranches d'âge		Populations						Effets					Éléments clés			
	Enfants + ado	Adultes	Physique + cognitif	Santé mentale	Risque	TSPT + trauma	Exclusion	Dépendances	Physique	Psychologique	Social	Émotif	Spirituel	Immersion	Présence	Défi	Groupe
1. Armitano et al. (2015)	X		X						X								
2. Caddick et al. (2015)		X				X				X		X		X	X		X
3. Cavanaugh et Rademacher (2014)	X		X							X	X						X
4. Crawford (2016)		X				X				X						X	
5. Fleischmann et al. (2011)		X				X			X	X							X
6. Godfrey et al. (2015)	X			X			X		X	X	X	X					
7. Harris (2015)		X						X		X		X		X	X		
8. Hignett et al. (2018)	X				X		X		X	X	X						
9. Lopes (2015)	X	X	X						X	X	X	X		X			X
10. Marshall et al. (2019)	X			X			X			X	X	X				X	X
11. Matos (2017)	X			X						X	X	X		X	X		X
12. Moore et al. (2018)	X		X						X	X	X	X		X			
13. Morgan (2010)	X				X				X	X		X					X
14. Pereira et al. (2020)	X			X						X	X						X
15. Rogers et al. (2014)		X				X				X	X					X	X
16. Taylor (2013)	X			X						X	X			X		X	

Tableau 2 Principales caractéristiques méthodologiques des travaux consultés

Étude	Question / objectif de recherche	Échantillon	Pays	Format du programme	Nature de la recherche et méthodologie
1. Armitano et al. (2015)	Déterminer les retombées d'une INA-S sur des caractéristiques physiologiques des participants.	16 enfants	États-Unis	Nombre total de séances : 16 Fréquence : 2 x / semaine Durée du programme : 8 semaines Durée de chaque séance (heure) : 1 Activités connexes : nd	Nature de la recherche : projet pilote Méthodologie : quantitative Instrument de mesure : ▪ <i>Brockport Physical Fitness Test</i> ***
2. Caddick et al. (2015)	Quels sont les effets de l'environnement naturel et du surf sur les vétérans?	16 adultes	Royaume-Uni / Angleterre	Nombre total de séances : 18 Fréquence : 2 x / semaine Durée du programme : nd Durée de chaque séance (heure) : 1 Activités connexes : marches, yoga, méditation	Nature de la recherche : étude empirique Méthodologie : qualitative Instruments de mesure : ▪ Entretiens semi-dirigés**** ▪ Observation participante**
3. Cavanaugh et Rademacher (2014)	Déterminer les retombées d'une INA-S sur la compétence sociale, les aptitudes sociales et l'image de soi auprès des enfants atteints du trouble du spectre de l'autisme.	11 enfants 18 adultes	États-Unis	Nombre total de séances : nd Fréquence : nd Durée du programme : 2 journées consécutives Durée de chaque séance (heure) : nd Activités connexes : yoga, activités de groupe et familiales	Nature de la recherche : étude empirique Méthodologie : quantitative Instruments de mesure : ▪ <i>Social Skills Improvement System</i> *** ▪ <i>Piers-Harris Children's Self Concept Scale</i> *** ▪ <i>Parent Perceptions of the Surf Camp Curriculum</i> *** ▪ <i>SURF Skills Checklist</i> **
4. Crawford (2016)	Déterminer si la participation d'une INA-S auprès de militaires souffrant d'un TSPT favorise l'auto-efficacité et la réduction des symptômes du TSPT et de la dépression.	95 adultes	États-Unis	Nombre total de séances : 1 Fréquence : 1 x / jour Durée du programme : 1 semaine Durée de chaque séance (heure) : 3-4 Activités connexes : nd	Nature de la recherche : thèse doctorale Méthodologie : quantitative Instruments de mesure : ▪ <i>General Self Efficacy assessment</i> *** ▪ <i>Beck Depression Inventory</i> *** ▪ <i>Posttraumatic checklist</i> ***
5. Fleischmann et al. (2011)	Exposer les retombées de la pratique du surf auprès d'un militaire ayant subi de multiples traumatismes physiques et psychologiques.	1 adulte	États-Unis	Nombre total de séances : nd Fréquence : 1 x / semaine Durée du programme : 6 mois Durée de chaque séance (heure) : 3 Activités connexes : sécurité aquatique, aptitudes (ex. endurance, concentration, natation), discussions de groupe	Nature de la recherche : étude de cas Méthodologie : n/d Instrument de mesure : n/d
6. Godfrey et al. (2015)	1-Évaluer les résultats en matière de bien-être et l'impact de l'INA-S; 2-Mettre en évidence les défis liés à la mise en œuvre et au suivi de l'INA-S; 3-Utiliser des outils de mesure validés dans le but de fournir des preuves.	84 enfants 52 adultes	Royaume-Uni / Angleterre	Nombre total de séances : 6 Fréquence : 1 x / semaine Durée du programme : 6 semaines Durée de chaque séance (heure) : nd Activités connexes : nd	Nature de la recherche : projet pilote Méthodologie : mixte Instrument de mesure quantitatif ***: ▪ Sous-échelles du <i>Stirling Children's Wellbeing Scale</i> ▪ <i>Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale</i> ▪ <i>Rosenberg Self Esteem Scale</i> ▪ Sous-échelle du <i>Children's Wellbeing Scale</i> ▪ <i>National Obesity Observatory Standard Evaluation Framework</i> ▪ Questionnaires de rétroaction sur la satisfaction et l'expérience Instrument de mesure qualitatif **** : ▪ Questionnaires de rétroaction sur la satisfaction et l'expérience
7. Harris (2015)	Quel phénomène de guérison émerge de l'INA-S et peut-il être opérationnalisé de manière à permettre des interventions efficaces pour aider au traitement des dépendances à plus grande échelle?	n/d	États-Unis	Nombre total de séances : nd Fréquence : nd Durée du programme : nd Durée de chaque séance (heure) : nd Activités connexes : activités de pleine conscience, discussions de groupe, nettoyage de l'environnement côtier et du matériel	Nature de la recherche : mémoire de maîtrise Méthodologie : qualitative Instrument de mesure : ▪ Observations et propos recueillis par l'autrice via des journaux de bord****

