

## **Étude des besoins des compétences psychosociales pour les jeunes des collèges en France et des cycles d'orientation en Suisse romande**



Etude réalisée par Graines de Paix dans le canton de Vaud et en France voisine  
entre mars et juillet 2018

## RÉSUMÉ

Cette étude des besoins des jeunes de 12-15 ans confirme le rôle clé de l'estime de soi à cette période charnière qu'est l'adolescence. Elle souligne la nécessité de renforcer cette compétence psychosociale mais également de mieux outiller les adolescents face au stress subi durant leur scolarité. Les compétences de gestion des conflits, mais aussi d'empathie, de bienveillance et de respect de l'autre apparaissent également comme des compétences clés permettant de diminuer la violence entre les élèves.

Pour répondre à ces besoins, Graines de Paix propose de créer 3 outils :

- Un *guide de l'établissement heureux* proposant des activités expérientielles à destination de tous les personnels et des élèves dans le but de cultiver et enrichir les pratiques qui contribuent à la culture de la paix et au bien vivre ensemble.
- *Adogozen !*, une boîte à outils permettant de travailler sur la violence entre adolescents à travers l'aïkido et le théâtre.
- Des guides disciplinaires pour renforcer les compétences psychosociales des élèves dans chaque matière, de façon transversale.

# I. INTRODUCTION

Fondée en 2005, Graines de Paix est une ONG qui promeut l'éducation de qualité fondée sur l'éducation à la culture de la paix. Sa mission principale consiste à développer des solutions éducatives pour favoriser la réussite scolaire, prévenir la violence et ancrer la culture de paix à l'école et dans la société. Pour atteindre ces objectifs, elle développe des formations et des ressources pédagogiques visant à développer les compétences psychosociales et socioaffectives des jeunes de 4 à 15 ans (connaissance de soi et des autres, estime de soi et des autres, intelligence émotionnelle, discernement, aisance dans le dialogue et la coopération, etc.)

Entre 2016 et 2018, Graines de Paix a publié aux éditions Loisirs et pédagogie *Grandir en paix*, une collection de 4 volumes destinée aux enfants de 4 à 12 ans. Cette ressource a rencontré un vif succès en Suisse romande où plus de 6000 guides pédagogiques et livret élèves se sont déjà vendus. Au vu de ce beau résultat et de nombreuses demandes exprimées par les enseignants, Graines de Paix souhaite concevoir un nouvel outil pour les 12-15 ans.

Après une étude des ouvrages existants visant à développer les compétences psychosociales des jeunes, nous constatons que ceux-ci traitent essentiellement de l'estime de soi et de la prévention des risques liés à l'alcool, au tabac et au cannabis.

Nous souhaitons réaliser un nouvel outil qui puisse être le complément de ce qui est déjà proposé, et qui puisse répondre aux besoins des jeunes de 12 à 15 ans. Nous devons donc répondre à la question suivante :

**De quelles compétences psychosociales les jeunes des cycles d'orientation en Suisse romande et des collèges en France ont-ils besoin pour bien vivre ensemble à l'école et dans leur vie au sens large ?**

# II. MÉTHODOLOGIE

Cette étude a été menée entre mars et juillet 2018, dans des structures scolaires suisses et françaises.

4 groupes cibles ont été choisis, afin de mettre en évidence les différents points de convergences et divergences :

- Des groupes de discussion ont été organisés avec des élèves de 12 à 15 ans d'un établissement Primaire et Secondaire dans le canton de Vaud en Suisse et d'un collège en France voisine. Des questionnaires individuels ont ensuite été remis à ces élèves.
- Ce même questionnaire a été utilisé pour des entretiens auprès des directeurs, enseignants, conseillers principaux d'éducation et délégués PSPS de 3 établissements scolaires suisses et 1 collège français.
- Des entretiens ont enfin été menés auprès de différentes autorités éducatives en Suisse.

Dans les questionnaires, nous avons choisi d'analyser les cinq dimensions du climat scolaire définies par Cohen et *al.* en 2009 :

1. Les relations
2. L'enseignement et l'apprentissage
3. La sécurité
4. L'environnement physique
5. Le sentiment d'appartenance

Nous avons complété ces dimensions avec les cinq sous-climats proposés par Janosz *et al* en 2017 :

1. Le climat relationnel (entre élèves ; entre élèves et enseignants ; entre membres du personnel ; entre membres du personnel et direction)
2. Le climat de sécurité
3. Le climat de justice
4. Le climat éducatif
5. Le climat d'appartenance

