

Bien-être de l'enfant à l'école
maternelle : le rôle des
compétences psychosociales

**UNIVERSITÉ
LUMIÈRE
LYON 2**

Rebecca Shankland

Professeure de Psychologie du développement

Membre de l'Institut Universitaire de France

Responsable de l'Observatoire du Bien-être à l'École

Laboratoire DIPHE (Développement, Individu, Processus, Handicap, Education), Université Lumière Lyon 2

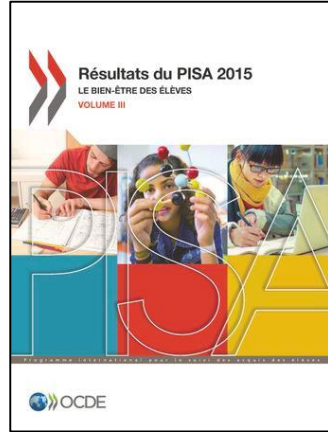
Membre du groupe de travail Bien-être à l'École du Conseil Scientifique de l'Éducation Nationale (GT11)

CONSTATS SUR LE SYSTÈME ÉDUCATIF EN FRANCE



UNESCO (2020)

Harcèlement touche
28,8% des élèves



PISA (2015)

Plus faible indice de
motivation de l'OCDE
Faible soutien de la
part des enseignants



CNESCO (2017)

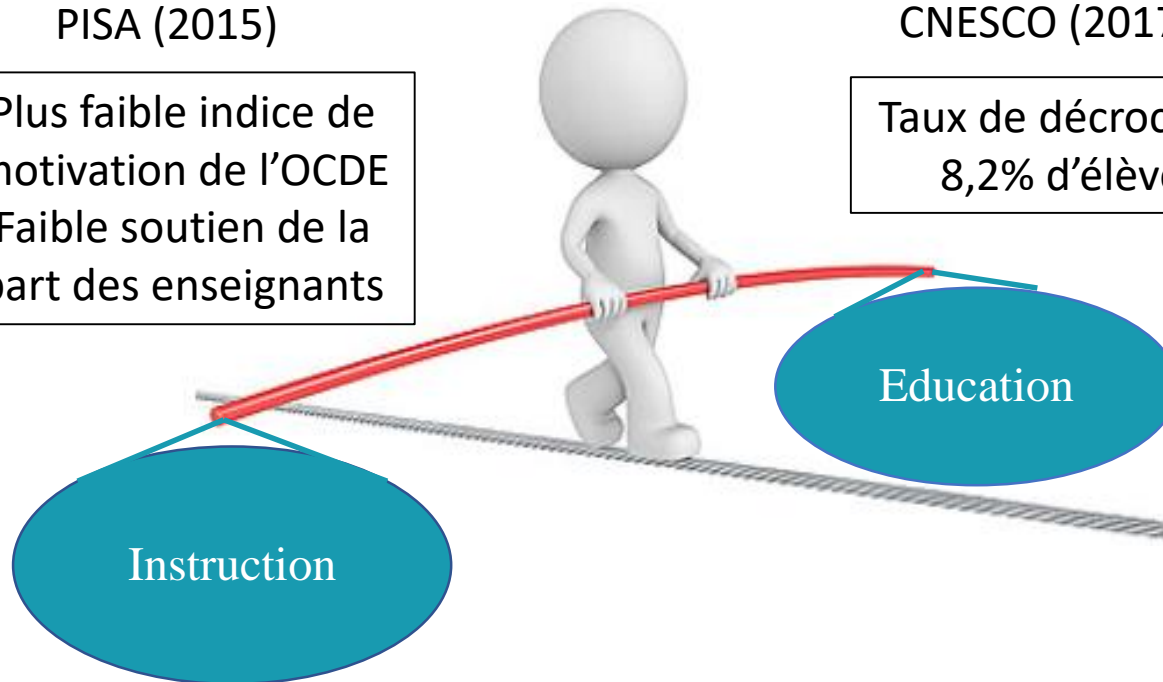
Taux de décrochage
8,2% d'élèves



UNICEF (2013/2020)

Bien-être scolaire :
15^e de l'OCDE

Les enseignants
plus touchés par
le burnout que la
population
générale



Le bien-être et le climat scolaire, un défi pour les écoles



**CONSEIL
SCIENTIFIQUE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE**

**POUR L'ÉCOLE
DE LA CONFIANCE**

Groupe de Travail
Bien-être à l'école

Observatoire du
Bien-être à l'école

Référentiel
Compétences
psychosociales de
Santé Publique France

Bien-être et climat scolaire sont associés à de meilleurs résultats scolaires : plus grande disponibilité mentale, motivation, engagement dans les apprentissages, pensée créative et capacités de résolution de problèmes, et meilleure qualité relationnelle (empathie, écoute, coopération)

(ex., Lyubomirsky et al., 2005 ;
Taylor et al., 2017)

Que sont les
compétences
psychosociales ?



LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

« Capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne » (OMS, 1993)



« Outils d'adaptation cognitive, émotionnelle, comportementale permettant à un individu de faire face aux situations de la vie en respectant les autres et en collaborant avec eux » (Fortin, 2009)

Les compétences psychosociales



**Les compétences
cognitives**



**Les compétences
émotionnelles**

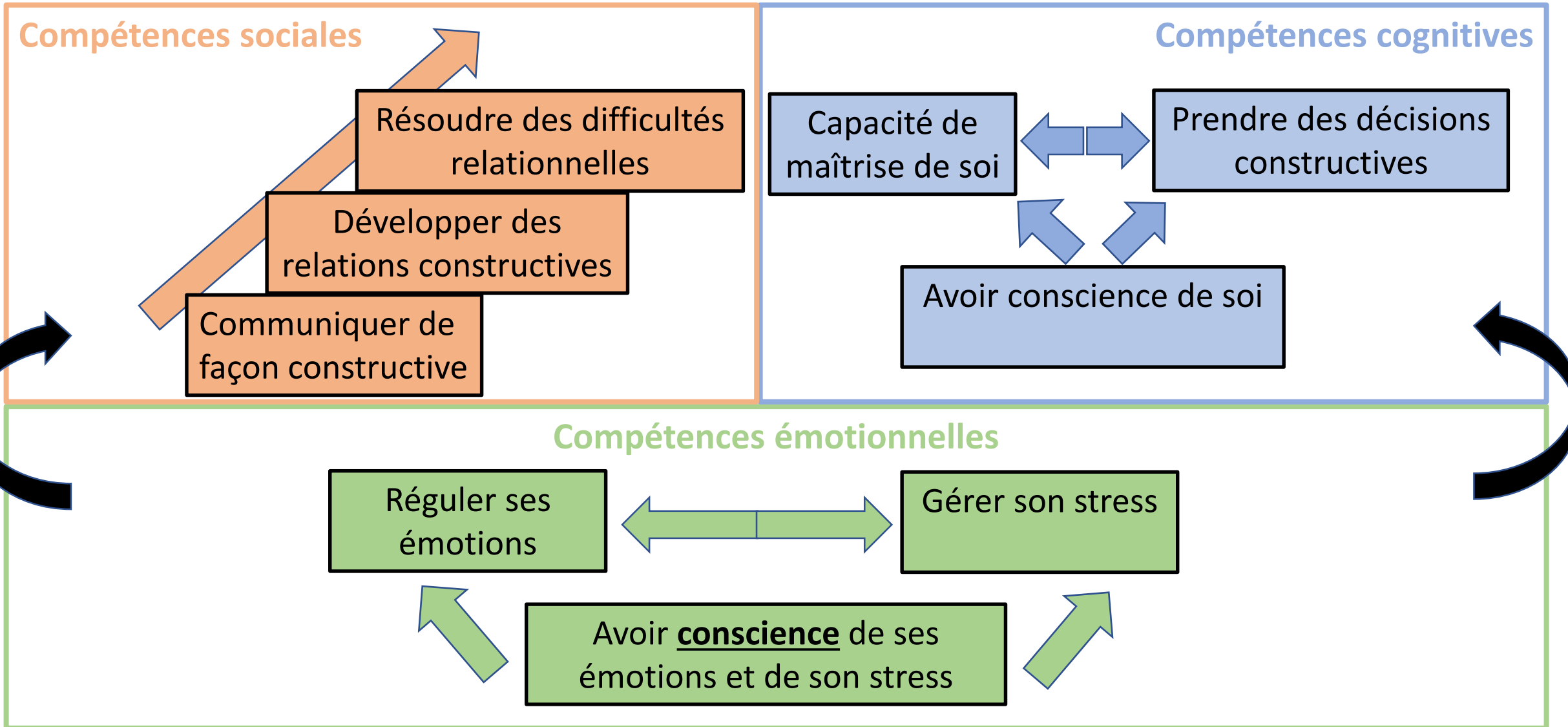


**Les compétences
sociales**



Catégories	CPS générales	CPS spécifiques
Compétences cognitives	Avoir conscience de soi	Connaissance de soi (forces et limites, buts, valeurs, discours interne...)
		Savoir penser de façon critique (biais, influences...)
		Capacité d'auto-évaluation positive
		Capacité d'attention à soi (ou pleine conscience)
	Capacité de maîtrise de soi	Capacité à gérer ses impulsions
		Capacité à atteindre ses buts (définition, planification...)
Prendre des décisions constructives	Capacité à faire des choix responsables	
	Capacité à résoudre des problèmes de façon créative	
Compétences émotionnelles	Avoir conscience de ses émotions et de son stress	Comprendre les émotions et le stress
		Identifier ses émotions et son stress
	Réguler ses émotions	Exprimer ses émotions de façon positive
		Gérer ses émotions (notamment les émotions difficiles : colère, anxiété, tristesse...)
	Gérer son stress	Réguler son stress au quotidien
		Capacité à faire face (coping) en situation d'adversité
Compétences sociales	Communiquer de façon constructive	Capacité d'écoute empathique
		Communication efficace (valorisation, formulations claires...)
	Développer des relations constructives	Développer des liens sociaux (aller vers l'autre, entrer en relation, nouer des amitiés...)
		Développer des attitudes et comportements prosociaux (acceptation, collaboration, coopération, entraide...)
	Résoudre des difficultés	Savoir demander de l'aide
		Capacité d'assertivité et de refus
	Résoudre des conflits de façon constructive	