Étude	Question / objectif de recherche	Échantillon	Pays	Format du programme	Nature de la recherche et méthodologie
8. Hignett et al. (2018)	Réaliser une évaluation préliminaire d'une INA-S destinée aux jeunes vivant ou étant à risque de vivre de l'exclusion en milieu scolaire.	58 enfants n/d adultes	Royaume-Uni / Angleterre	Nombre total de séances : 12 Fréquence : 1 x / semaine Durée du programme : nd Durée de chaque séance (heure) : nd Activités connexes : sensibilisation à l'environnement	Nature de la recherche : étude empirique Méthodologie : mixte Instruments de mesure quantitatifs*** : <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Youth version of the British Panel Household Survey</i> ▪ <i>Inclusion of Nature in the Self</i> (version adaptée) ▪ <i>Parent-Child Interaction System</i> (version adaptée) ▪ <i>Social and Emotional Aspects of Learning</i> ▪ Mesure du rythme cardiaque ▪ Mesure de la pression sanguine Instrument de mesure qualitatif*** : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Entretiens individuels
9. Lopes (2015)	Démontrer que le surf peut être un outil de promotion de la santé physique, mentale et du bien-être, d'interaction et d'inclusion pour les personnes vivant avec un handicap.	321 enfants	Portugal	Nombre total de séances : nd Fréquence : nd Durée du programme : Durée de chaque séance (heure) : Activités connexes : nd	Nature de la recherche : étude de cas Méthodologie : n/d Instrument de mesure : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Banque statistique - données sociodémographiques (mesure n/d)
10. Marshall et al. (2019)	Comprendre les bénéfices d'une INA-S pour les jeunes souffrant de problèmes de santé mentale.	22 enfants	Royaume-Uni / Angleterre	Nombre total de séances : nd Fréquence : 1 x / semaine Durée du programme : 6 semaines Durée de chaque séance (heure) : 2-3 Activités connexes : nd	Nature de la recherche : étude empirique Méthodologie : qualitative Instrument de mesure : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Entretiens semi-dirigés****
11. Matos (2017)	Hypothèse 1 : les participants de l'INA-S auront moins de valeurs sur les problèmes de comportement; Hypothèse 2 : la majorité des participants auront l'impression d'avoir acquis des compétences (sociales et émotionnelles, stratégies d'autorégulation, inclusion sociale et compétences).	48 enfants	Portugal	Nombre total de séances : 8 Fréquence : 2 Durée du programme : nd Durée de chaque séance (heure) : 4 Activités connexes : discussions de groupe, formation de sécurité, premiers soins	Nature de la recherche : étude empirique Méthodologie : quantitative Instruments de mesure : <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Strengths and Difficulties Questionnaire***</i> ▪ <i>Youth experiences survey</i> (version adaptée) ***
12. Moore et al. (2018)	Connaitre la perception des parents quant à la participation de leurs enfants à un programme d'INA-S.	11 adultes	États-Unis	Nombre total de séances : nd Fréquence : 2 x / semaine Durée du programme : 8 semaines Durée de chaque séance (heure) : 1 Activités connexes : nd	Nature de la recherche : étude empirique Méthodologie : qualitative Instrument de mesure : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Entretiens semi-dirigés **
13. Morgan (2010)	Documenter une INA-S.	8 enfants 7 adultes	Australie	Nombre total de séances : 6 Fréquence : 1 x / semaine Durée du programme : nd Durée de chaque séance (heure) : 2 Activités connexes : nd	Nature de la recherche : évaluation – projet pilote Méthodologie : qualitative Instrument de mesure : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Entretiens semi-dirigés ****

Étude	Question / objectif de recherche	Échantillon	Pays	Format du programme	Nature de la recherche et méthodologie
14. Pereira et al. (2020)	1-Examiner l'efficacité d'une INA-S sur la réduction des problèmes émotionnels et comportementaux et l'augmentation du bien-être chez les jeunes vivant dans les ressources d'accueil; 2-Explorer l'impact de l'intervention sur les facteurs de protection potentiels; 3-Évaluer les aspects liés au processus d'intervention.	60 enfants n/d adultes	Portugal	Nombre total de séances : 21 Fréquence : 1 x / semaine Durée du programme : nd Durée de chaque séance (heure) : 3 Activités connexes : réflexions et discussions de groupe	Nature de la recherche : étude empirique Méthodologie : quantitative Instruments de mesure*** : <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Strengths and Difficulties Questionnaire</i> ▪ <i>Revised Children's Anxiety and Depression Scale</i> ▪ <i>Kidscreen-10</i> ▪ <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> ▪ <i>Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents</i> ▪ <i>Walk/Don't Walk et Opposite Worlds du Test of Everyday Attention for Children</i> ▪ <i>Social Connectedness Scale-revised</i> (version modifiée) ▪ <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (version modifiée) ▪ <i>Youth Activity Profile</i> (version modifiée)
15. Rogers et al. (2014)	1-Les vétérans souffrant de SSPT et de symptômes dépressifs participeront-ils régulièrement au programme? 2-S'ils prennent part au processus de cinq semaines et de cinq sessions, est-ce qu'ils démontreront une réduction du SSPT et des symptômes dépressifs?	10 adultes	États-Unis	Nombre total de séances : 5 Fréquence : 1 x / semaine Durée du programme : 5 semaines Durée de chaque séance (heure) : 4 Activités connexes : réflexions et discussions de groupe	Nature de la recherche : étude empirique Méthodologie : quantitative Instruments de mesure*** : <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>PTSD Checklist—Military Version</i> ▪ <i>Major Depression Inventory</i>
16. Taylor (2013)	Présenter un résumé d'un programme d'INA-S pour les jeunes ayant des problèmes d'ordre émotionnel, social ou de santé mentale.	87 enfants n/d adultes	Royaume-Uni / Angleterre	Nombre total de séances : 6 Fréquence : 1x / semaine Durée du programme : 6 semaines Durée de chaque séance (heure) : 2 Activités connexes : nd	Nature de la recherche : projet pilote Méthodologie : mixte Instrument de mesure quantitatif : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Échelle du bien-être*** Instrument de mesure qualitatif : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Rétroactions individuelles****

