

Le bien-être à l'école : approche psychologique

Céline Giron
MCF Psychologie
INSPE de Paris
celine.giron@inspe-paris.fr

Introduction

- L'éducation et la formation sont supposées œuvrer à **l'épanouissement** des personnes.
- On considère les **enfants comme acteurs de leur développement**. Il s'agit de les aider à développer leurs compétences cognitives, émotionnelles et sociales (CPS), afin de favoriser leur **bien-être**.
- **Nouvelle conception** : la réussite des élèves ne se réduit pas à leurs performances académiques, elle renvoie aussi à leur bien-être dans leurs contextes de vie, en particulier à l'école.
- Le bien-être à l'école n'est plus un **supplément d'âme**. Cf référentiel de compétences des métiers du professorat et de l'éducation de 2013.

Introduction

- Expériences scolaires : susceptibles de jouer un rôle dans leur **qualité de vie globale** et leur **développement personnel**.
- **Elèves satisfaits** de leur vie à l'école
=> meilleures ressources adaptatives (= coping),
accroissement des ressources personnelles,
engagement vers le succès scolaire (Randolph et al. 2009).
- **Elèves insatisfaits** de leur vie à l'école => plus faible satisfaction de vie globale, facteur de risque santé physique et mentale (Randolph et al. 2009)

Introduction

- Corrélation entre bien-être à l'école et performance scolaire (pas de lien causal)
- Ecole = lieu d'épanouissement personnel
Les expériences vécues à l'école sont susceptibles de jouer un rôle dans le développement personnel de l'élève, sa qualité de vie globale et ses trajectoires de vie
- Lien entre bien-être et santé
Les élèves qui se trouvent bien dans leur école sont moins susceptibles de se livrer à des activités dangereuses pour la santé.

Le bien-être scolaire : recherche et actions

Le Centre national d'étude des systèmes scolaires (CNESCO)

le cnam
cnesco

[f](#) [in](#) [Rechercher...](#) [Rechercher](#)

[Espace presse](#) [Français](#)

Cnesco • Publications • Conférences consensus • Conférences internationales • Partenariats internationaux

[Bien-être à l'école](#)

Bien-être à l'école

[Projets innovants](#)

[Ressources scientifiques](#)

[Préconisations](#)

En résumé

À la suite de son rapport scientifique sur la qualité de vie des élèves, publié en 2017, le Cnesco poursuit son analyse des enjeux du bien-être à l'école, des politiques et des dispositifs qui peuvent y contribuer. Il interroge plus particulièrement le rôle des écoles et des établissements scolaires, en intégrant dans sa réflexion les personnels, en premier lieu les enseignants.

Cette démarche nécessite tout d'abord de déterminer comment un système éducatif prend en compte et évalue cette dimension, du côté des élèves comme des personnels. À cette question des politiques éducatives nationales et des instruments, s'ajoute celle des possibilités d'action d'une école ou d'un établissement scolaire en faveur du bien-être des élèves, notamment à travers l'organisation des espaces et du temps scolaire, mais aussi les questions de santé et du vivre ensemble. Plus largement, le rôle des actions auprès des acteurs de la communauté éducative et l'influence de ces actions sur leur bien-être font l'objet d'une attention particulière. Ce dernier volet est l'occasion de proposer une réflexion concernant la gestion de la relation éducative en classe, la lutte contre le harcèlement et la gouvernance des établissements scolaires.



[Dossier de synthèse](#) [Fiche thématique](#)

Paroles d'experts



[Pièrre 1 : Comment un système éducatif prend-il en compte la question du bien-être à l'école et avec quels instruments ?](#) – Kiri PRHALTO, Ruzhen LI, Marie-Noël VERCAMBRE-JACQUOT, Benoit GALAND

[Pièrre 2 : Comment l'organisation d'une école ou d'un établissement scolaire peut-elle contribuer au bien-être des élèves et des professionnels ?](#) – Benjamin CLEVELAND, Ed BAINES, Andreas RASCH-CHRISTENSEN, Melissa SCHLINGER

[Pièrre 3 : Comment les actions menées auprès des différents acteurs de la communauté éducative peuvent-elles favoriser leur bien-être ?](#) – Margaret BARRY, Bong Joo LEE, Annalaura NOCENTINI, France GRAVELLE

[Programme](#)



22 % des élèves de 15 ans déclarent avoir subi au moins une forme de violence au moins une fois par mois

Pisa 2022

Le Cnesco a organisé une conférence de comparaisons internationales intitulée « Le bien-être à l'école : comment les écoles et les établissements scolaires peuvent-ils favoriser le bien-être de leurs élèves et de leurs personnels ? » en novembre 2023, au siège social de MGEN. Il s'est associé à [France Education International](#), [Réseau Canopé](#), le [réseau des Insep](#) et [MGEN](#) pour l'organisation de cette conférence. Des conférences jumelles et des ateliers jumeaux dans des Écoles académiques de la formation continue (EAPC), des Instituts nationaux supérieurs du professorat et de l'éducation (Inspé) et des Cellules académiques recherche développement innovation et expérimentation (Cardie) ont été organisés dans les académies de Besançon, Dijon, Grenoble, La Martinique, Lyon, Nantes, Paris, Reims, Toulouse et Versailles. Des ateliers jumeaux ont également été organisés par [Réseau Canopé](#) en lien avec des académies.

[En savoir plus sur les conférences jumelles du Cnesco](#)

Pour aller plus loin...

Découvrez le rapport scientifique du Cnesco sur la [qualité de vie à l'école](#), appuyé sur neuf contributions, et une enquête inédite sur la restauration et l'architecture scolaires (octobre 2017).

[Dossier qualité de vie à l'école](#)

<https://www.cnesco.fr/fr/le-bien-etre-a-lecole/>

CONFÉRENCE DE COMPARAISONS INTERNATIONALES

BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE

Comment les écoles et les établissements scolaires peuvent-ils favoriser le bien-être de leurs élèves et de leurs personnels ?



PROGRAMME

#CCI_BIEN-ETRE

LES 21 ET 22 NOVEMBRE 2023

MGEN MUTUELLE

3 square Max Hymans - 75015 PARIS

En partenariat avec :

FRANCE
EDUCATION
INTERNATIONAL

mgen⁺
GROUPE vvv

RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
*Liberté
Égalité
Fraternité*

RESEAU CANOPE
CANOPÉ
LE RÉSEAU DE CRÉATION
ET D'ACCOMPAGNEMENT PÉDAGOGIQUES

INSPE
R
RÉSEAU DES INSPE

Le bien-être scolaire : recherche et actions

Le Conseil Scientifique de l'Education Nationale (CSEN)

GT11 – BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE

Si le sommeil, l'activité physique ou encore les compétences psycho-sociales sont implicitement considérés comme des facteurs de bien-être physique et psychique, que sait-on de leur impact sur les performances scolaires ?

Les travaux scientifiques en psychologie et neurosciences mettent en avant leur rôle clé pour les apprentissages. Le groupe de travail dédié au bien-être des élèves s'attache à déterminer les interventions qui paraissent les plus efficaces afin de dresser des recommandations concrètes.

Il a contribué à la production d'une synthèse de la recherche et des recommandations, et à l'organisation d'une conférence internationale sur l'influence du sommeil sur les apprentissages. Ses travaux ont également donné lieu à une note sur l'impact de l'activité physique sur le fonctionnement cognitif et les performances scolaires.

Découvrir la note n°6 du CSEN sur l'activité physique 

Consulter la synthèse du CSEN sur le sommeil et les apprentissages 

Regarder sur YouTube la vidéo "Fred explique-moi comment le sommeil nous aide à mieux apprendre ?" 