# III. RÉSULTATS

## 1. Tableau récapitulatif des résultats

	AVIS DES AUTORITÉS	AVIS DES ENSEIGNANTS	AVIS DES DIRECTEURS D'ETABLISSEMENT	AVIS DES ÉLÈVES FG = Focus Group = Groupe de discussion QP = Questionnaire personnel
DIFFICULTÉS RENCONTRÉES	<b>SÉCURITÉ</b>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Harcèlement entre élèves ou groupes d'élèves envers un élève isolé.</li> <li>Harcèlement de professeurs envers les élèves.</li> <li>Cyberharcèlement (autour de groupes WhatsApp, d'Instagram).</li> <li>Violences verbales, insultes.</li> <li>Consommation d'alcool et de cannabis.</li> <li>Trafic de stupéfiants.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilisation de nouvelles technologies et problèmes de cyberharcèlement.</li> <li>Intimidation.</li> <li>Elèves qui ne sont pas en sécurité aux toilettes, dans les vestiaires de gym et sur le chemin de l'école.</li> <li>Incivilités, agressivité verbale entre élèves.</li> <li>Couloirs étroits qui engendrent des bousculades et des coups.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilisation des nouvelles technologies, réseaux sociaux qui intensifient les problèmes de harcèlement déjà existants.</li> <li>Agressivité verbale subjective.</li> <li>Bousculades dans les couloirs, les vestiaires de gym et les toilettes à cause de l'absence d'adultes.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>QP</b></p> <p>Seule la moitié des élèves a répondu à cette question. Certains d'entre eux vivent des moments d'insécurité pendant les trajets de retour chez eux, à pied ou en bus. La récréation a également été mentionnée comme potentiel moment d'insécurité.</p>
<b>RELATIONS</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Problématiques de l'adolescence : comportements d'auto-agression, anorexie, troubles alimentaires, suicides, tentations, consommations excessives.</li> <li>Dans le cas de la Suisse, <u>difficulté</u> structurelle liée à l'organisation de la voie générale (VG) dans laquelle les élèves sont souvent séparés par niveau pour les disciplines. Ce faisant, le groupe classe est moins facile à former.   Difficulté à créer du lien et de la solidarité.</li> <li>Violence : souvent liée à des problèmes de racisme ou de discrimination.</li> <li>Isolement : certains jeunes, par manque d'estime d'eux-mêmes, ne s'intègrent pas à la vie de classe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les élèves sont très consommateurs.</li> <li>Dans l'exécution d'une tâche, les élèves peuvent collaborer, mais dans les résultats chiffrés, ils sont compétitifs.</li> <li>Discrimination par rapport aux résultats scolaires.</li> <li>Problèmes avec des élèves qui sont isolés, parce qu'ils sont un peu différents.</li> <li>Problèmes d'écart à cause de problèmes sociaux.</li> <li>Moqueries.</li> <li>Harcèlement, pression et attitude que les élèves adoptent en groupe.</li> <li>Dans les établissements suisses, la dynamique au niveau de la classe en conséquence de l'enjeu de changement de niveau (VP (Voie pré-gymnasiale) / VG. Les interactions sont différentes et les élèves ne se connaissent pas aussi bien que dans une classe.</li> <li>Les cultures différentes se retrouvent en groupe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Démotivation des élèves.</li> <li>Moqueries.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>FG</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pour les élèves suisses, seuls « les bons élèves » sont valorisés. Certains enseignants rabaisent des élèves qui ont de mauvais résultats en leur disant qu'ils devraient être des VG plutôt que des VP. Cela est perçu comme non respectueux par les élèves.</li> <li>Les élèves suisses estiment plutôt que leurs enseignants n'éprouvent que peu ou pas d'intérêt pour eux.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>QP</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La moitié des élèves pense que les membres du personnel (enseignants, surveillants, direction) ne traitent pas tous les élèves de la même façon.</li> <li>Ressenti des élèves par rapport à la violence entre élèves à l'école (les 3 plus graves):             <ol style="list-style-type: none"> <li>Moqueries</li> <li>Exclusion/différences scolaires (réussite scolaire)</li> <li>Insultes et paroles de colère</li> </ol> </li> <li>Ressenti des élèves par rapport aux violences commises par les enseignants (les 3 plus graves):             <ol style="list-style-type: none"> <li>Exclusion/différences scolaires (réussite scolaire)</li> <li>Exclusion/différences de genre (fille, garçon)</li> <li>Exclusion/comportements particuliers.</li> </ol> </li> </ul>	

	AVIS DES AUTORITÉS	AVIS DES ENSEIGNANTS	AVIS DES DIRECTEURS D'ETABLISSEMENT	AVIS DES ÉLÈVES FG = Focus Group = Groupe de discussion QP = Questionnaire personnel
<b>DIFFICULTÉS RENCONTRÉES</b>	<b>ENSEIGNEMENT ET APPRENTISSAGE</b>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La plupart des professionnels relèvent un niveau de stress élevé chez les élèves dû à la pression des notes, des épreuves standardisées, telles que les épreuves cantonales, surtout en Suisse avec le système d'orientation.</li> <li>• Absentéisme.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problème d'espace pour faire des travaux en groupe.</li> <li>• Dans les établissements français, 80% d'élèves stressés.</li> <li>• Les élèves ne trouvent pas de sens à leurs études.</li> <li>• Dans les établissements suisses, 30% à 40 % d'élèves stressés, dû à la VP, la quantité de travail, la pression de la famille, le changement de classe, l'orientation (7<sup>e</sup> et 8<sup>e</sup>), la transition école-métier.</li> <li>• Les enseignants ne sont pas formés pour parler de l'état des élèves lors des entretiens avec les parents.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 40% à 80% d'élève stressés, dû aux exigences élevées.</li> <li>• Manque d'autonomie.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>QP</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 58% des élèves ressentent beaucoup d'attentes de leurs parents par rapport à leur réussite scolaire.</li> <li>• La moitié a peur de l'échec.</li> <li>• Ce qui empêche les élèves de rêver : les devoirs, les cours, le quotidien, la pression, le temps, la peur et le jugement des autres.</li> </ul>
	<b>SENTIMENT D'APPARTENANCE</b>			
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dans l'établissement français, des élèves qui cherchent à s'intégrer dans la communauté scolaire ont fondé des clubs, mais ils assument mal de faire partie de ces clubs, par peur de ne pas être acceptés par leurs pairs.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentiment d'appartenance des élèves à l'école qui semble faible.</li> </ul>	