Temps de mesure : *Avant le programme **Pendant le programme ***Avant et après le programme ****Après le programme

3.2 Tranches d'âge

Les études sélectionnées ont été réalisées exclusivement auprès des enfants et des adolescents (Armitano et al., 2015; Cavanaugh et Rademacher, 2014; Godfrey et al., 2015; Hignett et al., 2018; Marshall et al., 2019; Matos, 2017; Moore et al., 2018; Morgan, 2010; Pereira et al., 2020; Taylor, 2013) ou auprès d'adultes (Caddick et al., 2015; Crawford, 2016; Harris, 2015; Rogers et al., 2014). Une seule combine ces catégories, soit celle de Lopes (2015).

3.3 Populations étudiées

Dans les 16 travaux sélectionnés, des populations aux prises avec différents problèmes sont étudiées. Il est question des personnes vivant avec des problèmes physiques (ex. personnes non voyantes ou vivant avec un handicap) (Armitano et al., 2015; Cavanaugh et Rademacher, 2014; Lopes, 2015;

Moore et al., 2018) et cognitifs (ex. troubles envahissants du développement, syndrome de Down ou de Dandy Walker), des problèmes de santé mentale (Godfrey et al., 2015; Marshall et al., 2019; Pereira et al., 2020; Taylor, 2013) ou vivant de l'exclusion sociale (Godfrey et al., 2015; Hignett et al., 2018; Marshall et al., 2019). Les jeunes à risque ou provenant de milieux défavorisés (Hignett et al., 2018; Matos, 2017; Morgan, 2010) sont aussi étudiés. Certains travaux concernent les militaires (actifs ou vétérans) ayant reçu un diagnostic de trouble de stress post-traumatique (TSPT) (Caddick et al., 2015; Crawford, 2016; Rogers et al., 2014) ou ayant subi de multiples traumatismes physiques et psychologiques (Fleischmann et al., 2011). Une seule étude porte sur les personnes aux prises avec des problèmes de dépendance (Harris, 2015).

3.4 Effets sur les dimensions de la santé

Sur le plan de la santé physique, plusieurs impacts sont retrouvés : augmentation de la forme physique générale (Godfrey et al., 2015), de la force et de l'endurance cardiovasculaire (Armitano et al., 2015; Moore et al., 2018), de l'équilibre (Fleischmann et al., 2011; Lopes, 2015; Moore et al., 2018), de la motricité et de la coordination (Lopes, 2015) ainsi que la diminution de la fréquence cardiaque au repos (Hignett et al., 2018). Pour Fleischmann et al. (2011) s'ajoute la diminution de la prise de narcotiques et des douleurs physiques.

Sur le plan psychologique, l'amélioration de la santé psychologique et du bien-être général (Caddick et al., 2015; Godfrey et al., 2015; Harris, 2015; Hignett et al., 2018; Matos, 2017; Pereira et al., 2020; Taylor, 2013) compte parmi les effets relevés. Plus précisément, l'auto-efficacité et le sentiment de compétence personnelle (Crawford, 2016; Marshall et al., 2019), l'*empowerment*, l'estime de soi (Harris, 2015; Lopes, 2015; Morgan, 2010), la confiance et le concept de soi (Cavanaugh et Rademacher, 2014; Lopes, 2015; Moore et al., 2018) sont aussi répertoriés. L'augmentation de l'engagement, de la résilience (Morgan, 2010) et de l'autonomie (Lopes, 2015), l'amélioration des attitudes et des comportements (Morgan, 2010; Taylor, 2013), la connaissance de soi, la persévérance, la résolution de problèmes et une meilleure gestion du temps (Matos, 2017) font aussi partie des effets. Finalement, la pratique du surf aurait un effet sur la réduction des symptômes associés au TSPT et à la dépression (Fleischmann et al., 2011; Rogers et al., 2014) et la souffrance qui l'accompagne (Caddick et al., 2015).

Quant à la santé émotive, des travaux montrent que la pratique du surf a un impact positif sur la régulation des émotions (Matos, 2017; Moore et al., 2018), l'état de calme (Godfrey et al., 2015) et l'humeur (Morgan, 2010), le plaisir et le sentiment d'être heureux (Lopes, 2015; Morgan, 2010). Dans certains travaux, il s'agit d'un moment de calme et de répit face aux tracas quotidiens (Marshall et al., 2019) et d'une diminution des émotions négatives engendrées par le TSPT (Caddick et al., 2015).

Sur le plan social, la pratique du surf génère des retombées positives sur les habiletés sociales et les comportements prosociaux (Cavanaugh et Rademacher, 2014; Hignett et al., 2018; Matos, 2017; Moore et al., 2018; Pereira et al., 2020), le sentiment d'inclusion (Godfrey et al., 2015; Moore et al., 2018; Taylor, 2013) et le soutien mutuel (Lopes, 2015; Marshall et al., 2019; Rogers et al., 2014).