Le bien-être scolaire : recherche et actions

Le MEN

SUIVI DE LA SANTÉ DES ÉLÈVES Le suivi de la santé des élèves fait partie des missions de l'École. Il est assuré tout au long de la scolarité, au travers de visites médicales et de dépistage notamment. Suivi de la santé des élèves	PARCOURS ÉDUCATIF DE SANTÉ De la maternelle au lycée, le parcours éducatif de santé vise à assurer l'éducation à la santé, la protection de la santé des élèves et la prévention des conduites à risques. Parcours éducatif de santé	ÉDUCATION À L'ALIMENTATION ET AU GOÛT L'éducation à l'alimentation et au goût intervient en classe tout au long de la scolarité. Les enseignants contribuent à l'acquisition des bonnes habitudes alimentaires : la sensibilisation des élèves peut se faire en classe, conformément aux programmes scolaires, ou dans le cadre d'activités spécifiques Éducation à l'alimentation et au goût
ÉDIFIER À LA VIE AFFECTIVE ET RELATIONNELLE, ET À LA SEXUALITÉ Dans le premier degré, les apprentissages portent sur la vie affective et relationnelle. Dans le second degré, les thématiques sont plus complexes. Consultez les programmes par niveau scolaire. Éduquer à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité	PRÉVENTION DE L'ENDOMÉTRIOSE L'endométriose est une maladie chronique et souvent douloureuse qui toucherait aujourd'hui environ une femme sur dix en âge de procréer. Cette maladie débute souvent à l'adolescence et est sous-diagnostiquée, d'où l'importance de sensibiliser les jeunes aux symptômes. Prévention de l'endométriose dans les établissements scolaires	BONNES POSTURES ET POIDS DU CARTABLE Le poids du cartable et ses conséquences sur la santé des élèves sont une préoccupation du ministère chargé de l'Éducation nationale, qui s'engage pour lutter contre les charges excessives à tous âges de la scolarité et leurs effets sur la santé des élèves. Il attache également une grande importance à la posture à l'école et à la maison et aux pathologies dorsales. Bonnes postures et poids du cartable
PRÉVENTION DES CONDUITES ADDICTIVES La prévention des conduites addictives en milieu scolaire s'inscrit dans une démarche globale de promotion de la santé et d'éducation à la citoyenneté. Prévention des conduites addictives	CLIMAT SCOLAIRE ET PRÉVENTION DES VIOLENCES Un climat scolaire serein est une condition essentielle pour assurer les bonnes conditions de travail, le bien-être et l'épanouissement des élèves. Climat scolaire et prévention des violences	FORMATION AUX PREMIERS SECOURS ET GESTES QUI SAUVENT Le développement d'une culture commune de la sécurité passe par la sensibilisation et la formation des élèves, aux premiers secours et aux gestes qui sauvent, durant leur scolarité. Formation aux premiers secours et gestes qui sauvent

<https://www.education.gouv.fr/bien-etre-et-sante-des-eleves-12323>

Le bien-être scolaire : recherche et actions



Séminaire

Bâtir l'école de la santé & du bien-être



14 Décembre 2022
De 13h à 17h30

Salle Odette Pilpoul
Mairie de Paris Centre
2 rue Eugène Spuller
75003 Paris

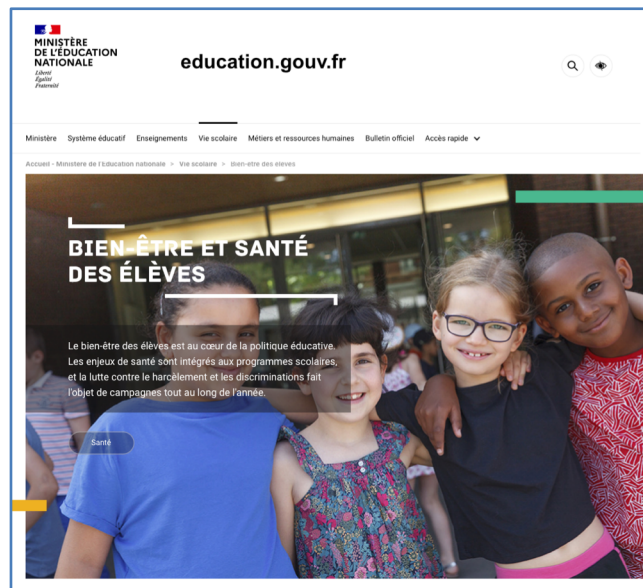
Cliquer ici pour
accéder au programme
et aux informations

Programme du séminaire

Bâtir l'école du bien-être : La santé mentale des jeunes au coeur de nos préoccupations

13h - 13h30	Accueil des participants
13h30 - 13h55	Ouverture
13h55 - 14h	Capsule vidéo d'interview d'élèves
14h - 14h15	« Intérêt de la qualité de vie à l'école » par Agnès Florin, Professeur émérite (Nantes Université) et responsable du CNESCO
14h15 - 14h20	Temps d'échanges
14h20 - 14h35	« Comment repérer et accompagner le mal être » par Nicole Catheline, Pédiopsychiatre
14h35 - 15h40	Temps d'échanges
15h40 - 15h55	« Pour un climat scolaire positif » par Caroline Veltcheff, IA-IPR-EVS
15h55 - 16h	Temps d'échanges
16h - 16h15	« L'art au service de la santé » Expérience de mouvement en musique par Romain de Mesmay, Violoniste
16h15 - 16h30	Pause
16h30 - 16h45	« L'école, un lieu de soin ? » par Martin DUMONT, Titulaire de la Chaire de philosophie à l'Hôtel-Dieu (ENS - AP-HP)
16h45 - 16h50	Temps d'échanges
16h50 - 17h05	« Transfert et contre-transfert à l'école » par Eric Corbobbese, Psychiatre ASM13 Centre Alfred BINET
17h05 - 17h10	Temps d'échanges
17h10 - 17h25	« La santé mentale, entre violence et résilience : les polys exclus » par Dr Dominique Monchablon, Psychiatre, cheffe de service du relais étudiants lycéens de la FSEF et Sophie Martin, Professeure d'Histoire/ Géographie à l'annexe du Lycée Jean-Baptiste SAY Clinique Paris XIII, PFA Académie de Paris
17h25 - 17h30	Temps d'échanges
17h30	Clôture
17h45	Moment de convivialité (péristyle de la Mairie)

Bien-être



<https://www.education.gouv.fr/bien-etre-et-sante-des-eleves-12323>



Sénat – 22/10/2024

Tous pour le bien-être à l'école ?

Bien-être à l'école : chiffres clés

- 22 % des élèves de 15 ans déclarent avoir subi au moins une forme de violence au moins une fois par mois ([Pisa 2022](#)).
- 43 % des filles de CM1/CM2 déclarent un sentiment de peur à l'école (30 % des garçons) et 32 % d'entre elles un sentiment de peur dans les toilettes de l'école (16 % des garçons) ([Enquête climat scolaire et victimation](#) 2021, Depp).
- 22 % des élèves français déclarent que leurs parents ne parlent jamais ou presque jamais avec eux des problèmes qu'ils pourraient avoir à l'école (moyenne OCDE : 13 %) ([Pisa 2022](#)).

Bien-être à l'école : chiffres clés

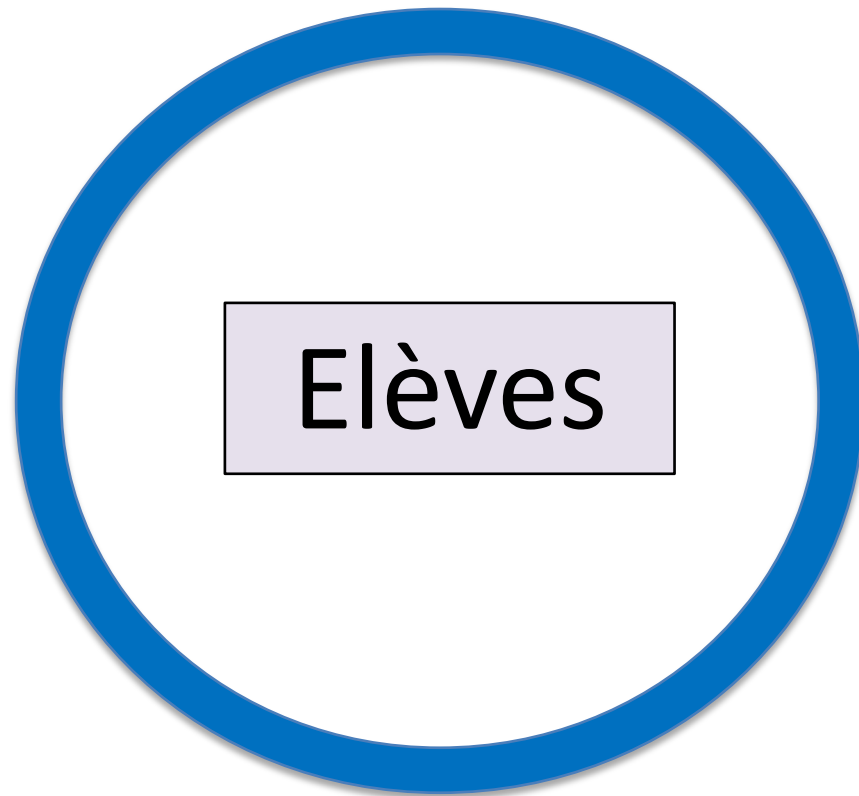
- Talis 2024: enquête internationale sur les pratiques professionnelles, conditions d'exercice et perceptions du métier des enseignants, directeurs d'école ou d'établissement et chefs d'établissement.
- Neuf enseignants sur dix déclarent se sentir souvent heureux lorsqu'ils enseignent, une satisfaction proche de celle observée dans les comparaisons internationales.
- Ils sont 4 % à estimer que leur métier est valorisé dans la société, taux le plus bas au niveau international.
- Les sources de stress des enseignants de collège :
 - Suivre l'évolution des exigences institutionnelles (62%)
 - Avoir trop de charges administratives (58%)
 - Adapter les séances pour les élèves ayant des BEP (49%)
 - Avoir trop de devoirs à corriger (49%)
 - Répondre aux préoccupations des parents (49%)
 - Maintenir la discipline en classe (49 %)