	AVIS DES AUTORITÉS	AVIS DES ENSEIGNANTS	AVIS DES DIRECTEURS D'ETABLISSEMENT	AVIS DES ÉLÈVES FG = Focus Group = Groupe de discussion QP = Questionnaire personnel
POINTS FORTS SUR LESQUELS LES ÉLÈVES PEUVENT S'APPUYER	Non mentionné.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Confiance des élèves envers les adultes du personnel de l'école et réciproquement.</li> <li>• Les élèves s'intéressent au bien-être de leurs camarades.</li> </ul>	Non mentionné.	<p style="text-align: center;"><b>FG</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ce qui donne envie de venir à l'école : les amis, l'ambiance de classe, l'intégration dans la classe.</li> <li>• L'ambiance est plutôt amicale et peu compétitive.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>QP</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50% des élèves affirment qu'ils ont beaucoup d'amis à l'école.</li> <li>• 50% disposent de beaucoup de soutien de leurs parents en cas de problème relationnel ou d'apprentissage.</li> <li>• 90% se sentent en sécurité aux alentours de l'école.</li> <li>• 100% se sentent en sécurité à l'intérieur de l'école.</li> <li>• 50% ne rencontrent pas de problèmes personnels pouvant perturber leurs études.</li> <li>• 78% se sentent préparés pour mobiliser leurs ressources personnelles afin de faire face aux problèmes rencontrés.</li> <li>• 80% disent avoir plutôt beaucoup de soutien de leurs parents lorsqu'ils ont besoin de conseils personnels.</li> <li>• 60% peuvent trouver de l'aide auprès de personnes extérieures à leur famille durant des moments difficiles.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Développement de l'estime de soi, de la confiance en soi.</li> <li>• Sécurité physique et psychique.</li> <li>• Participation de manière plus intensive à la vie de l'école : les élèves veulent travailler librement, s'exprimer et participer, échanger des idées.</li> <li>• Travailler sur l'appartenance à l'école, construire des projets autour des <b>conseils d'élèves</b>.</li> <li>• <b>Citoyenneté et l'écocitoyenneté</b> : besoin de créativité et d'énergie positive pour le monde de demain ainsi que de démarches autour de la citoyenneté qui offrent des opportunités pour l'exploration et l'approche collective.</li> <li>• <b>Valorisation des élèves par les enseignants.</b></li> <li>• <b>Empathie et bienveillance.</b></li> <li>• <b>Dialogue, collaboration, coopération.</b></li> <li>• <b>Pensée critique et pensée complexe</b> qui amènent à l'ouverture à l'autre, primordial pour la citoyenneté.</li> <li>• <b>Démarche réflexive</b> : prendre en compte le point de vue de l'autre.</li> <li>• <b>Résolution de conflits.</b></li>   <li>• <b>Connaissance de soi.</b></li>   <li>• <b>Communication positive.</b></li>   <li>• <b>Valorisation positive de l'identité.</b></li> <li>• <b>Capacité à faire face à la frustration.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Estime de soi.</b></li> <li>• <b>Sécurité physique et psychique.</b></li> <li>• <b>Besoins physiques</b> : bouger et de s'épanouir</li> <li>• <b>Besoins psychologiques</b> : liens sociaux, appréciation et reconnaissance des pairs.</li> <li>• <b>Citoyenneté et Écocitoyenneté.</b></li> <li>• <b>Épanouissement culturel</b> : il n'existe pas de problèmes entre les cultures, il y a des clans.</li> <li>• <b>Respect mutuel entre tout le monde, mais surtout entre élèves.</b></li> <li>• <b>Empathie et bienveillance</b> pour travailler sur les élèves isolés.</li> <li>• <b>Collaboration.</b></li> <li>• <b>Affirmation de soi.</b></li> <li>• <b>Valorisation.</b></li> <li>• <b>Compréhension mutuelle.</b></li> <li>• <b>Ouverture à l'autre et communication positive entre élèves</b>, pour travailler sur les rumeurs.</li> <li>• <b>Résolution des conflits.</b></li> <li>• <b>Démarche réflexive (méta-pensée, méta-objet)</b> pour les classes qui ne fonctionnent pas bien.</li> <li>• <b>Communication.</b></li> <li>• <b>Compétences interpersonnelles</b> : connaissance de soi, gestion des émotions, estime de soi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Epanouissement psychologique.</b></li> <li>• <b>La résolution des conflits et la collaboration</b> : les élèves doivent oser venir vers les adultes de l'école.</li> <li>• <b>L'ouverture à l'autre</b> pour développer le respect aux autres et accepter la différence, rompre l'égoïsme.</li> <li>• <b>La communication (positive)</b> pour que les élèves soient ouverts à la discussion.</li> <li>• <b>Vivre-ensemble</b> : respect de l'autre et de soi-même, collaboration, coopération et tous les éléments travaillés de façon transversale comme la citoyenneté et l'écocitoyenneté.</li> <li>• <b>Citoyenneté.</b></li> <li>• <b>Prévention de la violence</b> : harcèlement, problèmes sur les réseaux sociaux.</li> <li>• <b>Collaboration, travail en équipe.</b></li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>FG</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'enseignant doit être capable de susciter l'intérêt pour les cours.</li> <li>• Moins de devoirs, moins de tests, moins de charge de travail.</li> <li>• Périodes récréatives.</li> <li>• Bouger, passer moins de temps assis.</li> <li>• Rendre les cours plus intéressants.</li> <li>• Mieux répartir les tests.</li> <li>• Moins d'appris par coeur.</li> <li>• Des activités qu'on aime.</li> <li>• Possibilité de faire des stages pour tous et pas seulement les élèves de la voie générale.</li> <li>• Plus de choix dans les branches.</li> <li>• Moins de sélection (VG/VP) qui est vécue comme injuste.</li> <li>• Supprimer les punitions.</li> <li>• Moins de bruit dans les classes.</li> <li>• Autonomie, confiance : trop de surveillance.</li> <li>• Garder les classes identiques sur plusieurs niveaux, cela permettrait de développer les liens entre élèves, de mieux se connaître.</li> <li>• Une sonnerie moins agressive.</li> <li>• Plus de liberté.</li> <li>• Classes moins nombreuses.</li> <li>• De la couleur dans les classes et de la lumière.</li> <li>• Une plus grande cour de récréation, avec de l'ombre.</li>   <p style="text-align: center;"><b>QP</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La moitié a besoin de soutien scolaire.</li> <li>• Les élèves ont classé par ordre de priorité les besoins proposés : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Du temps pour réfléchir et des encouragements.</li> <li>- Discuter avec des amis.</li> <li>- Du repos, de la nature.</li> <li>- Du temps pour ne rien faire et de l'aide.</li> </ul> </li> <li>• <b>Bien-vivre ensemble</b> :</li> </ul> </ul>
--	---	---	--