Finalement, une seule étude aborde les retombées de la pratique du surf sur la santé spirituelle (Harris, 2015), qui se traduit comme la reconnaissance de « plus grand que soi ».

3.5 Présence des éléments clés

Les éléments clés se définissent comme les composantes à paramétrer par les responsables lors de la mise sur pied d'une INA, qu'elle soit générale (ex. travaux portant sur les effets d'une intervention dans laquelle les activités sont combinées, non spécifiées ou ne constituent pas l'objet de l'étude) ou basée sur le surf. Ils sont reconnus pour influencer les effets, sans toutefois que des relations de cause à effet puissent à ce jour être établies (Gargano, 2018; Russell et al., 2017). Dans les travaux consultés, ils font l'objet de discussion, dans laquelle des relations entre leur présence et les effets sont mis en évidence.

Six études abordent l'importance de l'immersion en nature, en l'occurrence la mer (n=6) (Caddick et al., 2015; Harris, 2015; Hignett et al., 2018; Matos, 2017; Moore et al., 2018; Taylor, 2013). La qualité de présence est aussi présente parmi les éléments clés (n=3) (Caddick et al., 2015; Harris, 2015; Matos, 2017). Elle se définit comme un état dans lequel l'attention est portée au moment présent sur les plans physique, cognitif et émotif, de façon intentionnelle sans porter de jugement de valeur [envers soi ou l'expérience] (Kabat-Zinn, 2013). L'expérimentation du défi, créée par l'interaction entre le risque et le sentiment de compétence (Martin and Priest, 1986), est discutée dans cinq études (n=5) (Crawford, 2016; Marshall et al., 2019; Morgan, 2010; Rogers et al., 2014; Taylor, 2013) tandis que la moitié des travaux abordent l'incidence du groupe sur les effets (n=8) (Caddick et al., 2015; Cavanaugh et Rademacher, 2014; Fleischmann et al., 2011; Lopes, 2015; Marshall et al., 2019; Matos, 2017; Pereira et al., 2020; Rogers et al., 2014).

4. Discussion

Cet examen de la portée a permis de dresser une vue d'ensemble des travaux portant sur l'INA-S, plus précisément sur les tranches d'âge et les populations étudiées, les retombées sur les dimensions de la santé et la présence des éléments clés. Sur les 751 articles identifiés, 29 (4 %) ont fait l'objet d'un examen complet. Parmi ceux-ci, 16 ont été sélectionnés (2 %), ce qui met en évidence le peu de travaux portant exclusivement sur les effets du surf dans une perspective d'intervention.

21

4.1 Synthèse des résultats

D'abord, 63 % des travaux concernent les enfants et les adolescents tandis que 31 % portent sur les adultes. Une seule étude combine toutes les tranches d'âge (6 %). En ce qui concerne les populations étudiées, 25 % des travaux sont réalisés auprès de militaires. Les mêmes proportions sont retrouvées auprès des personnes aux prises avec des problèmes physiques et cognitifs (25 %). En moindre importance, 19 % concernent les personnes vivant avec des troubles de santé mentale, 19 % les personnes à risque ou ayant un problème de violence et 6 % aux prises avec des problèmes de dépendance, tandis que 19 % des travaux combinent ces problèmes à l'exclusion sociale.

Tous ces travaux visent à connaître les retombées d'une INA-S, lesquelles se trouvent sur le plan de la santé physique (44 %), psychologique (94 %), émotive (44 %), sociale (63 %) et spirituelle (6 %). Plusieurs abordent le rôle que jouent les éléments clés sur les retombées des interventions, soit l'immersion en nature (38 %), la présence attentive (19 %), l'expérimentation du défi (25 %) et l'expérience de groupe (50 %).

4.2 Les éléments clés et l'intervention en contexte de nature et d'aventure basée sur le surf : constats et recommandations

En examinant les effets relevés auprès des populations étudiées dans cet examen de la portée, des constats se dégagent, notamment en ce qui concerne leurs relations avec les éléments clés inhérents aux INA-S. Cette section est donc articulée autour de l'immersion en mer, la présence attentive, l'expérimentation du défi et l'expérience de groupe, et ce, dans le but de saisir les particularités reliées à l'utilisation du surf comme modalité d'intervention.

D'abord, l'immersion en mer serait particulièrement bénéfique pour les militaires souffrant d'un TSPT de même que les personnes aux prises avec des problèmes physiques et cognitifs, qui représentent 50 % de l'échantillon (25 % chacun). D'une part, les symptômes du TSPT sont reconnus pour être ressentis via les différents sens (auditif, visuel, haptique et olfactif). Selon Caddick et al. (2015), la pratique du surf chez les militaires souffrant de ce trouble favoriserait l'attention vers des stimulations différentes. Par conséquent, l'immersion en mer diminuerait les ruminations cognitives persistantes, en partie jugées responsables du maintien du TSPT (Michael et al., 2007). Dans leur étude réalisée auprès de la même population, Fleischmann et al. (2011) expliquent la réduction des symptômes dépressifs par la pratique de l'activité physique en mer. Celle-ci favorise la sécrétion de la sérotonine et de la dopamine, qui est généralement diminuée lors d'une dépression (Fleischmann et al., 2011).

D'autre part, chez les personnes aux prises avec des problèmes physiques et cognitifs, l'activité physique réalisée dans un environnement océanique faciliterait la réadaptation fonctionnelle (ex. équilibre, force, souplesse), stimulerait les sens et aurait un effet relaxant sur le plan moteur (Lopes, 2015). En outre, elle aurait un effet positif sur la régulation des émotions (Lopes, 2015; Moore et al., 2018).

22

Ces relations mettent en lumière l'importance de s'attarder davantage aux rôles que jouent l'expérience sensorielle et l'activité physique (Caddick et al., 2015; Lopes, 2015; Moore et al., 2018) et les bénéfices qu'ils peuvent engendrer chez des populations vivant des problématiques similaires.