Les préconisations phares du CNESTCO

Des préconisations pour favoriser le bien-être des élèves et des personnels dans les écoles et les établissements scolaires

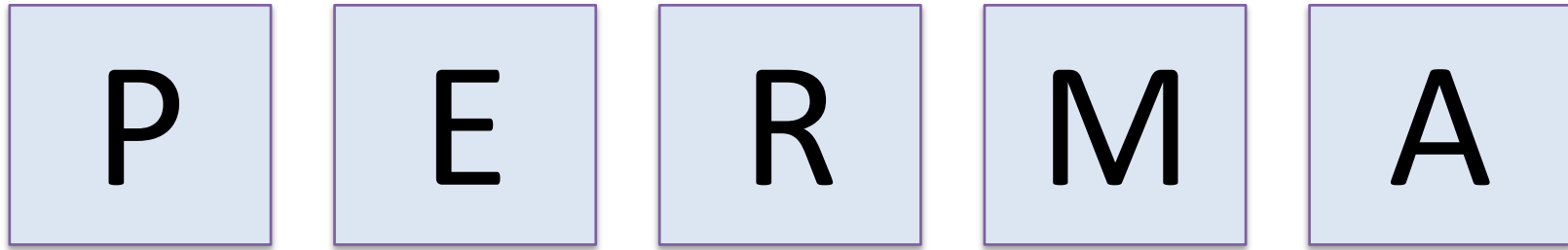
1. Faire de chaque école et de chaque établissement un lieu accueillant
2. Améliorer les conditions de travail des personnels, pour accroître leur bien-être et celui des élèves
3. Renforcer les liens entre les acteurs au sein de chaque école et de chaque établissement
4. Prendre en compte la question du bien-être dans le pilotage des écoles et des établissements
5. Mener des actions ciblées en faveur du bien-être dans les écoles et dans les établissements

Bien-être à l'école



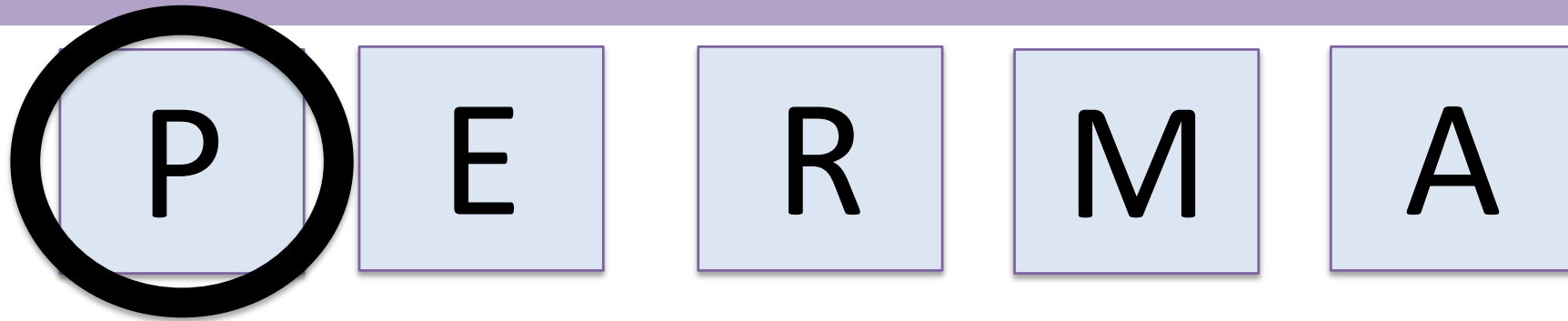
Personnels

Le bien-être scolaire



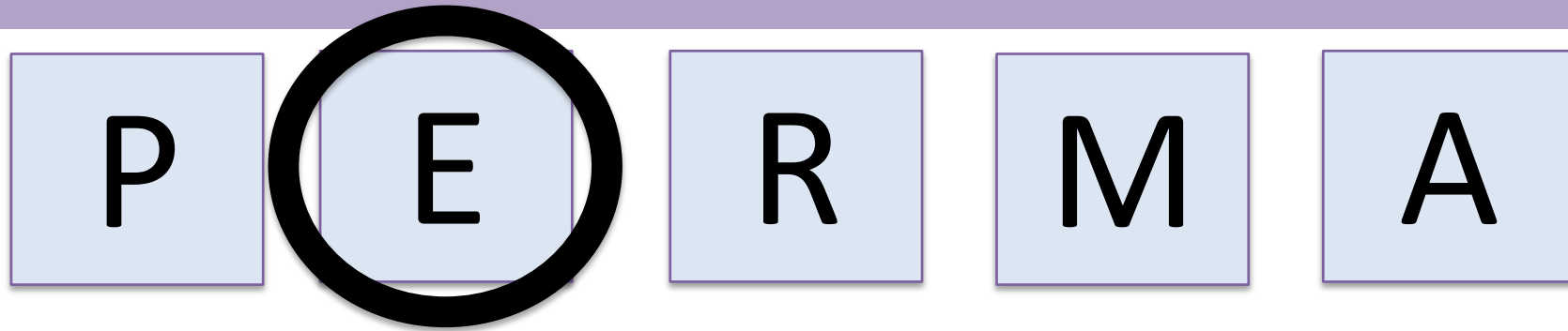
- Modèle PERMA
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish*. Simon & Schuster.
- 5 déterminants fondamentaux

Le bien-être scolaire



- Le premier déterminant concerne les émotions positives (P).
- Les émotions dites positives telles que la joie, la fierté ou l'amour, jouent un rôle important dans le sentiment de bien-être des individus (court terme)
- Elles jouent aussi un rôle important pour favoriser un bien-être durable. Elles améliorent notamment la capacité à faire face aux situations complexes, facilitent l'ouverture attentionnelle visant à acquérir de nouvelles connaissances, et jouent un rôle dans l'engagement cognitif et l'expérience d'apprentissage (Gay et al., 2019).
- Les recherches ont mis en évidence que la fréquence de ces émotions était plus importante que l'intensité de celles-ci.
- Les préconisations qui découlent du modèle PERMA consistent donc à planifier des actions pédagogiques visant à induire des émotions agréables et énergisantes dans les temps scolaires.