Relations entre les 9 compétences psychosociales générales ?



Pourquoi développer
les CPS à l'école ?



EFFICACITE DES PROGRAMMES DE DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES



- Santé mentale : moins de troubles affectifs et du comportement, meilleure estime de soi et bien-être
- Conduites à risque : moins de consommation de substances (tabac, alcool, drogues), de violence, de harcèlement scolaire
- Réussite éducative : meilleurs résultats, moins d'échec scolaire, meilleurs diplômes, meilleure insertion sociale
- Meilleures relations : famille, école (enseignants, pairs...)

Effets durables sur le bien-être, la santé mentale et la réussite scolaire

Méta-analyse Durlak et al., 2011 (N > 270 000 élèves)

Programmes d'une durée moyenne de 40 séances

Méta-analyse Taylor et al., 2017 (N > 90 000 élèves)

Effets maintenus sur le long terme (6 mois à 4 ans après l'intervention)



GOUVERNEMENT

*Liberté
Égalité
Fraternité*

INSTRUCTION INTERMINISTÉRIELLE N° DGS/SP4/DGCS/DGESCO/DJEPVA/DS/DGEFP/DPJJ/DGESIP/DGER/2022/131 du 19 août 2022 relative à la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes – 2022-2037

Le ministre de la justice

Le ministre du travail, du plein emploi et de l'insertion

Le ministre de l'éducation nationale et de la jeunesse

La ministre de l'enseignement supérieur et de la recherche

Le ministre de l'agriculture et de la souveraineté alimentaire

Le ministre de la santé et de la prévention

Le ministre des solidarités, de l'autonomie et des personnes handicapées

La ministre des sports et des jeux olympiques et paralympiques

à

Mesdames et Messieurs les préfets de région

Mesdames et Messieurs les directeurs généraux
des agences régionales de santé

Mesdames et Messieurs les recteurs d'académie

Mesdames et Messieurs les directeurs régionaux
de l'agriculture, de l'alimentation et de la forêt



ENFANTS
ET JEUNES

OCTOBRE 2022



**LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES:
ÉTAT DES CONNAISSANCES
SCIENTIFIQUES ET THÉORIQUES**

Rapport complet

Comment les CPS favorisent les apprentissages ?



COMPETENCES EMOTIONNELLES ET DISPONIBILITE AUX APPRENTISSAGES

- ❖ **Permettent de préparer au mieux l'entrée dans les apprentissages chez les enfants de 2-6 ans**
(Blewitt et al., 2018, JAMA)
- ❖ **Favorisent l'engagement dans les apprentissages**
(Collie & Martin, 2017 ; Santos et al., 2023),
- ❖ **Meilleure réussite scolaire** (MacCann et al., 2020)

CPS associées à meilleurs résultats en lecture, mathématiques et science (synthèse portant sur 57 000 élèves, Corcoran et al., 2018)

COMPETENCES COGNITIVES ET AUTOREGULATION DES APPRENTISSAGES

Utilité aux trois étapes de l'autorégulation des apprentissages (Zimmerman, 2002) :

- ❖ **Planification** : capacité à identifier ses buts, ses besoins et les étapes pour y parvenir
- ❖ **Pendant la tâche** : autorégulation des émotions et attention favorisent meilleure concentration
- ❖ **Après la tâche** : autoévaluation et identification du niveau de compréhension et d'atteinte de l'objectif fixé

COMPETENCES SOCIALES ET APPRENTISSAGE COLLABORATIF

- ❖ **L'apprentissage collaboratif augmente la motivation et améliore les apprentissages**
(Johnson et al., 2014 ; Kyndt et al., 2013)
- ❖ **Bénéfices renforcés pour les élèves ayant développé les compétences sociales et auto-réflexives**
(Johnson et al., 2013)
- ❖ **Le soutien social favorise l'autorégulation des apprentissages**
(Martínez-López et al., 2023)
- ❖ **S'appuyer sur des mini-structures coopératives très régulières dans les enseignements réduit l'anxiété et augmente l'engagement des élèves**
(Buchs, 2023 ; Mundelsee & Jurkowski, 2021)