Il en est de même en ce qui concerne l'état de présence attentive, particulièrement rapporté dans les travaux portant sur le surf comme modalité d'intervention (Ponting, 2021; Russell et al., 2017). Dans l'examen de la portée, les effets qui lui sont reliés font référence au calme et au bien-être (Caddick et al., 2015; Harris, 2015; Matos, 2017) et seraient favorisés par l'expérience sensorielle (Caddick et al., 2015; Moore et al., 2018), l'immersion en mer (Harris, 2015), les risques inhérents à la discipline (Ponting, 2021) et l'importance de se centrer sur le moment présent (Caddick et al., 2015). Harris (2015) considère même l'état de présence attentive comme une condition *sine qua non* pour réussir à surfer.

Par ailleurs, une étude réalisée par Nerothin (2017) apporte une perspective différente. Dans ses travaux réalisés auprès de surfeurs expérimentés, ces derniers soulignent que s'ils performant moins, ils manifestent des comportements négatifs induits par des ruminations cognitives. En ce sens, il serait important d'étudier cet élément clé en prenant compte de toutes ses conditions d'existence, qui comprend aussi la notion de non-jugement (Kabat-Zinn, 2013), absente des travaux consultés. Bref, malgré la reconnaissance des similitudes entre l'état de présence attentive et l'INA-S, il reste du travail à faire pour établir des parallèles plus étroits.

Quant à l'expérimentation du défi, pour les militaires souffrant d'un TSPT, l'intensité vécue et l'adrénaline suscitée par le niveau de défi inhérent au surf contribueraient à la diminution des symptômes dépressifs et à l'augmentation de l'auto-efficacité (Crawford, 2016; Rogers et al., 2014).

Cette même relation se retrouve aussi auprès des jeunes à risque (Marshall et al., 2019) tandis que pour des jeunes provenant de milieux défavorisés, l'expérimentation du défi aurait plutôt un effet sur la dynamique de groupe (Morgan, 2010).

Finalement, l'expérience de groupe agirait positivement sur les interactions sociales et l'inclusion (Lopes, 2015; Marshall et al., 2019) ainsi que sur le développement d'un réseau social (Marshall et al., 2019). Pour Matos (2017), c'est le contact régulier avec autrui qui faciliterait la confiance et les apprentissages. Plus spécifiquement pour les militaires, les discussions de groupe portant sur leur vécu seraient facilitées par la culture du surf, semblable à celle de l'armée (Caddick et al., 2015; Rogers et al., 2014). Dans l'étude de Pereira et al. (2020), la cohésion du groupe et la qualité des interactions auraient eu un impact positif sur le faible taux d'abandon des participants.

En ce qui concerne ces deux derniers éléments clés, il reste du travail à effectuer afin de connaître leur apport spécifique auprès des populations prenant part à une INA-S. Dans la même lignée, les relations qui commencent à poindre entre le surf, l'immersion en mer et l'état de présence attentive mériteraient d'être approfondies dans le cadre de travaux futurs.

5. Limites des travaux

Les résultats de ces études doivent être considérés à la lumière de certaines limites méthodologiques. En premier lieu, quatre travaux colligent la perspective des parents (Cavanaugh et Rademacher, 2014; Moore et al., 2018; Morgan, 2010; Pereira et al., 2020). La nature des échantillons (ex. faible taille, absence d'échantillon populationnel) et des devis de recherche doit aussi être prise en compte dans la portée de ces travaux. À cet égard, certains constituent des études de cas (Fleischmann et al., 2011; Lopes, 2015) ou font l'objet de projets d'intervention préliminaires (Armitano et al., 2015; Taylor, 2013). Dans ces derniers, des aspects méthodologiques mériteraient d'être plus rigoureux. Par exemple, les travaux de Lopes (2015) émettent des constats issus d'une banque de données statistiques et la méthodologie les soutenant est absente.

De plus, puisque la culture du surf est susceptible d'être différente d'un pays à l'autre, l'origine des travaux pourrait aussi faire l'objet d'attention lors de recherches ultérieures (44 % des publications proviennent des États-Unis, 31 % de l'Angleterre ou du Royaume-Uni, 19 % du Portugal et 6 % de l'Australie). Bref, les résultats issus de cet examen de la portée ne peuvent être généralisés et doivent être interprétés en prenant compte de ces limites.

6. L'intervention en contexte de nature et d'aventure basée sur le surf et le travail social : relations, défis et potentiel d'intégration

6.1 Relations avec le travail social

Les résultats issus de cet examen de la portée mettent en évidence des liens avec le travail social, qui « s'attarde aux rapports qu'entretiennent les personnes en regard de leurs besoins psychologiques, sociaux et spirituels [...] dans le but de favoriser le développement optimal de l'être humain (OTSTCFQ, 2012, p. 11) ». En effet, les études retenues indiquent que le surf agit comme moyen facilitant le développement personnel et interpersonnel des personnes, et mettent également en exergue les bénéfices de cette activité sur le bien-être général. Néanmoins, au-delà de cette relation avec la pratique professionnelle, quelle place devrait être dévolue à l'INA-S dans ce champ disciplinaire?

D'abord, il importe de se rappeler que l'évolution du travail social a été marquée par l'utilisation des activités d'aventure se déroulant en nature qui, dès le début des années 1900, visaient à préserver l'équilibre entre les sphères physiques, psychologiques, sociales et spirituelles des jeunes (Mishna et al., 2001; Nadel et Scher, 2019). Toutefois, les années post-guerre sont venues suspendre cette reconnaissance et le développement de ces liens. À une époque où le travail social prenait une orientation curative et structurée, une place croissante a été accordée à l'efficacité des interventions (Turcotte et Lindsay, 2019). De la sorte, les pratiques se déroulaient davantage de façon conventionnelle sous une logique catégorisant les processus et les retombées à des fins d'évaluation, relayant par le fait même l'INA au rang des pratiques récréatives (Turcotte et Lindsay, 2019).