Le bien-être scolaire



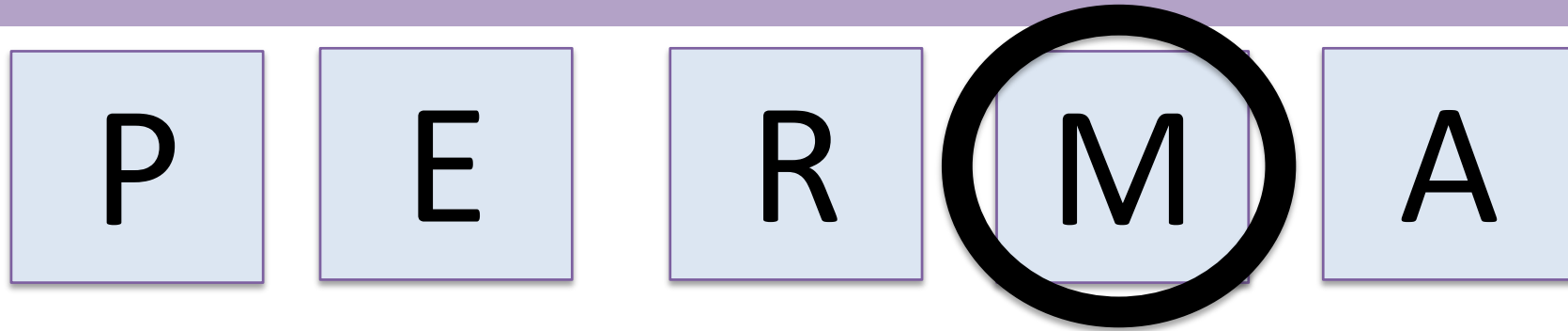
- Le deuxième déterminant concerne l'engagement (E).
- Le bien-être est caractérisé par un engagement dans des activités captivantes et qui représentent un défi pour la personne.
- Il lui permet de poursuivre des buts personnels en mobilisant pleinement ses compétences.
- Ce type d'activités permet de faire l'expérience du « *flow* » (Csikszentmihalyi, 1990). Il s'agit d'une expérience au cours de laquelle la personne se sent en pleine possession de ses moyens, où les gestes se déroulent avec fluidité, et l'activité aboutit à une augmentation du sentiment de compétence et d'accomplissement.
- Les sensations agréables engendrées par l'état de *flow* génèrent une motivation intrinsèque à renouveler l'expérience.
- Préconisation : Il est nécessaire de trouver un équilibre, pour chaque élève, entre les compétences pouvant être mobilisées et le défi qui est proposé dans la tâche donnée.

Le bien-être scolaire



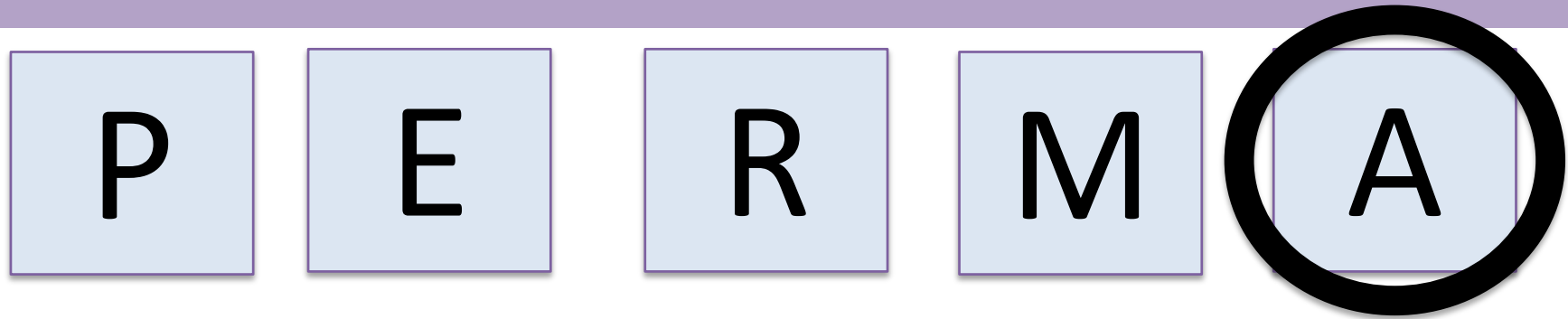
- Le troisième élément fait référence aux relations positives (R).
- Il se rapporte au domaine des liens interpersonnels qui contribuent à améliorer le bien-être au quotidien.
- À l'école, ces liens concernent le soutien social, les relations constructives et satisfaisantes avec les pairs ou la cohésion de groupe.
- La qualité de l'attachement ainsi que les compétences relationnelles représentent des facteurs protecteurs fondamentaux, en particulier chez les adolescent·e·s (Shankland, Fouché, et al., 2018 ; Tessier et al., 2020).
- Préconisation : sentiment d'appartenance, coopération, ...

Le bien-être scolaire



- Le sens de la vie est le quatrième déterminant (M pour *meaning*)
- Les individus trouvent du sens essentiellement au travers de trois dimensions :
 - en priorité la dimension affective et relationnelle, en particulier l'amour, l'amitié , ...
 - puis la dimension cognitive, qui comprend les croyances, la philosophie de vie, les valeurs,
 - et enfin la dimension comportementale, c'est-à-dire l'engagement dans une activité en cohérence avec ses valeurs (Steger et al., 2013).
- Cette dernière dimension rejoint l'importance pour l'élève de mettre du sens sur son activité scolaire.

Le bien-être scolaire



- Le dernier élément fait référence à la notion d'accomplissement (A).
- Il renvoie au sentiment de progression en direction de buts personnels, à un sentiment de compétence dans les actions menées, à une impression de réussite dans la vie et au dépassement de soi (Benny, 2016).
- Cette composante est ainsi étroitement liée à la dimension d'engagement et au sens de la vie, mais aussi au modèle des besoins psychologiques fondamentaux (TAD).

La théorie de l'autodétermination

- La théorie de l'autodétermination : Deci et Ryan, 1985
- La TAD postule qu'une manière efficace de promouvoir le bien-être des personnes et leur motivation à agir consiste à trouver des moyens de répondre à leurs besoins psychologiques fondamentaux.
- 3 besoins :
 - Sentiment d'autonomie
 - Sentiment de compétence
 - Sentiment de proximité relationnelle



La théorie de l'autodétermination

- Le premier besoin psychologique concerne le **sentiment d'autonomie**.
- Sentiment d'être à l'origine de ses choix, de ses actions ou, si ce n'est pas le cas, de percevoir une cohérence entre les actions qu'il est demandé de faire et les valeurs de l'individu.
- Il importe donc de comprendre le sens, l'intérêt et l'utilité de ce qui est proposé par exemple dans le cadre de l'école, afin de permettre une motivation et un sentiment de bien-être scolaire.

La théorie de l'autodétermination

- Le deuxième besoin psychologique est le **sentiment de compétence**.
- Sentiment de pouvoir faire face aux exigences de la tâche demandée.
- Par exemple, lorsque l'enfant sent qu'il ou elle progresse à l'école grâce à ses efforts, cela tend à renforcer son sentiment de compétence vis-à-vis des activités scolaires.
- « Tu peux être fier de toi ».
- Identifier ses compétences