CPS et inclusion scolaire



**DÉVELOPPER LES
COMPÉTENCES
PSYCHOSOCIALES
ESSENTIEL POUR LES
ELEVES A BESOINS
EDUCATIFS
SPECIFIQUES**

- ❖ **CPS cognitives pour améliorer l'autorégulation des apprentissages et la résolution de problèmes**
- ❖ **CPS émotionnelles pour améliorer la disponibilité mentale aux apprentissages, notamment grâce à la régulation des émotions**
- ❖ **CPS sociales pour coopérer dans les apprentissages, rechercher de l'aide et améliorer le climat de classe**

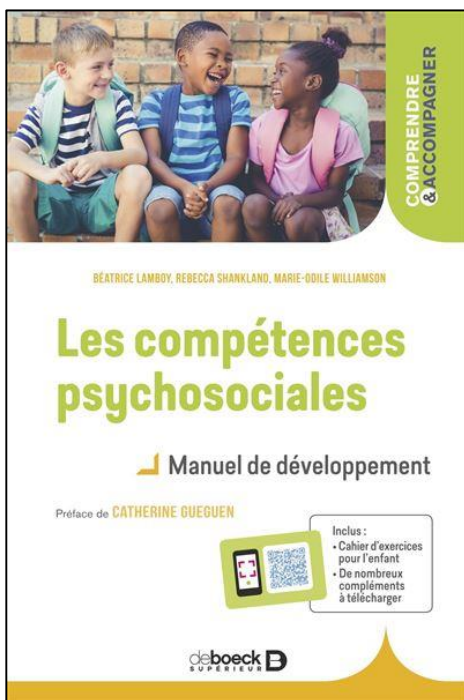
EFFETS DES INTERVENTIONS SUR LE DEVELOPPEMENT DES HABLETES SOCIALES POUR LES ELEVES A BESOINS EDUCATIFS SPECIFIQUES

- ❖ Synthèse de 35 études montre amélioration de la participation et de l'engagement dans les apprentissages : nécessité d'un entraînement aux habiletés sociales pour les EBES, utilité d'inclure tous les élèves dans l'intervention, former les professionnels qui accompagnent les EBES est efficace
(Garrote et al., 2017)
- ❖ Synthèse de 18 études incluant des élèves avec un TSA : amélioration de la qualité des interactions et favorise l'inclusion
(Dean & Chang, 2021)
- ❖ Synthèse de 11 études auprès d'élèves EBES sur compétences sociales, émotionnelles et comportements : efficacité rapportée par les enseignants, les élèves et les parents
(Hassani & Schwab, 2020)

Comment développer
les CPS à l'école
maternelle ?



COMMENT DÉVELOPPER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES ?



- ❖ Activités pour développer chaque compétence
- ❖ Intégration du développement des CPS dans le quotidien de la classe
- ❖ Contextes favorables, apprentissage social et modalités pédagogiques



Exemples de programmes validés pour les écoles
maternelles

Le programme *École des Émotions*

(Villemontheix et al., in press)

Center for
healthyminds

UNIVERSITY OF WISCONSIN-MADISON

[ABOUT](#)

[SCIENCE](#)

[INNOVATIONS](#)

[PROGRAMS](#)

[NEWS & EVENTS](#)

[GIVE](#)

[CONNECT](#)



Children
putting the
Center for
Healthy Minds'
Kindness
Curriculum
to work in a
public school
classroom.