	AVIS DES AUTORITÉS	AVIS DES ENSEIGNANTS	AVIS DES DIRECTEURS D'ETABLISSEMENT	AVIS DES ÉLÈVES FG = Focus Group = Groupe de discussion QP = Questionnaire personnel
BESOINS DES ÉLÈVES				<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compétences intrapersonnelles</li> <li>- Résolution de conflits</li> <li>- Collaboration</li> <li>- Communication positive</li> <li>- Démarche réflexive</li> <li>- Citoyenneté et écocitoyenneté</li> <li>- Respect</li> <li>- Écoute</li> <li>- Amitié</li> <li>• <b>Compétences pour devenir citoyen :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Affection</li> <li>- Respect</li> <li>- Droits et responsabilités, décisions collectives et engagement</li> <li>- Confiance en soi, non-jugement</li> <li>- Communication positive</li> </ul> </li> </ul>

## 2. Recommandations

### AUTORITÉS

- Pour le secondaire, les enseignants sont centrés sur les disciplines (plus qu'au primaire). Il est important d'avoir du matériel qui permette de travailler les compétences psychosociales dans les disciplines.
- Il serait nécessaire de faire l'inventaire du matériel existant dans les différents cantons romands.
- La méthode Pikas (de « préoccupation partagée ») est mentionnée par plusieurs personnes et semble intéressante.
- Il est nécessaire de tenir compte de la posture de l'enseignant : il est difficile de changer un enseignant qui n'est pas ouvert à cela... Il est essentiel de travailler avec des gens volontaires qu'on forme et accompagne car ces programmes sont difficiles à gérer. Il faut tenir compte également de l'épuisement professionnel.
- Un chercheur de la HEP Vaud, Nicolas Meylan, a fait son doctorat sur le stress des élèves. Il existe plusieurs types de stress qui expliquent que ce soit compliqué pour certains jeunes. Il serait intéressant d'investiguer les résultats des recherches existants.
- Prendre en compte le fait de savoir vivre la frustration, savoir faire de bons choix, savoir dire non, savoir faire preuve d'humour et de créativité, savoir rechercher de l'aide.
- Développer des projets de citoyenneté, parce que c'est la participation du collectif.
- Le témoin est un rôle social qui doit développer une posture et avoir une action citoyenne.
- Continuer à penser à des activités comme elles sont proposées chez les plus petits, aussi en termes de continuité, avec l'idée que les enseignants aiment la nouveauté alors que les enfants aiment les choses qui continuent et se répètent.
- Interrogations sur la manière dont la ligne conductrice des quatre derniers tomes peut se poursuivre dans ce qui est proposé, soit de manière intégrée dans les disciplines, soit de manière totalement hors discipline pour que ce soit possible de réaliser des projets d'établissement, des idées, des projets de bâtiment ou des projets de classe.
- Il y a des équipes PSPS qui sont en charge de porter des projets collectifs au-delà de la classe ; dans la classe, c'est l'enseignant qui peut faire vivre aux élèves des activités de ce type, mais il est préférable que ce soit développé hors de la classe. Il faut que les deux existent, et pas que l'un exclut l'autre.
- Les élèves peuvent démarrer des projets, qui peuvent être portés par des conseils de délégués. Éléves comme adultes peuvent porter les projets.
- Correctement intégrées, les activités ne devraient pas prendre de temps en plus, mais un enseignant qui doit suivre un programme et des évaluations ne sera pas d'accord.