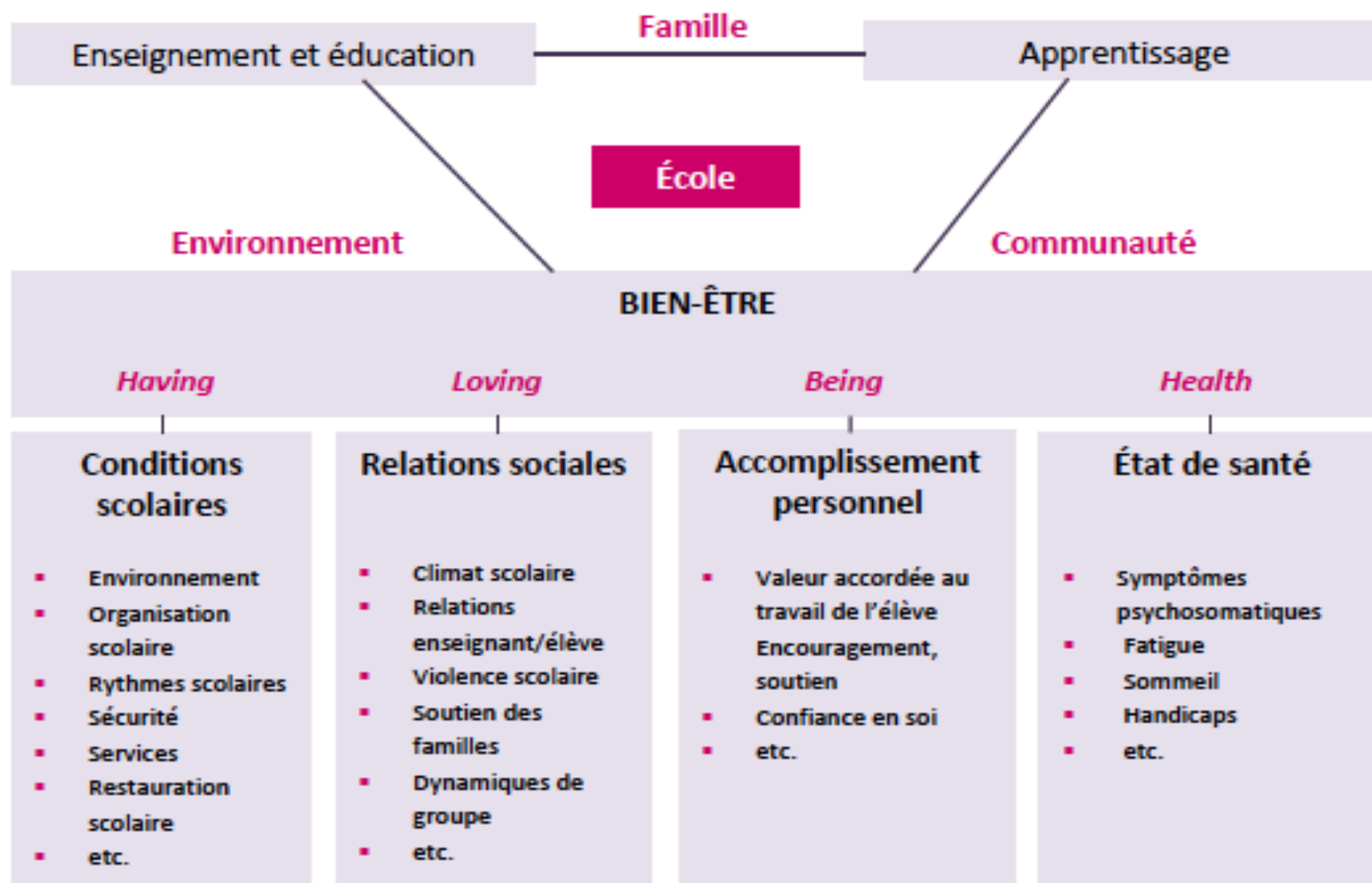
La théorie de l'autodétermination

- Le troisième besoin psychologique est le **sentiment de proximité relationnelle**.
- Sentiment d'appartenance sociale, correspondant au fait de se sentir accepté et apprécié.
- Par exemple, lorsque l'enfant sent qu'il est accepté et apprécié par son enseignant et/ou ses camarades de classe, cela soutient son besoin de proximité relationnelle, ce qui favorise la motivation, l'engagement et le bien-être scolaire.
- Favoriser le sentiment d'appartenance + l'estime de soi

Modèle finnois du bien-être à l'école

- **Konu et Rimpela** (2002) ont proposé un modèle sociologique du bien-être appliqué à l'école.
- Le bien-être = un état dans lequel l'individu peut satisfaire trois besoins de base : *having*, *loving* et *being*.
- ***Having*** = conditions matérielles de vie scolaire (l'environnement physique, l'environnement d'apprentissage, les services aux élèves)
- ***Loving*** = relations interpersonnelles et sociales (relations élèves-enseignants, les relations avec les camarades et la communauté éducative)
- ***Being*** = besoins de développement personnel des élèves apportés par des dispositifs favorisant sa participation aux prises de décision, ses prises d'initiatives, sa confiance en soi.
- Il convient d'ajouter ***Health*** : l'état de santé relatif aux symptômes physiques, psychologiques ou somatiques (élément important du bien-être des élèves à l'école)

Le modèle du bien-être à l'école de Konu et Rimpela (2002)



L'effet des pratiques pédagogiques sur le bien-être des élèves

Baudoin, N. & Galand, B. (2021). Les pratiques des enseignants ont-elles un effet sur le bien-être des élèves ? Une revue critique de la littérature. *Revue française de pédagogie*, 211, pp. 117-146.

<https://doi.org/10.4000/rfp.10559>



- Méta-analyse
- 5 grandes catégories de pratiques
 - les pratiques de soutien social,
 - les pratiques favorisant l'autonomie des élèves,
 - les pratiques de gestion de classe,
 - les pratiques soutenant l'apprentissage des élèves
 - les pratiques mettant l'accent sur la performance

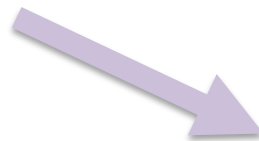
- **Soutien social des enseignants**
 - Soutien émotionnel : attention et respect à l'élève
 - Soutien instrumental : aide fournie à l'élève



Bien-être

- **Soutien à l'autonomie et à la participation**

- Théorie de l'autodétermination de Deci et Ryan
- 3 besoins
- Besoin de compétence : la sensation qu'on éprouve lorsqu'on interagit efficacement avec son environnement et lorsqu'on a l'occasion d'utiliser ses capacités.
- Besoin de relation sociale : se sentir connecté aux autres, être attentif à autrui et avoir un sentiment d'appartenance à la fois aux autres individus mais aussi à des communautés de personnes
- **Besoin d'auto-détermination** : être à l'origine de son propre comportement, faire ses propres choix, faire entendre sa voix



Bien-être

- **Gestion de classe et gestion de la discipline**
 - Donner des règles claires, cohérentes et les appliquer de manière équitable
 - Effet sur le climat scolaire et sur le sentiment de justice



Bien-être

- **Soutien à l'apprentissage**

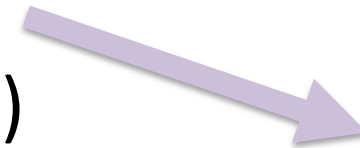
- Environnement d'apprentissage facilitant l'apprentissage par des objectifs clairs, une guidance appropriée et des rétroactions régulières



Bien-être

- **Accent mis sur la performance**

- Développement de ses compétences et progression par rapport à soi (structure de maîtrise)
- Démonstration de ses compétences et surpasser les autres (structure de performance)



Bien-être

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

1/ Caractéristiques individuelles (âge)

- Les élèves les plus jeunes sont plus satisfaits de l'école que les élèves plus âgés.
- **Age** : moindre capacité des établissements scolaires accueillant les élèves plus âgés à répondre à leurs besoins, augmentation des exigences scolaires et individuelles, diminution de l'attention des élèves et de leur intérêt pour l'école avec l'âge

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

1/ Caractéristiques individuelles (sexe)

- **Les filles sont plus satisfaites de l'école que les garçons.**
- **Sexe** : Les garçons ont plus de difficultés que les filles à s'adapter aux exigences scolaires. Les filles développent une attitude plus positive à l'égard de l'école, leurs conduites sont davantage en adéquation avec la demande scolaire. On sait aussi que les garçons sont davantage critiqués par leurs enseignants, ce qui réduit leur niveau de satisfaction scolaire.

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

1/ Caractéristiques individuelles (précarité)

- La satisfaction scolaire des enfants issus de **familles en situation précaire** est souvent moindre que celle des enfants issus de **familles en situation plus favorisée**.
- **Milieu défavorisé** : moindre soutien au sein de la famille, donc élèves plus sensibles au soutien de leurs enseignants. Elèves davantage victimes de violence. Plus grande vulnérabilité.

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

1/ Caractéristiques individuelles (situation de handicap)

- Les parents d'enfants en situation de handicap portent un **regard plutôt positif** sur la qualité de l'enseignement et le bien-être de leur enfant à l'école
- Cependant, les parents d'enfants en situation de handicap sont plus nombreux que les autres parents à estimer que leur **enfant est mal à l'aise**, voire très mal à l'aise dans son établissement.

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

1/ Caractéristiques individuelles (situation de handicap)

- Les enfants à besoins spécifiques ne semblent pas présenter une qualité de vie altérée par rapport aux enfants sans handicap. Mais plusieurs recherches soulignent leur plus **faible estime de soi**.
- Rappel : **bénéfices de l'inclusion scolaire** sur le développement des apprentissages et de la socialisation, tant chez les enfants en situation de handicap que des enfants au développement typique.

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

2/ La classe

2.1 Le climat d'entraide dans la classe et **le soutien de l'enseignant** sont des facteurs clés.

- S'impliquer dans les activités scolaires et contrôler son propre environnement (auto-détermination)
- Sentiment d'être respecté et d'être en sécurité
- Se sentir soutenu par son enseignant et ses pairs
- Bénéficier en classe d'un climat favorisant l'entraide et le soutien

= Satisfaction scolaire

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

2/ La classe

2.2 La satisfaction scolaire dépend des **activités faites en classe**.

Motivation et satisfaction scolaire sont renforcées quand :

- Les activités offrent un niveau optimal de défi intellectuel.
- Les activités génèrent de la part des enseignants des feed-backs informationnels plutôt qu'évaluatifs.
- Les propos relèvent de la reconnaissance des efforts de maîtrise plutôt que la simple performance scolaire.
- La compétition interpersonnelle est limitée.