Kindness Curriculum

Ateliers d'empathie

Découvrir et diriger l'attention et la respiration

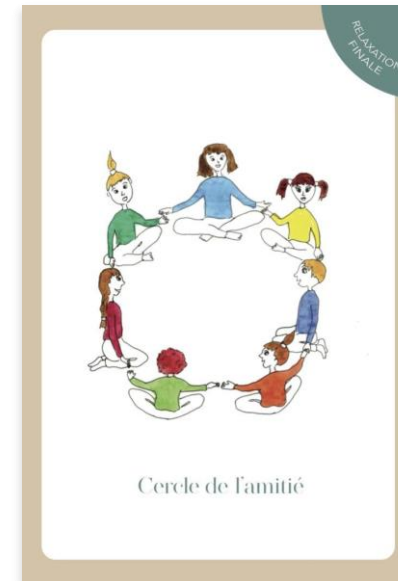
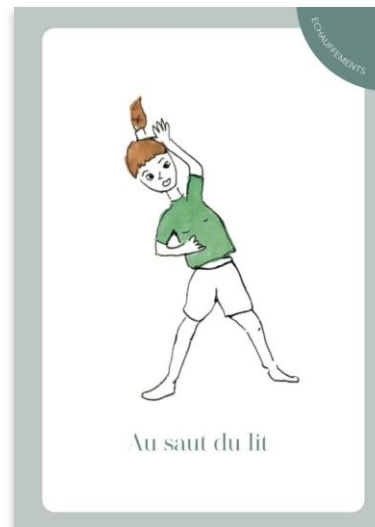
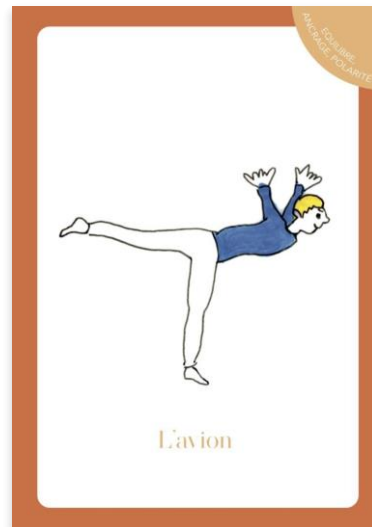
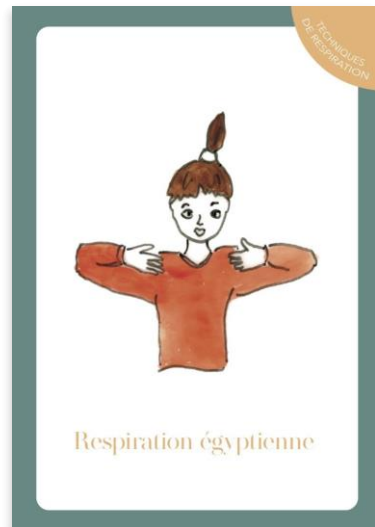
Reconnaître mes émotions et celles des autres