## **DIRECTEURS D'ÉTABLISSEMENT**

- Nécessité de développer une ressource « qui soit transversale et ne pas tout mettre en histoire et géographie (pas disciplinaire), parce que cet axe [la citoyenneté] doit être partout. Quand on s'adresse à un professeur, quand on respecte les règles de la classe, quand il y a du respect mutuel, quand il y a de la bienveillance, quand il y a un conflit dans une classe... on ne peut pas dire « *moi, je fais des maths, je ne m'occupe pas de ça* ».
- Aménagement de la cour de récréation.
- Journées à thèmes.

## **ENSEIGNANTS**

- Une enseignante propose une activité d'une association dans laquelle il s'agit de faire lire à tout l'établissement un livre dans le silence à un moment donné. « *Quand on commence à lire un livre, c'est une chose que l'on va poursuivre, ça permet de rentrer à l'intérieur de soi et de prendre un temps pour soi. Cette initiative fonctionne aussi pour des établissements compliqués et elle est répandue par l'Académie Française* ».
- Sorties de cohésion de groupe : faire un projet d'établissement qui puisse laisser un souvenir, qui coûte peu. Faire une action simple qui ne nécessite pas beaucoup de moyens ni de temps.
- Faire des randonnées, des choses sympas.
- Des activités qui mettent l'accent sur le dialogue entre élèves et entre élèves et enseignants.
- Un voyage pour fédérer.
- Médiation par les pairs (c'est un projet d'établissement, mais il faut bien choisir les élèves).
- Des enseignants formés, parce qu'ils n'ont pas ce côté pédagogique. Reconnaissance du métier de professeur, le rendre plus attractif. Il faut donc que ce soit des gens qui aient envie de faire ce métier et qui ne le fassent pas par dépit, qu'on puisse titrer des gens qui soient amenés à continuer cette réflexion.
- Une école qui puisse respecter le rythme de chacun.
- Des activités pour la démarche réflexive (méta-pensée, méta-objet). « *Aujourd'hui, par exemple, nous pensons réaliser des jeux de coopération sur deux périodes* ».
- Avoir une réflexion au niveau de l'établissement.
- Une école idéale pour les élèves, c'est une école dans laquelle ils peuvent aller à l'extérieur et exprimer ce qu'ils ressentent. Faire qu'ils soient moins stressés. Décaler l'heure d'entrée. Réfléchir au bien-être.
- Plus de motivation : « *Que les élèves aient envie de venir... qu'ils soient contents d'être là* ».

## **RECOMMANDATIONS DES ÉLÈVES (QP) PAR RAPPORT AUX COMPORTEMENTS À CHANGER POUR « LE BIEN-VIVRE ENSEMBLE » À L'ÉCOLE**

- Faire des efforts et s'informer.
- Certaines personnes doivent devenir plus « matures ».
- Ne pas être jugé sur ses choix, ses rêves et passions.
- Moins de conflits entre les élèves.
- Être plus aimables envers les autres.
- Certains élèves doivent arrêter de s'insulter et de se frapper.
- Respect envers les enseignants parce que sinon « *le prof va être fâché toute la journée et il n'y aura plus de bien-vivre ensemble* ».
- « *Arrêter de regarder les gens bizarrement.* »
- Moins de discrimination « *envers les personnes qui ont plus d'argent et celles qui en ont moins* ».
- Les enseignants doivent favoriser aussi les élèves qui ont de la facilité.
- Le harcèlement et les moqueries doivent être sévèrement punis.

## IV. INTERPRÉTATION

### 1. Problèmes rencontrés

Selon cette étude, les jeunes de 12-15 ans doivent faire face à plusieurs difficultés majeures dans leur vie scolaire : un haut niveau de stress, des actes de violence commis par les élèves sur d'autres camarades, un manque d'estime d'eux-mêmes et un sentiment d'injustice dû à un traitement inégal de tous les élèves de la part des enseignants et du personnel encadrant.

#### **Un haut niveau de stress**

Les enseignants des cycles suisses estiment que 30 à 40 % de leurs élèves sont stressés. Interrogés sur le même point, les enseignants français parlent même de 80% de leurs élèves qui rencontreraient le même problème. La principale cause de ce stress semble être l'anxiété de performance : ainsi, les attentes des parents face aux résultats, la pression des notes, la quantité de travail, mais aussi les changements de classe, l'orientation et la transition école-métier... contribuent à créer un climat anxiogène pour les élèves. Ce résultat est confirmé par l'étude de Meylan *et al* (2011) qui montre que la réussite scolaire est l'un des principaux facteurs de stress chez les jeunes et que ce type de stress est positivement corrélé au burn-out scolaire.

#### **Des actes de violence entre élèves**

La violence est également un thème qui revient beaucoup dans les échanges, même si les élèves relèvent souvent moins de problèmes que les adultes. Ce décalage entre les représentations des adultes et celles des élèves pose la question de la banalisation de la violence : qualifiée « d'élevée » par les adultes, elle est souvent perçue comme « faible ou pas grave » par les adolescents eux-mêmes. Ceci pointe une banalisation de la violence dans la culture adolescente. La manière de se parler entre jeunes en est une preuve : si elle constitue de la violence verbale (insultes) pour les adultes, elle est acceptée et considérée comme normale, voire « cool » par les jeunes, ce qui pose clairement la question de la norme d'acceptabilité de la violence et du rapport au respect.