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

3/ L'établissement

Le climat scolaire varie sensiblement d'un établissement à un autre.

Mais **l'effet établissement** est relativement peu important (de l'ordre de 3%), comparé à l'impact des variables liées à l'élève.

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

3/ L'établissement

L'aménagement des espaces a une influence sur les performances et le bien-être.

Facteurs :

1. Confort (lumière, bruit, température, ...)
2. Satisfaction des besoins cognitifs (pièces identifiées, personnalisées, adaptées à la pédagogie des enseignants, ...)
3. Esthétisme (harmonie des couleurs, agencement des différents éléments en classe, ...)

Bruit => fatigue, stress, concentration, troubles du comportement

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

3/ L'établissement

Sentiment d'insécurité : espaces non surveillés comme les abords du collège, la cour et les toilettes.

Toilettes : problème récurrent.

- 1/3 des élèves de primaire et de collège déclarent craindre de se rendre aux toilettes de leur établissement.
- 46% des collégiens citent en 2017 les toilettes comme étant l'un des moins sécurisants de l'établissement.
- Conséquence sur la santé, l'hygiène et l'intimité

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

3/ L'établissement

La restauration : elle participe à la santé, à la baisse des inégalités sociales, à l'éducation au goût et au vivre-ensemble.

Repas scolaire équilibré => meilleure concentration en classe + meilleurs résultats scolaires

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

3/ L'établissement

La qualité des relations enseignants / élèves contribue fortement au bien-être des élèves.

Rappel : **la qualité de vie des enseignants** est dépendante de la qualité de leurs interactions avec les élèves, de la discipline ou de l'indiscipline dans la classe et dans l'établissement, et elle est très liée à leur sentiment d'efficacité professionnelle.

Facteurs de la qualité de vie perçue à l'école

3/ L'établissement

La qualité de vie des élèves est corrélée au **soutien par les pairs**.

Les conflits avec les pairs font baisser le niveau de satisfaction scolaire.

Le soutien par les enseignants est plus déterminant à l'école primaire qu'au collège, et **celui des pairs** plus important au collège qu'à l'école primaire.

Performances scolaires et qualité de vie

- **La performance scolaire et la qualité de vie** sont significativement et positivement corrélées entre elles.
- **Perf. scolaire et satisfaction de vie corrélées avec** : les relations sociales avec les membres de sa famille, les pairs et les enseignants, la santé psy, le ressenti envers l'établissement scolaire et le sentiment d'appartenance à l'école.

Performances scolaires et qualité de vie

- La promotion d'un fort **sentiment d'appartenance** à l'école améliore la motivation et l'implication des élèves. Le développement d'une **culture de travail coopérative** favorise l'amélioration des résultats de l'ensemble des élèves.
- La bonne qualité du climat scolaire permet **d'atténuer l'impact négatif du contexte socio-économique** dans la réussite scolaire.
- Plus les élèves se sentent bien à l'école, plus **ils se sentent compétents** et ceci a une incidence positive sur leurs performances scolaires.

Bien-être / Climat scolaire



L'effet de l'école inclusive sur les apprentissages scolaires et le développement socioaffectif des enfants à BEP

- Les bienfaits de l'inclusion scolaire ont été étudiés dans de nombreuses publications scientifiques.
- Exemple : méta-analyse de Oh-Young & Filler (2015) regroupant 24 études menées aux États-Unis entre 1980 et 2013 : Effets positifs de l'école inclusive à la fois sur le plan social et sur le plan académique des enfants en situation de handicap inclus en écoles ordinaires, comparés aux enfants scolarisés en classes ou écoles séparées.
- De plus, aucune méta-analyse n'a mis en évidence d'effets négatifs de l'inclusion scolaire sur le développement des apprentissages et de la socialisation des enfants en situation de handicap et des enfants tout-venant (Doudin & Lafortune, 2006).

Oh-Young, C., & Filler, J. (2015). A meta-analysis of the effects of placement on academic and social skill outcome measures of students with disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 47(NA), 80–92. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2015.08.014>

Doudin, P.A., & Lafortune, L. (2006). Une vision de l'aide aux élèves en difficulté entre inclusion et exclusion. Dans P.A. Doudin, & L. Lafortune (dir.), *Intervenir auprès d'élèves ayant des besoins particuliers : Quelle formation à l'enseignement ?* (p45-74). Presses de l'Université du Québec.

L'effet de l'inclusion scolaire sur la socialisation et les comportements adaptatifs

- Certains travaux suggèrent que la scolarisation en milieu ordinaire a une influence positive sur le développement des compétences sociales des élèves à BEP.
- Les travaux de Buckley et al. (2006) se sont attachés à évaluer les habiletés adaptatives et sociales de 46 enfants et adolescents anglais présentant une trisomie 21 âgés de 11 à 20 ans. 18 étaient scolarisés en classes ordinaires avec des élèves sans BEP et 28 dans des écoles spécialisées, et ce à temps plein pour l'ensemble de ces jeunes.
- En favorisant le contact avec des pairs tout-venant, le milieu ordinaire offre aux enfants un environnement plus stimulant pour développer leurs capacités expressives comparativement aux enfants des classes spécialisées qui sont « privés » de ces échanges.

L'effet de l'inclusion scolaire sur la socialisation et les comportements adaptatifs

- D'autres recherches montrent l'apport de la scolarisation en milieu ordinaire tant sur les comportements adaptatifs que sur les habiletés sociales des élèves en situation de handicap.
- Fischer & Meyer (2002) ont comparé les habiletés adaptatives et sociales de 40 enfants américains âgés de 6 à 11 ans en situation de handicap.
- Après deux ans de scolarisation, comparativement aux élèves de milieu spécialisé, les élèves scolarisés en classes ordinaires avec des enfants sans BEP ont gagné en indépendance et en autonomie dans les activités de la vie quotidienne.
- De plus, sur le plan social, ces derniers ont réalisé plus de progrès dans l'initiation des contacts et dans la gestion des situations négatives entre pairs par rapport aux élèves de milieu spécialisé.
- Il est important de spécifier que les élèves en situation de handicap scolarisés en milieu ordinaire bénéficiaient de soutien dispensé par des enseignants spécialisés issus d'institutions spécialisées.

Les effets de l'inclusion scolaire sur le bien-être et l'estime de soi des élèves à BEP

- Chevallier et al. (2015) ont évalué le niveau d'estime de soi de 42 élèves de 7 à 12 ans présentant un trouble du développement intellectuel, scolarisés dans six CLIS.
- Les résultats montrent que plus les enfants sont scolarisés longtemps en CLIS, meilleure est leur estime de soi dans la dimension « Valeur propre ».
- D'après ces auteurs, l'effet observé sur cette dimension s'expliquerait du fait que les enseignants ont des attentes pédagogiques déterminées plutôt en fonction des besoins et des capacités des élèves à l'instant T qu'en fonction de leur âge académique. Ces pratiques pédagogiques, en permettant aux élèves d'acquérir à leur rythme de nouvelles connaissances et compétences, renforceraient leur estime de soi.
- D'autres auteurs ajoutent que les activités pédagogiques réalisées au sein des CLIS permettent aux élèves de dépasser leurs difficultés et d'effacer le vécu douloureux ressenti en classe ordinaire (Bernier et al., 2022).

Chevallier, E., Courtinat-Camps, A., & de Léonardis, M. (2015). Estime de soi chez des élèves scolarisés en classe d'inclusion scolaire (CLIS). *Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence*, 63(2), 76–83. <https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2014.12.002>

Bernier, V., Gaudreau, N., & Massé, L. (2022). Le recours au retrait de la classe pour gérer les comportements difficiles au secondaire : qu'en pensent les élèves concernés ? *Enfance en difficulté*, 9, 175-198. <https://doi.org/10.7202/1091302ar>

Les effets de l'inclusion scolaire sur le bien-être et l'estime de soi des élèves à BEP

- Coudronnière et al. (2017) ont évalué la satisfaction de vie de 66 élèves âgés de 5 à 11 ans et présentant un trouble du développement intellectuel accueillis en IME ou en CLIS.
- De manière générale, ces enfants apparaissent globalement satisfaits de l'école.
- Toutefois, comparativement aux enfants accueillis en IME, les élèves de CLIS ont un bien-être altéré dans le domaine de l'école, s'expliquant par un environnement scolaire moins adapté à leurs besoins ou vécu comme plus stigmatisant par l'enfant. La présence d'un AESH est systématiquement associée à une moins bonne satisfaction dans le domaine de l'école.