Faire grandir les amitiés grâce à l'empathie

Apaiser ma colère et résoudre les conflits

Ateliers de bien-être



La ronde des émotions

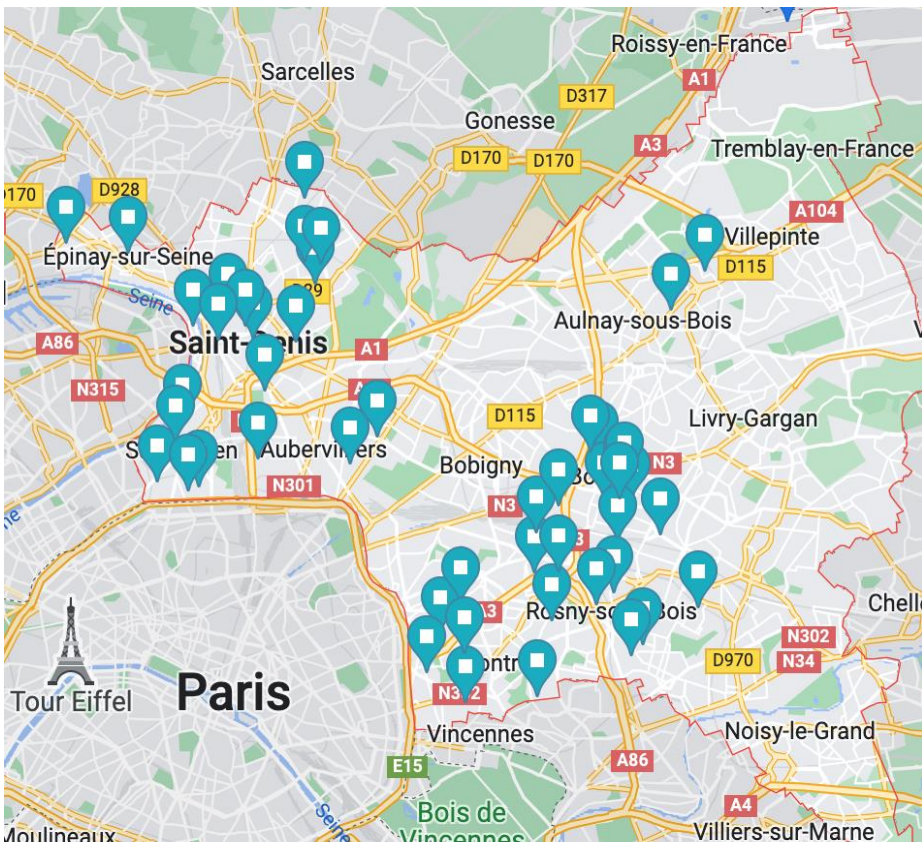
Observer et
parler de ses
émotions



Observer les
émotions des
autres

Développer son
empathie

Apaiser
collectivement
les conflits

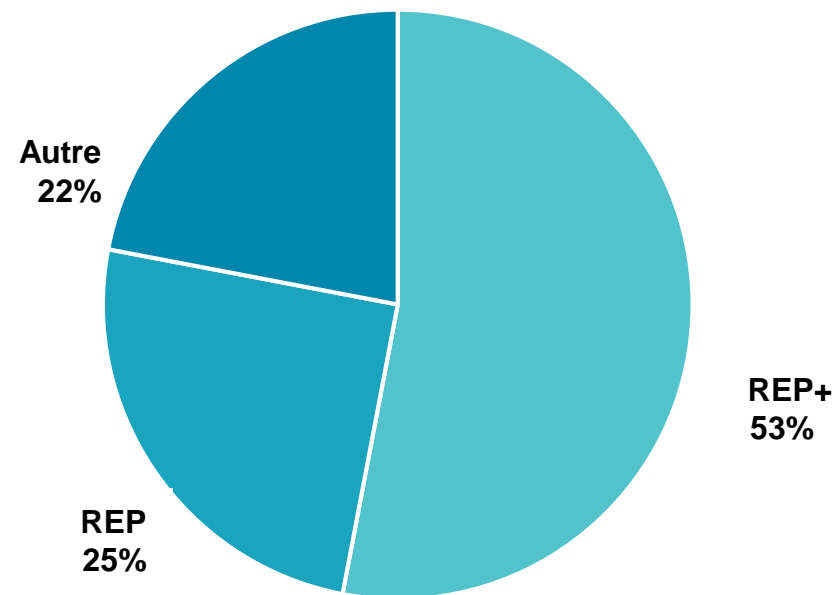


Pilotage :

15 classes pilotes à Saint-Denis
Sept. 2019- juin 2021

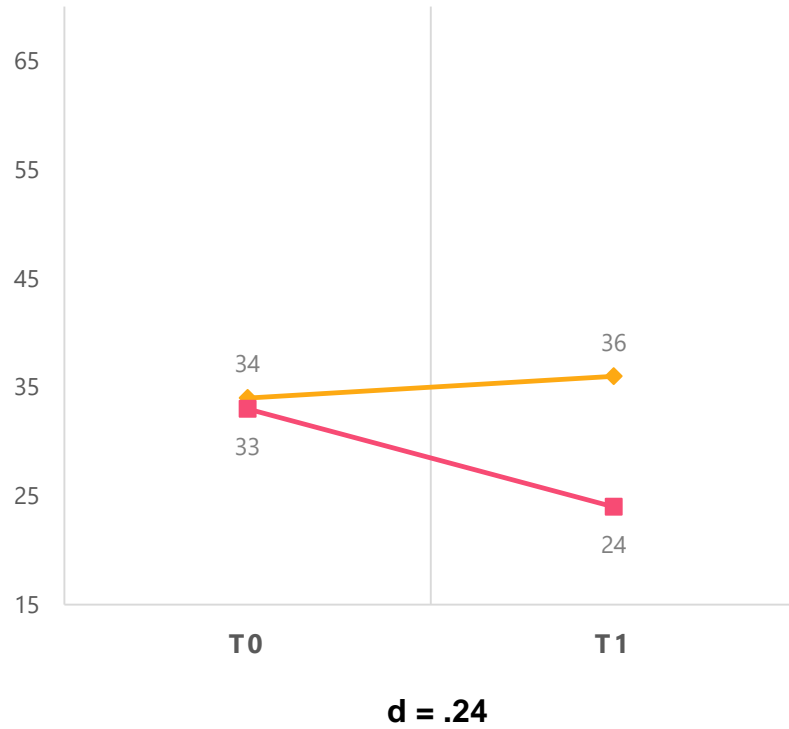
Évaluation :

744 élèves de 62 classes de 50 écoles
Essai randomisé contrôlé
Sept. 2021- juin 2022