Les insultes, les échanges agressifs mais aussi les moqueries sont tout de même relevés par les jeunes interrogés. Cette dernière forme de violence semble particulièrement toucher les élèves qui considèrent les moqueries comme la plus grave forme de violence commise entre eux. Les élèves précisent que ces différentes violences sont la plupart du temps le fait de bandes plutôt que d'individus isolés. Ainsi, selon eux, l'« effet de groupe » conduit des individus à avoir des comportements agressifs qu'ils n'auraient pas eu seuls. Lorsqu'elles se prolongent sur le moment, se répètent dans la durée ou comprennent des menaces de répétition, ces formes de violence peuvent devenir du harcèlement. Tous les groupes interrogés dans cette étude pointent d'ailleurs du doigt ce problème dans leur établissement. Ces résultats vont dans le sens de plusieurs enquêtes menées récemment sur le sujet du harcèlement qui affirment qu'1 élève sur 10 est victime de harcèlement en milieu scolaire, dont la moitié, soit 5 à 6% des élèves de manière sévère (Debarbieux *et al*, 2011). Selon les membres de l'autorité, le harcèlement conduit certains jeunes, inquiets d'être la prochaine victime, à s'autocontrôler en faisant attention à ce qu'ils disent ou à la manière dont ils se comportent. Le cyberharcèlement est plus particulièrement cité dans cette étude. Cette forme de harcèlement par voie numérique dépasse le cadre de l'école puisqu'elle poursuit les élèves jusqu'à la maison, le soir et le week-end. De nombreuses problématiques sont mentionnées par les autorités autour d'utilisation de groupes WhatsApp, d'Instagram. Selon eux, les jeunes, qui sont très à l'aise avec l'utilisation de ces nouvelles technologies, manquent de recul par rapport aux conséquences de leurs actes.

#### **Un manque d'estime de soi**

L'adolescence est une période de changements, d'incertitude, où les élèves doivent gérer l'arrivée de la puberté, l'éclosion physique et psychique. Cette période s'accompagne, au niveau scolaire, d'un changement de mode de vie qui intervient avec le passage du primaire au secondaire : les jeunes quittent leur petite école locale pour aller dans un plus grand collège, ils passent d'un système avec un enseignant unique à un autre avec de multiples enseignants, ils sont amenés à se déplacer, se responsabiliser davantage... Ce changement de vie installe une certaine insécurité. À cet âge, les questions sur l'image de soi, sur le jugement de l'autre comme évoqué par les élèves mais aussi sur l'affirmation de soi sont donc essentielles. Les autorités évoquent ainsi les comportements problématiques mais silencieux qui peuvent se développer et qui sont générés par un manque d'estime de soi, comme les comportements d'auto-agression, les troubles alimentaires tels que l'anorexie, les consommations excessives, voire le suicide. Un manque d'estime de soi peut également inciter certains élèves à trop s'isoler, à se retirer de la vie de la classe.

#### **Un traitement inégal des élèves par les enseignants**

Certains élèves ressentent un sentiment d'injustice par rapport à la manière dont ils sont traités par les professeurs : certains pensent que seuls les bons élèves sont valorisés, d'autres, au contraire, que les élèves en difficultés sont d'avantage encouragés. La discrimination par rapport aux notes paraît en tout cas importante. Cette forme de discrimination est d'ailleurs vécue par les élèves comme l'une des plus graves formes de violence commise par les enseignants envers eux.

Face à ces problèmes du quotidien, les relations amicales sont l'un des principaux facteurs de résilience exprimés par les élèves. En outre, il semble que les élèves soient plutôt bien soutenus : les enseignants affirment qu'il existe un sentiment de confiance entre les élèves et les adultes de l'établissement tandis que la moitié des élèves interrogés disent recevoir beaucoup de soutien de leurs parents.

## 2. Besoins des élèves et compétences à développer

Au vu des problèmes rencontrés, et sans surprise, il apparaît que les jeunes ont des besoins importants dans le développement de **compétences liées à l'estime de soi, l'image de soi et l'affirmation de soi**. Ces compétences sont d'ailleurs citées par la plupart des groupes cibles. Dans le dossier *Développer les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes* de l'INPES, les auteurs affirment que « *si la connaissance de soi qui englobe confiance, estime et affirmation de soi est une compétence essentielle, c'est qu'elle nourrit et est alimentée par les autres compétences psychosociales. Comment aller vers l'autre, dialoguer de manière empathique, soutenir, gérer des conflits sans violence, oser entreprendre... sans avoir une conscience positive de soi* ». Les retours des autorités vont également dans ce sens puisqu'ils présentent ces compétences « *comme une base indispensable pour développer ensuite les autres compétences psychosociales* » : selon elles, augmenter l'estime de soi et la confiance en soi peut entre autres permettre de diminuer le niveau de stress chez les jeunes. En outre, les autorités voient le développement de l'estime de soi comme un facteur de protection contre tous les risques, notamment contre les dépendances et les problèmes de violence. Enfin, il est également important que l'élève soit reconnu, soutenu par l'enseignant pour développer une confiance en lui. Le besoin des élèves d'être valorisés, estimés, et encouragés tous de la même manière ressort d'ailleurs clairement de cette étude. Des études confirment ce point en démontrant que les élèves apprennent mieux et sont plus motivés lorsqu'ils se sentent valorisés (*Debarbieux et al, 2012*).