Par ailleurs, à l'heure actuelle, certaines perspectives du travail social reconnaissent la pertinence de se rapprocher d'une vision holistique fondée sur les relations réciproques entre la terre et les humains (Clarke et Yellow Bird, 2021). Les interventions qui se déroulent en contexte de nature et d'aventure s'y rattachent naturellement, notamment parce qu'elles ne pourraient avoir lieu sans cette notion de réciprocité, dans laquelle la nature et l'aventure sont perçues non seulement comme centrales et essentielles au développement et au maintien du bien-être général des personnes (Gargano, 2022), mais aussi comme étant influencées par des interactions saines avec la nature (Buzzell et Chalquist, 2009).

En outre, puisque l'environnement et les déterminants sociaux sont à ce jour considérés comme des constituants centraux de la santé globale et du bien-être (Bruchon Schweitzer et Boujut, 2014), cette modalité d'intervention s'inscrit en toute cohérence avec les visées du travail social.

6.2 Défis et potentiel d'intégration au travail social québécois

24

Bien que l'INA-S favorise des bénéfices sur la santé des populations aux prises avec différents problèmes, son incorporation à la pratique du travail social québécois comporte certains défis. D'abord, puisque le surf se déroule en mer, la nature des plans d'eau du Québec donne peu d'occasions de le pratiquer. Le surf est donc principalement accessible aux personnes habitant près des milieux marins propices à la formation de vagues ou étant en mesure de voyager. C'est pourquoi la pratique en rivière pourrait constituer une solution pour intégrer le surf au travail social québécois. Puisque les rivières répertoriées au Québec sont principalement situées dans les milieux urbains, cela rendrait la pratique accessible à un plus grand nombre de personnes et, par le fait même, à celles ayant moins accès à la nature. Comme point de départ, il serait pertinent de réaliser des travaux empiriques portant sur les effets du surf de rivière auprès d'une communauté de pratiquants québécois.

En outre, en dépit des forces associées à l'INA-S, certains défis liés au contexte d'intervention doivent être soulignés. Parmi ceux-ci se trouvent les compétences techniques que cette activité requiert, autant pour les participants que pour les intervenants. De plus, lorsque de telles activités font partie d'une intervention, les coûts associés à leur réalisation et à la gestion des risques comptent parmi les défis (Gargano, 2022).

Finalement, les difficultés d'accès au territoire constituent un enjeu majeur au Québec (Conseil québécois du loisir, 2011). Plusieurs raisons expliquent cette situation, dont le nombre grandissant de terrains privés ainsi que la gestion des territoires sous la tutelle des parcs nationaux. Ces derniers, dont la plus grande force repose sur la protection et la préservation de la nature, engendrent toutefois différents coûts pour les utilisateurs de service (ex. droits d'accès), les rendant moins accessibles aux personnes défavorisées économiquement. Cette situation met en évidence l'importance de s'éloigner de la conception exclusivement récréative associée à la pratique des activités d'aventure

en nature, de même que la pertinence de poursuivre les travaux empiriques les arrimant de façon axiologique au travail social.

CONCLUSION

Cet article avait pour objectif de mettre en lumière les caractéristiques de l'INA-S pour contribuer au socle des connaissances et analyser son potentiel d'adéquation avec le travail social. Les résultats de l'examen de la portée montrent les retombées positives sur la santé physique, psychologique, émotive, sociale et spirituelle des personnes. Ils mettent aussi en évidence la place qu'occupe l'immersion en mer, la présence attentive, l'expérimentation du défi et l'expérience de groupe dans les effets relevés.

À l'heure actuelle, la reconnaissance des relations étroites entre le bien-être global et les expériences vécues en contexte de nature et d'aventure incitent les professionnels du domaine psychosocial à se tourner vers de telles démarches (Hartig et al., 2014). Si le travail social se caractérise comme une profession dynamique qui s'adapte aux réalités contemporaines (Lecompte, 2000), l'INA-S constitue non seulement une modalité porteuse de cette vision, mais aussi une avenue pour favoriser et protéger la santé globale des personnes.

ABSTRACT:

This article presents a scoping review focused on an activity used within outdoor therapies, in this case surfing. It is designed to outline the populations under study, the effects, and the key elements of surf therapy. In addition, it aims to shed light on social work. Using various databases, 16 articles published between 2000 and 2020 were selected. Most of these studies were conducted with children and adolescents (62%). A wide range of populations were studied: 25% of studies were carried out with veterans and people with physical and cognitive disabilities, while 19% are with people living with mental health problems, youth at risk or with a violence problem. A small proportion of studies (6%) involved people with addiction issues, whereas 19% were experiencing social exclusion in addition to another psychosocial problem. Effects on physical (44%), psychological (94%), social (63%) and spiritual (6%) health were found. As for the key elements, these included ocean immersion (31%), mindfulness (19%), experiencing challenge (31%) and group experience (50%). The discussion focuses on the relationships between effects, populations and key elements found in the studies. This leads to few findings for future work. Finally, the strengths and challenges of integrating surfing into Quebec's social work practice are highlighted.