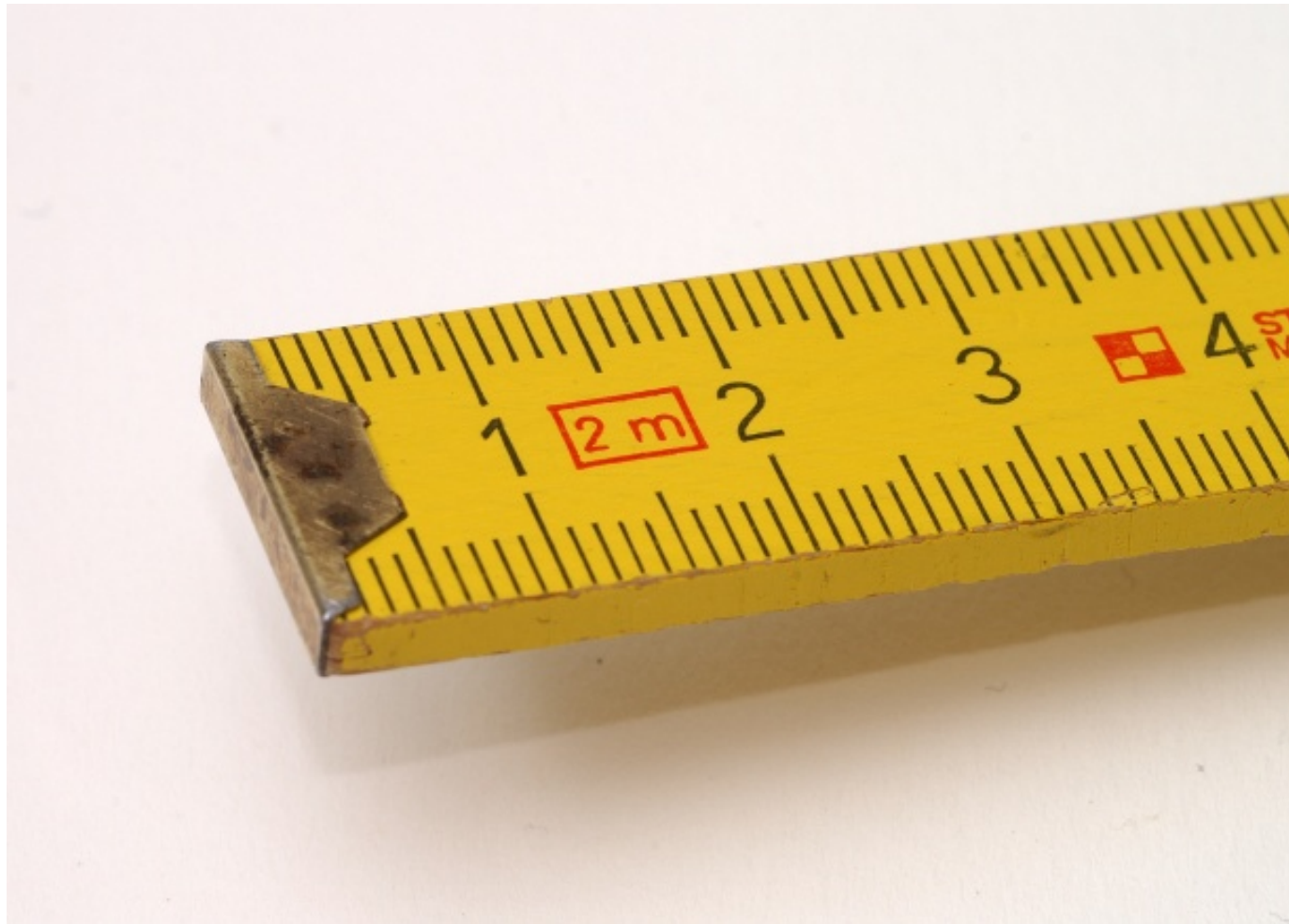
Les effets de l'inclusion scolaire sur le bien-être et l'estime de soi des élèves à BEP

- Par ailleurs, les résultats de cette étude montrent également que les enfants qui sont scolarisés depuis plus de deux ans en CLIS ont une meilleure appréciation de leur bien-être dans le domaine des relations paritaires que celle des enfants scolarisés depuis moins de deux ans.
- Le milieu scolaire inclusif permet de diminuer la stigmatisation sociale causée en partie par la méconnaissance du handicap et la crainte qu'il peut susciter chez des enfants au développement typique.
- De plus, par le biais d'activités favorisant les échanges, « le faire ensemble » entre les enfants au développement typique et les enfants à BEP, le travail de partenariat qui se construit va favoriser les attitudes positives des premiers envers les seconds (Belmont & Verillon, 2003).

Les effets de l'inclusion scolaire sur le bien-être et l'estime de soi des élèves à BEP

- Enfin, Bourgeois (2014) a interrogé 34 élèves du secondaire en situation de handicap scolarisés en sixième ordinaire, en ULIS avec des cours occasionnels en sixième ordinaire, en SEGPA, en SEGPA et ITEP et en SEGPA et ULIS.
- Les thématiques abordées lors des entretiens semi-directifs ont porté sur la présentation de l'élève, son vécu de la scolarisation, et enfin ses perspectives d'avenir.
- Les élèves se sentent mieux inclus et épanouis dans les classes spécialisées avec des pairs présentant des difficultés voisines.
- Un meilleur sentiment d'appartenance est évoqué ainsi que des relations paritaires plus positives (plus d'interactions, absence de moqueries, meilleure compréhension de l'autre et davantage d'empathie).

La mesure du Bien-être



Mesure du bien-être (BE-scol)

Relations
avec les enseignants

Activités scolaires

Classe

Relations paritaires

Sentiment de sécurité

Rapport aux évaluations

Centre de Recherche en
EducationN (CREN) de
l'université de Nantes

6 dimensions, 28 items

Score total de bien-être

Je vais te poser des questions sur toi et sur le collège. Je veux savoir comment tu es, quel genre de personne tu es au collège. Laisse-moi d'abord t'expliquer ces questions. Chaque question parle de deux types d'élèves et je veux savoir lequel est le plus comme toi.

Voilà un exemple de question :

	Vraiment comme moi	A peu près comme moi				A peu près comme moi	Vraiment comme moi
	☐	☐	Certains élèves sont contents de faire du sport au collège	MAIS	D'autres n'aiment pas tellement faire du sport au collège	☐	☐

Tu dois d'abord décider si tu es plus comme les élèves sur la gauche, qui sont contents de faire du sport, ou plus comme les élèves sur la droite qui n'aiment pas tellement faire du sport.

N'écris rien pour le moment, mais décide quel élève est plus comme toi et vas du côté de la phrase qui te correspond. Maintenant, décide si c'est plutôt vrai pour toi ou totalement vrai pour toi et coche le bon endroit.

Pour chaque phrase, coche seulement un endroit, une case, celle qui va avec ce qui est vrai pour toi, ce qui te va le mieux en général. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. C'est ton avis qui nous intéresse. Ton avis ne sera communiqué à personne.

Maintenant, je vais te poser des questions à propos de toi et de ton collège.