La question de la place offerte aux jeunes et de leur encapacitation (« empowerment »-) ressort clairement de cette étude : alors que de nombreux jeunes se sentent globalement matures, les adultes éprouvent des difficultés à leur faire confiance. Un certain pessimisme quant à leur avenir et à celui de la planète vient de plus réduire leur propension à rêver et à s'engager. De manière contradictoire, ils sont en grande demande d'autonomie et de responsabilisation. Leur engagement repose donc sur la capacité des adultes encadrants à leur offrir un espace d'expression et de mobilisation, à les soutenir pour leur montrer qu'ils peuvent être acteurs de changement et construire un monde meilleur à la hauteur de leurs idéaux ; autant de défis pour répondre au besoin d'acquisition des compétences citoyennes et éco-citoyennes.

Comme nous l'avons vu précédemment, le stress est un problème majeur chez les élèves. Pour y faire face, les élèves disent avoir besoin d'encouragements, de temps pour réfléchir, pour échanger avec leurs amis, pour se reposer, pour être dans la nature ou encore pour ne rien faire. L'acquisition de **compétences pour gérer ses émotions et notamment de compétences permettant de reconnaître et mieux gérer son stress** paraît donc essentielle pour les élèves.

**Les compétences de gestion des conflits, mais aussi d'empathie, de bienveillance et de respect de l'autre** apparaissent également comme des compétences clés permettant de diminuer la violence entre les élèves. Un travail sur l'ouverture à l'autre permettra également aux élèves de se décentrer et de développer le respect de l'autre et l'acceptation de la différence.

**La démarche réflexive** est aussi citée par tous les groupes comme une compétence clé à travailler. Cette méthode de réflexion, qui peut être définie simplement comme la capacité à prendre du recul sur ses actions et à les analyser de l'extérieur, permettrait selon les autorités de lutter contre les phénomènes d'addiction aux drogues, alcool, tabac. Enfin, **développer les compétences de communication et de collaboration** permettrait aux jeunes de mieux travailler ensemble.

## V. PERSPECTIVES

Pour répondre aux besoins des jeunes de 12-15 ans mis en évidence par cette étude, Graines de Paix propose de développer « Bien vivre ses 12-15 ans », un projet global découpé en 3 sous-projets :

- Le *Guide de l'établissement heureux*
- *Ado go zen*
- Des Guides par discipline

### 1. Le Guide de l'établissement heureux

Ce guide est composé d'un recueil d'outils pédagogiques et d'activités expérientielles à mener, pour certaines, entre membres de la communauté éducative, et pour d'autres, entre adultes et élèves. Il s'accompagne par ailleurs d'un volet formation visant une meilleure implantation du programme dans les établissements. Tout au long du processus, les encadrants interrogent leurs postures, font le point sur leurs pratiques professionnelles de manière à cultiver et enrichir celles qui contribuent à la culture de la paix au sein des établissements. Ils développent une communication bienveillante, pratiquent la discipline positive et adoptent la collaboration au sein des établissements. Respectueux de l'autonomie, de la liberté, de la responsabilité et des besoins de chacun, ils découvrent des alternatives aux fonctionnements traditionnels et deviennent acteurs d'une éducation de qualité au service de tous.

Il vise trois objectifs principaux :

- Favoriser un cadre d'accueil empathique, motivant et bienveillant qui réponde aux besoins différenciés des élèves et des équipes éducatives.
- Prévenir toutes les formes de violence des élèves et des équipes éducatives en leur permettant de contribuer ensemble au bien vivre de tous à l'école.
- Développer les valeurs humaines et les compétences psychosociales des élèves et des équipes en lien avec les programmes scolaires et les objectifs d'Education au développement durable.

### 2. Adogozen !

*AdoGoZen !* sera une boîte à outils permettant de travailler sur la violence entre adolescents. Cette boîte à outils sera composée de deux tutoriaux d'activités expérientielles à l'attention des adolescents : le premier tutoriel utilisera l'aïkido comme outil pédagogique, le deuxième le théâtre. Afin d'adresser le problème de stress élevé des adolescents révélé par l'étude des besoins, le tutoriel aïkido intégrera également des activités inspirées du Chi Kung. La boîte à outils contiendra également un manuel pour les adultes accompagnant les adolescents dans divers milieux extrascolaires.

Il aura 3 objectifs principaux :

- Renforcer la confiance en soi, l'affirmation de soi et l'anticipation de la violence.
- Développer la capacité des adolescents à prévenir, apaiser et arrêter la violence.
- Outiller les adolescents à : (i) développer un regard critique vis-à-vis de la violence, (ii) comprendre et discerner ses facteurs déclenchants, mécanismes et conséquences, (iii) devenir acteur de changement dans la culture adolescente banalisant la violence.

### 3. Des guides disciplinaires

Ces manuels renforceront les compétences psychosociales des élèves dans chaque matière, de façon transversale, le tout au service de leur épanouissement, de leur responsabilisation, de leur autonomie et de leur relation aux autres.