25

KEYWORDS:

Scoping review, social work, surf therapy, effects, key features

RÉFÉRENCES

- Arksey, H. et O'Malley, L. (2005). Scoping studies: Towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19-32. <https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>
- Armitano, C. N., Clapham, E. D., Lamont, L. S. et Audette, J. G. (2015). Benefits of surfing for children with disabilities: A pilot study. *Palaestra*, 29(3), 31-34. <https://doi.org/10.18666/palaestra-2015-v29-i3-6912>
- Benninger, E., Curtis, C., Sarkisian, G. V., Rogers, C. M., Bender, K. et Comer, M. (2020). Surf Therapy: A scoping review of the qualitative and quantitative research evidence. *Community Psychology Practice*, 11(2), 1-26. <http://www.gjcpp.org/>

- Buzzell, L. et Chalquist, C. (2009). *Ecotherapy: Healing with nature in mind*. Sierra Club Books.
- Bruchon Schweitzer, M. et Boujut, É. (2014). Les facteurs environnementaux et sociaux de la santé. Dans M. Bruchon Schweitzer et É. Boujut (dir.), *Psychologie de la santé : concepts, méthodes et modèles* (p. 83-194). DUNOD.
- Caddick, N., Smith, B. et Phoenix, C. (2015, Jan). The effects of surfing and the natural environment on the well-being of combat veterans. *Qualitative Health Research*, 25(1), 76-86. <https://doi.org/10.1177/1049732314549477>
- Cavanaugh, L. K. et Rademacher, S. B. (2014). How a SURFing social skills curriculum can impact children with autism spectrum disorders. *Journal of the International Association of Special Education*, 15(1), 27-35.
- Clarke, K. et Yellow Bird, M. (2021). *Decolonizing pathways towards integrative healing in social work*. Routledge.
- Conseil québécois du loisir (2011). *Le loisir de plein air et l'aménagement durable du territoire : les enjeux de pérennisation et de développement des sentiers et des lieux de pratique de plein air*.
- Crawford, R. T. (2016). *The impact of ocean therapy on veterans with posttraumatic stress disorder* (Publication Number 10252268). Grand Canyon University.
- Eigenschenk, B. et McClure, M. (2019). Why outdoors? A systematic approach to examine and value the social benefits of outdoor sports. Dans A. A. Donnelly et T. E. MacIntyre (dir.), *Physical activity in natural settings: Green and blue exercise* (p. 226-240). Routledge.
- Finney, B. R. et Houston, J. D. (1996). *Surfing: A history of the ancient Hawaiian sport*. Pomegranate Artbooks.
- Fleischmann, D., Michalewicz, B., Stedje-Larsen, E., Neff, J., Murphy, J., Browning, K., Nebeker, B., Cronin, A., Sauve, W., Stetler, C., Herriman, L. et McLay, R. (2011). Surf medicine: Surfing as a means of therapy for combat-related polytrauma. *Journal of Prosthetics and Orthotics*, 23(1), 27-29. <https://doi.org/10.1097/JPO.0b013e3182065316>
- Ford, N. J. et Brown, D. (2006). *Surfing and social theory experience, embodiment and narrative of the dream glide*. Routledge.
- Gargano, V. (2018). *L'intervention en contexte de nature et d'aventure : une analyse sous l'angle des facteurs d'aide*. Université Laval.
- Gargano, V. (2022). Les pratiques centrées sur la nature et l'aventure et le travail social : perspectives disciplinaires et théoriques. *Intervention*, 155, 151-165. <https://doi.org/10.7202/1089312ar>
- Gargano, V. et Turcotte, D. (2018). L'intervention en contexte de nature et d'aventure : différences et similitudes entre les programmes éducatifs et les programmes thérapeutiques. *Revue canadienne de l'éducation*, 41(1), 194-222.
- Godfrey, C., Devine-Wright, H. et Taylor, J. (2015). The positive impact of structured surfing courses on the wellbeing of vulnerable young people. *Community Practitioner*, 88(1), 26-29.
- Harris, K. B. (2015). *Working with addiction through surf therapy: A phenomenological exploration of healing* (Publication Number 1691291). Pacifica Graduate Institute.
- Hartig, T., Mitchell, R., de Vries, S. et Frumkin, H. (2014). Nature and health. *Annual Review of Public Health*, 35, 207-208. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182443>
- Hignett, A., White, M. P., Pahl, S., Jenkin, R. et Lefroy, M. (2018). Evaluation of a surfing programme designed to increase personal well-being and connectedness to the natural environment among at risk young people. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 18(1), 53-69. <https://doi.org/10.1080/14729679.2017.1326829>
- International surf therapy organization (2020). GKB Solutions LLC. <https://intlsurftherapy.org/about/>
- Kabat-Zinn, J. (2013). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness* (Revised ed.). Bantam.
- Lecompte, R. (2000). La nature du travail social contemporain. Dans Jean-Pierre Deslauriers et Daniel Turcotte (dir.), *Introduction au travail social* (p. 17-33). PUL.
- Lefebvre, S. et Roullet, R. (2009). Les nouveaux territoires du surf dans la ville. *Téoros*, 28(2), 55-62.
- Lévesque, F. (2014, 13 juillet). Sept-Iles, paradis du surf. *Le Soleil*. <https://www.lesoleil.com/e22dc5706ba16cd26c7f34c500c81f31>
- Le Lac St-Jean : l'un des objectifs à augmenter le nombre de pratiquants (2017, 30 avril). <https://lelactstjean.com/actualite/lun-des-objectifs-augmenter-le-nombre-de-pratiquants/>
- Lopes, J. T. (2015). Adapted surfing as a tool to promote inclusion and rising disability awareness in Portugal. *Journal of Sport for Development*, 3(5), 4-10.