Relations
avec les
enseignants

Le/les professeurs m'aide(nt) suffisamment
(5)

Le/les professeurs me félicite(nt) (11)

J'aimerais que le/les professeurs
explique(nt) davantage les choses difficiles
(17)

Le/les professeurs savent m'intéresser à ce
qu'on fait à l'école/au collège (23)

Le/les professeurs a/ont du mal à faire
respecter les règles de la classe (29)

Activités
scolaires

Je suis content d'apprendre de nouvelles choses à l'école/au collège (2)

J'ai trop de devoirs à faire à la maison (8)

Je n'aime pas quand il y a un contrôle ou une évaluation (14)

Je travaille trop à l'école/au collège (20)

Je suis content d'aller à l'école/au collège (26)

Classe

Je n'aime pas trop ma classe (3)

Je suis content d'être dans ma classe (9)

Je suis content de mon professeur (15)

Je suis content de ma salle de classe (21)

Relations
paritaires

C'est difficile de se faire des amis à l'école/au collège (1)

Je suis bien apprécié par les autres élèves (13)

J'ai beaucoup de copains à l'école/au collège (19)

Je m'entends bien avec les autres élèves à l'école/au collège (25)

Sentiment
de sécurité

J'ai peur de me faire voler des affaires (6)

J'ai peur quand je suis à l'école/au collège
(12)

J'ai peur de me faire taper par les autres
élèves (18)

J'ai peur que des inconnus entrent dans
l'école pour m'embêter (24)

J'ai peur qu'il m'arrive quelque chose sur le
trajet ou à l'école/au collège (30)

Rapport aux
évaluations

J'ai peur quand le professeur met un mot
dans le cahier de liaison (4)

J'ai peur de montrer mon travail aux
parents (10)

J'ai peur de me tromper quand je fais des
exercices (16)

J'ai peur quand mon professeur parle avec
mes parents (22)

J'ai peur d'avoir de mauvaises notes (28)

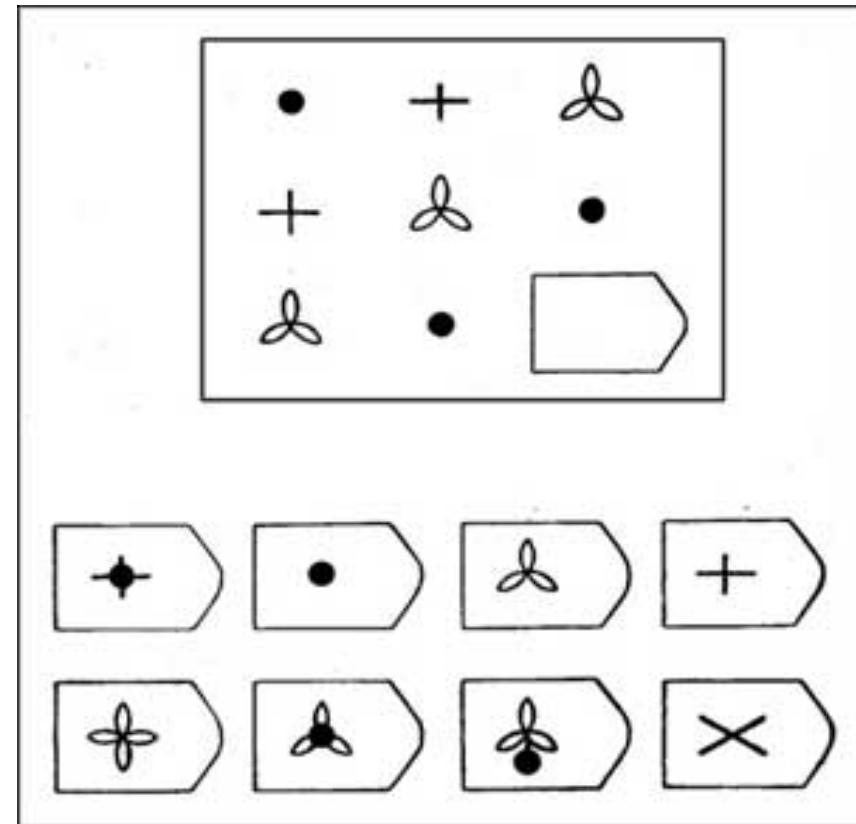
Satisfaction scolaire

- **Echelle de satisfaction scolaire** (Huebner et al., 2012 ; Guimard et al, 2014)
- **5 dimensions**
 1. J'apprends beaucoup de choses à l'école.
 2. Je suis content d'aller à l'école.
 3. Je me sens bien à l'école.
 4. L'école est intéressante.
 5. J'aime les activités proposées à l'école.
- De 1 (absolument pas d'accord) à 6 (absolument d'accord)
- **Score élevé** : haut niveau de satisfaction à l'égard de l'école

Satisfaction scolaire & BE-scol

- **Validité convergente**
- Satisfaction scolaire globale corrélée à la perception des relations avec les enseignants, au degré de satisfaction à l'égard des activités scolaires, à l'appréciation qu'ils font de la classe ainsi qu'au score global de bien-être à l'école (cf BE-scol)
- Pas de corrélation entre la satisfaction scolaire et le fait d'être intégré dans un groupe de pairs, de se sentir en sécurité et de ne pas avoir peur du regard des adultes sur ses notes et ses comportements.

BE-scol & matrices de Raven



- **Validité divergente**
- Les corrélations entre les performances cognitives et le bien-être à l'écol des élèves de primaire et de collège sont très faibles.

**Éléments
de
satisfaction**
(Guimard
et al., 2015)

85 % : je suis content d'apprendre de nouvelles choses

71 % : je suis content d'être dans ma classe

78 % : je suis content de mon professeur

70% : je suis content de ma salle de classe

71 % : je suis bien apprécié par les autres élèves

78 % : j'ai beaucoup de copains à l'école/au collège

70 % : je m'entends bien avec les autres élèves

**Éléments
d'insatisfaction**
(Guimard et al.,
2015)

59 % : J'ai trop de devoirs à faire à la maison

57 % : Je travaille trop à l'école / au collège

54 % : J'ai peur de me faire voler mes affaires

65 % : J'ai peur quand le professeur met un mot dans le cahier de liaison

52 % : J'ai peur quand mon professeur parle avec mes parents

66% : J'ai peur d'avoir de mauvaises notes.

Synthèse

Les enfants se sentent globalement en sécurité dans leur établissement. Ils sont satisfaits des relations paritaires. Ils sont satisfaits de ce qu'ils vivent en classe.

Les trois autres dimensions (relations avec les enseignants, activités scolaires, rapport aux évaluations) font l'objet d'appréciations plus négatives.

Ecoliers & Collégiens

- Sentiment de sécurité : collégiens > ecoliers
- Relations paritaires : collégiens > ecolier

- Relations avec les enseignants : ecoliers > collégiens
- Activités scolaires : ecoliers > collégiens
- Classe : ecoliers > collégiens
- Rapport aux évaluations : ecoliers > collégiens

Autres variables

Les **filles** évaluent leur bien-être moins positivement que les **garçons**. Elles se sentent moins en sécurité et sont moins satisfaites de leurs relations avec leurs enseignants.

Les enfants vivant avec leurs **deux parents** montrent un bien-être plus élevé que les autres enfants, notamment ceux vivant avec leur **mère seule**.

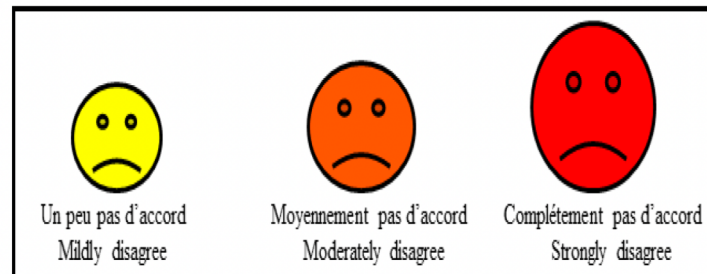
Les élèves suivis en **AP** ou en **RASED** ont une moins bonne appréciation de leur bien-être que les élèves non suivis (surtout concernant l'évaluation).

Au **collège**, on relève un lien entre **niveau cognitif** et bien-être et entre scolarisation dans **un collège privé** et bien-être.

Echelle MSLSS

(Multidimensional Students Life Satisfaction Scale)

- Huebner 1994
- La satisfaction de vie des enfants de 8 à 18 ans
- Domaines de la famille, des relations amicales, de l'école, du soi et du cadre de vie



Les préconisations phares du CNESTCO

Des préconisations pour favoriser le bien-être des élèves et des personnels dans les écoles et les établissements scolaires

1. Faire de chaque école et de chaque établissement un lieu accueillant
2. Améliorer les conditions de travail des personnels, pour accroître leur bien-être et celui des élèves
3. Renforcer les liens entre les acteurs au sein de chaque école et de chaque établissement
4. Prendre en compte la question du bien-être dans le pilotage des écoles et des établissements
5. Mener des actions ciblées en faveur du bien-être dans les écoles et dans les établissements

Pour en savoir plus

Les travaux du CNESTCO sur le bien-être à l'école :
<https://www.cnesco.fr/fr/le-bien-etre-a-lecole/>

Merci