Ils proposeront des activités pour les 12-15 ans et leurs encadrants au croisement de la pédagogie, de la psychologie, de l'éducation à la culture de la paix et de l'éducation au développement durable. Ils travailleront en particulier plusieurs composantes de l'EDD (Education au Développement Durable) de manière à renforcer les compétences psychosociales et les connaissances de formation générale demandées par le PER et par l'EDD:

- L'éducation à la citoyenneté incluant l'éducation aux droits humains.
- L'éducation interculturelle.
- La promotion de la santé.
- L'éducation à l'égalité entre les sexes.
- L'éducation à l'environnement.

## VI. BIBLIOGRAPHIE

- Bailly, D. (2017). *Vivre l'école autrement, c'est possible*. France : Edilivre.
- Conseil de l'Europe. (2012). Manuel *REPERES* en ligne. Repéré à <https://www.coe.int/fr/web/compass/synoptic-table-of-activities>
- Debarbieux, E., Anton, N., Astor, R.A., Benbenishty, R., Bisson-Vaivre, C., Cohen, J., Giordan, A., Hugonnier, B., Neulat, N., Ortega Ruiz, R., Saltet, J., Veltcheff, C., Vrand, R. (2012). *Le « Climat scolaire » : définition, effets et conditions d'amélioration*. Rapport au Comité scientifique de la Direction de l'enseignement scolaire, Ministère de l'éducation nationale. MEN-DGESCO/Observatoire International de la Violence à l'École. 25 pages.
- Debarbieux, E. (2011). *Tirer les leçons de l'enquête nationale de victimation et climat scolaire en collège*. Repéré à [http://media.education.gouv.fr/file/10\\_octobre/52/9/Victimation-Tirer-les-lecons-de-l-enquete-nationale\\_197529.pdf](http://media.education.gouv.fr/file/10_octobre/52/9/Victimation-Tirer-les-lecons-de-l-enquete-nationale_197529.pdf)
- Enquête *climat scolaire et victimisation*. Repéré à <https://www.askabox.fr/liste-128306-TrqL0GoFRrH.html>
- Graines de Paix. (2018). Schéma : *Six formes d'exclusion et inclusion*.
- IFM-SEI. (2015). *Manuel d'éducation à la paix*. Repéré à <http://ifm-sei.org/en/publications-2/educational-resources/peace-education-handbook/>
- IFM-SEI. (2015). *Stories of Conflicts and Peace* [billet de blog]. Repéré à <http://storiesofconflictandpeace.blogspot.ch>
- Janosz, M. (2004). QES : *questionnaire sur l'environnement socio-éducatif pour l'élève au secondaire*. Repéré à [https://www.clps-bw.be/sante-et-bien-etre-a-l-ecole/plate-forme-amelioration-du-climat-scolaire-et-prevention-du-harcelement/mettre-en-oeuvre/diagnostic-du-climat-scolaire/ElSec\\_85X11.pdf/view](https://www.clps-bw.be/sante-et-bien-etre-a-l-ecole/plate-forme-amelioration-du-climat-scolaire-et-prevention-du-harcelement/mettre-en-oeuvre/diagnostic-du-climat-scolaire/ElSec_85X11.pdf/view)
- Lamboy, B., Fortin, J., Azorin, J-C., Nekaa, M. (INPES). (2015). Dossier : *Développer les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes*.
- Le climat scolaire : enquête auprès des élèves*. (2011). Repéré à [http://dafop.ac-lille.fr/moodle/pluginfile.php/2636/mod\\_resource/content/2/LE%20CLIMAT%20SCOLAIRE\\_ENQUETE%20AUPRES%20DES%20ELVES27461%28171011-0943%29CONFIDENTIEL.pdf](http://dafop.ac-lille.fr/moodle/pluginfile.php/2636/mod_resource/content/2/LE%20CLIMAT%20SCOLAIRE_ENQUETE%20AUPRES%20DES%20ELVES27461%28171011-0943%29CONFIDENTIEL.pdf)
- Meylan, N., Doudin, P-A., Curchod-Ruedi, D., & Stephan, P. (2011). *School burnout in adolescents : Differences in background variables and exploration of school-related stress at the end of compulsory schooling*. *Ricerche53d9i Psicologia*, 4, 539-563. Retrieved from <http://hdl.handle.net/20.500.12162/2200>
- Observation Régional de la Santé du Limousin. (2015). *Évaluation du programme ESPACE*. Repéré à [http://www.ors-limousin.org/publications/rapport/2015/Espace\\_Rapport\\_Eval\\_finale.pdf](http://www.ors-limousin.org/publications/rapport/2015/Espace_Rapport_Eval_finale.pdf)
- QES. Repéré à <http://www.qes.espacedoc.net>
- Réseau-Canopé. *Évolution des questionnaires de climat scolaire et de victimation (QCS)*. Repéré à <https://www.reseau-canope.fr/climatscolaire/agir/ressource/ressourceld/evolution-des-questionnaires-de-climat-scolaire-et-de-victimation-qcs.html>
- Roerhig, C. (2014). *Promouvoir les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes*. Repéré à <http://inpes.santepubliquefrance.fr/jp/cr/pdf/2014/3-ROHRIG.pdf>
- Trajectoires Groupe Reflex. AFEV. (2017). *La perception du climat scolaire par les collégiens scolarisés en réseau d'éducation prioritaire*. Repéré à [https://group.bnpparibas/uploads/file/enquete\\_collegiens\\_jres2017vf.pdf](https://group.bnpparibas/uploads/file/enquete_collegiens_jres2017vf.pdf)