- MacIntyre, T. E., Walkin, A., Calogiuri, G., Donnelly, A. A., Gritzka, S. et Warrington, G. (2019). Immersion, watersports and blueways and the blue mind : case studies in blue exercise. Dans A. A. Donnelly et T. E. MacIntyre (dir.), *Physical activity in natural settings: Green and blue exercise* (p. 210-225). Routledge.
- Marcus, B. (2013). *Surfing: An illustrated history of the coolest sport of all time*. MBI Publishing Company.
- Marshall, J., Kelly, P. et Niven, A. (2019). "When I go there, I feel like I can be myself." Exploring programme theory within the Wave project surf therapy intervention. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(12), 1-17. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122159>
- Martin, P. et Priest, S. (1986). Understanding the adventure experience. *Journal of Adventure Education* 3(1), 18-21.
- Matos, M. G. (2017). Surfing for social integration: Mental health and well-being promotion through surf therapy among institutionalized young people. *Journal of Community Medicine and Public Health Care*, 4(1), 1-6. <https://doi.org/10.24966/CMPH-1978/100026>
- Mazaniello-Chézol, M. et Corbière, M. (2020). L'examen de la portée (scoping review/study) : synthèse des rôles et actions des acteurs impliqués dans le retour au travail des employés en absence maladie due à un trouble mental courant. Dans M. Corbière et N. Larivière (dir.), *Méthodes qualitatives, quantitatives et mixtes : dans la recherche en sciences humaines, sociales et de la santé* (p. 271-306). Presses de l'Université du Québec.
- McArthur, K., Jorgensen, D., Climstein, M. et Furness, J. (2020). Epidemiology of acute injuries in surfing: Type, location, mechanism, severity, and incidence: A systematic review. *Sports*, 8(2), 25. <https://doi.org/10.3390/sports8020025>
- Michael, T., Halligan, S. L., Clark, D. M. et Ehlers, A. (2007). Rumination in posttraumatic stress disorder. *Depression and Anxiety*, 24(5), 307-317. <https://doi.org/10.1002/da.20228>
- Mishna, F., Michalski, J. et Cummings, R. (2001). Camps as social work interventions: Returning to our roots. *Social Work with Groups*, 24(3-4), 153-172. https://doi.org/10.1300/J009v24n03_11
- Moore, A. M., Clapham, E. D. et Deeney, T. A. (2018). Parents' perspectives on surf therapy for children with disabilities. *International Journal of Disability, Development and Education*, 65(3), 304-317. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2017.1400660>
- Moran, K. et Webber, J. (2013). Surfing Injuries Requiring First Aid in New Zealand, 2007-2012. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 7(3), 192-203. <https://doi.org/10.25035/ijare.07.03.03>
- Morgan, P. (2010). Get Up. Stand Up. Riding to resilience on a surfboard. *Child & Family Social Work*, 15, 56-65. <https://doi.org/doi:10.1111/j.1365-2206.2009.00637.x>
- Munn, Z., Peters, M. D. J., Stern, C., Tufanaru, C., McArthur, A. et Aromataris, E. (2018). Systematic review or scoping review? Guidance for authors when choosing between a systematic or scoping review approach. *BMC Medical Research Methodology*, 18(1), 1-7. <https://doi.org/doi:10.1186/s12874-018-0611-x>
- Nadel, M. et Scher, S. (2019). *Not just play: Summer camp and the profession of social work*. Oxford University Press.
- Nerothin, P. H. (2017). *A phenomenological investigation of lifestyle surfers from San Diego* (Publication Number 10747452). Prescott College.
- Orson, C. N., McGovern, G. et Larson, R. W. (2020, Jun). How challenges and peers contribute to social-emotional learning in outdoor adventure education programs. *Journal of Adolescence*, 81, 7-18. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.02.014>
- Pereira, A. I., Ferreira, C., Oliveira, M., Evangelista, E. S., Ferreira, J., Roberto, M. S., Tereso, S., Pereira, A. M., Neves, S. et Crespo, C. (2020). Effectiveness of a combined surf and psychological preventive intervention with children and adolescents in residential childcare: A randomized controlled trial. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(2), 22-31. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.07.2.3>
- Peters, M. D., Godfrey, C. M., Mcinerney, P. et Baldini Soares, C. (2015). Guidance for conducting systematic scoping reviews. *International Journal of Evidence-Based Healthcare*, 13(3), 141-146. <https://doi.org/10.1097/XEB.0000000000000050>
- Ponting, J. (2021). Surf Therapy. Dans N. Harper et W. Dobud (dir.), *Outdoor Therapies: An introduction to practices, possibilities and critical perspectives* (p. 146-158). Routledge.
- Puckert, D. K., Noack, M. et Wieprecht, S. (2018). Neckarwelle: A river surfing wave facility in the heart of the city of Stuttgart. *HydroLink*, 2, 38-40.
- Riverbreak: The International River Surf magazine (s.d.). *More about Québec*. <http://riverbreak.com/tag/quebec/>

- Rogers, C. M., Mallinson, T. et Peppers, D. (2014, juillet-août). High-intensity sports for posttraumatic stress disorder and depression: Feasibility study of ocean therapy with veterans of Operation Enduring Freedom and Operation Iraqi Freedom. *American Journal of Occupational Therapy*, 68(4), 395-404. <https://doi.org/10.5014/ajot.2014.011221>
- Russell, K. C., Gillis, H. L. et Kivlighan, D. M. (2017). Process factors explaining psycho-social outcomes in adventure therapy. *Psychotherapy*, 54(3), 273-280. <https://doi.org/10.1037/pst0000131>
- Schertz, K. E., Meidenbauer, K. L. et Berman, M. G. (2021). Understanding the affective benefit of interacting with nature. Dans E. Brymer, M. Rogerson et J. Barton (dir.), *Nature and Health : Physical activity in nature* (p. 7-22). Routledge.
- Taylor, J. (2013). Giving kids a break: How surfing has helped young people in Cornwall overcome mental health and social difficulties. *Mental Health and Social Inclusion*, 17(2), 82-86. <https://doi.org/10.1108/20428301311330135>
- Turcotte, D. et Lindsay, J. (2019). *L'intervention sociale auprès des groupes* (4^e éd.). Gaëtan Morin.