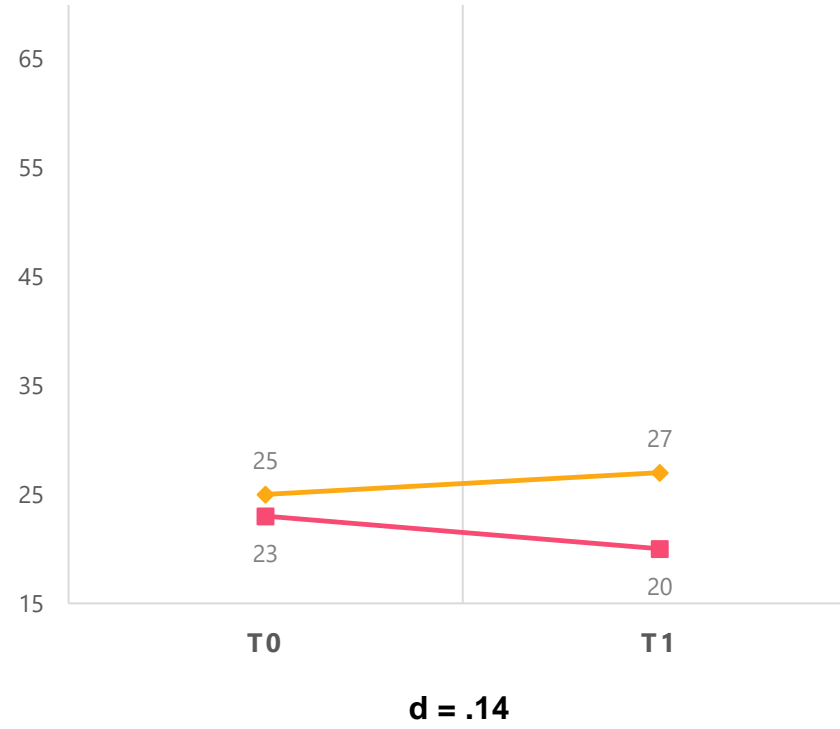
Effets du programme

SOUS-ÉCHELLE DES PROBLÈMES ÉMOTIONNELS

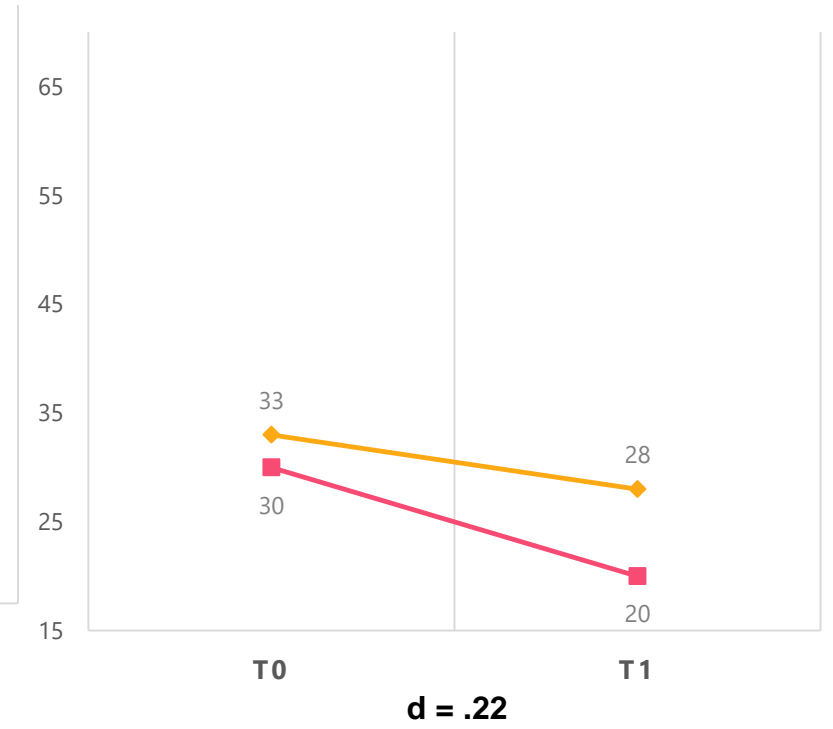


SOUS-ÉCHELLE DES PROBLÈMES COMPORTEMENTAUX

—◆— Groupe contrôle —■— Groupe intervention

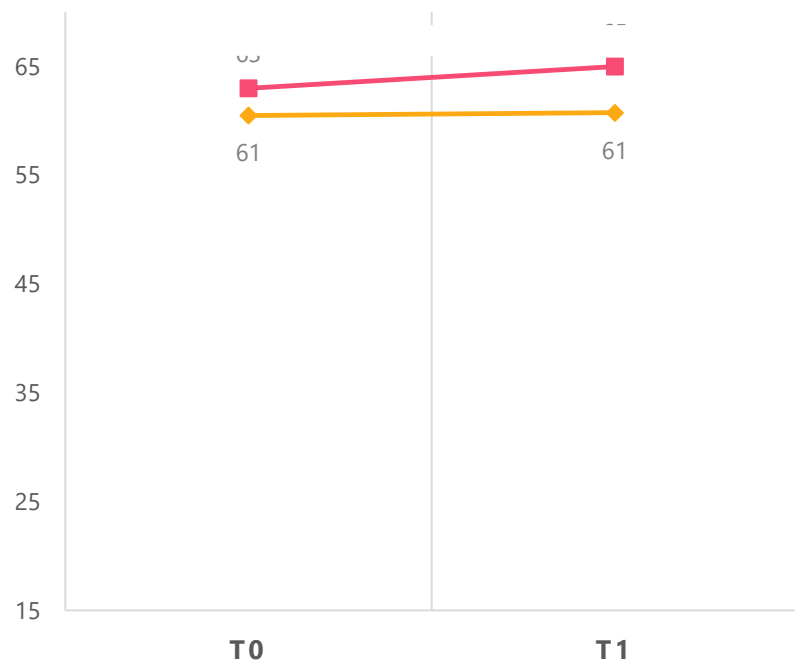


SOUS-ÉCHELLE DES PROBLÈMES RELATIONNELS



ÉCHELLE DES COMPORTEMENTS PRO-SOCIAUX

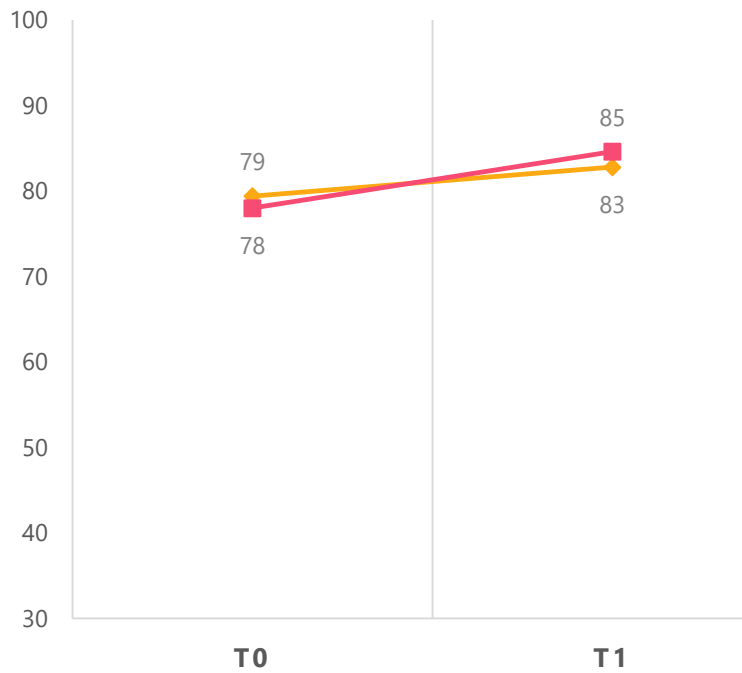
—◆— Groupe contrôle —■— Groupe intervention



$d = .19$

ÉCHELLE DE PROXIMITÉ AVEC L'ENSEIGNANT

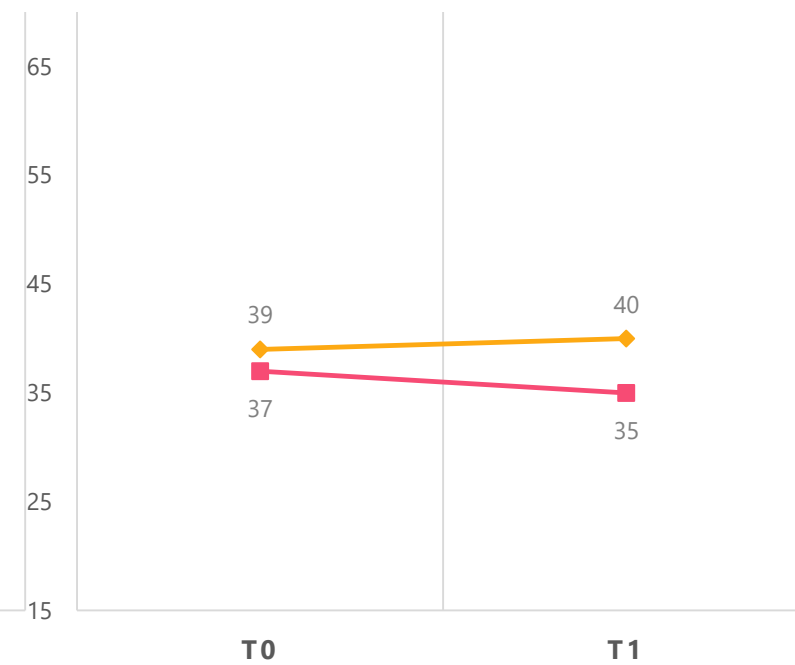
—◆— Groupe contrôle —■— Groupe intervention



$d = .17$

ÉCHELLE DE CONFLIT AVEC L'ENSEIGNANT

—◆— Groupe contrôle —■— Groupe intervention



$d = .17$



Quelques principes de ce programme fondé sur des données probantes françaises

Un engagement régulier dans le temps

Des leçons aux verbatims détaillés

Une progression dans les apprentissages

Un enseignement explicite des compétences

L'utilisation de supports visuels de type littérature jeunesse

Une dimension ludique et expérientielle

Le programme Vivre-ensemble

Fri for mobberi (libéré du harcèlement scolaire)

(MNEUVIALLE@ligueparis.org)

Les 4 valeurs de Vivre-ensemble – Fri For Mobberi

Tolérance ▶

C'est constater la richesse de la diversité et accepter les autres tels qu'ils sont.

Respect ▶

C'est être prévenant et traiter les autres avec gentillesse.

Bienveillance ▶

C'est montrer de l'intérêt, de la sollicitude et être aidant envers les autres.

Courage ▶

C'est oser aller vers les autres, et dire lorsque ses limites ou celles des autres sont franchies.

Des outils pour travailler les CPS dans toute l'école

Cartes dilemmes
Planches de discussion

Professionnels

Enfants

Parents

L'ami ours

Livret d'activités

Livret d'activités en plein-air

Livret de massage

Planches de discussions

Posters

Lettre pour les parents

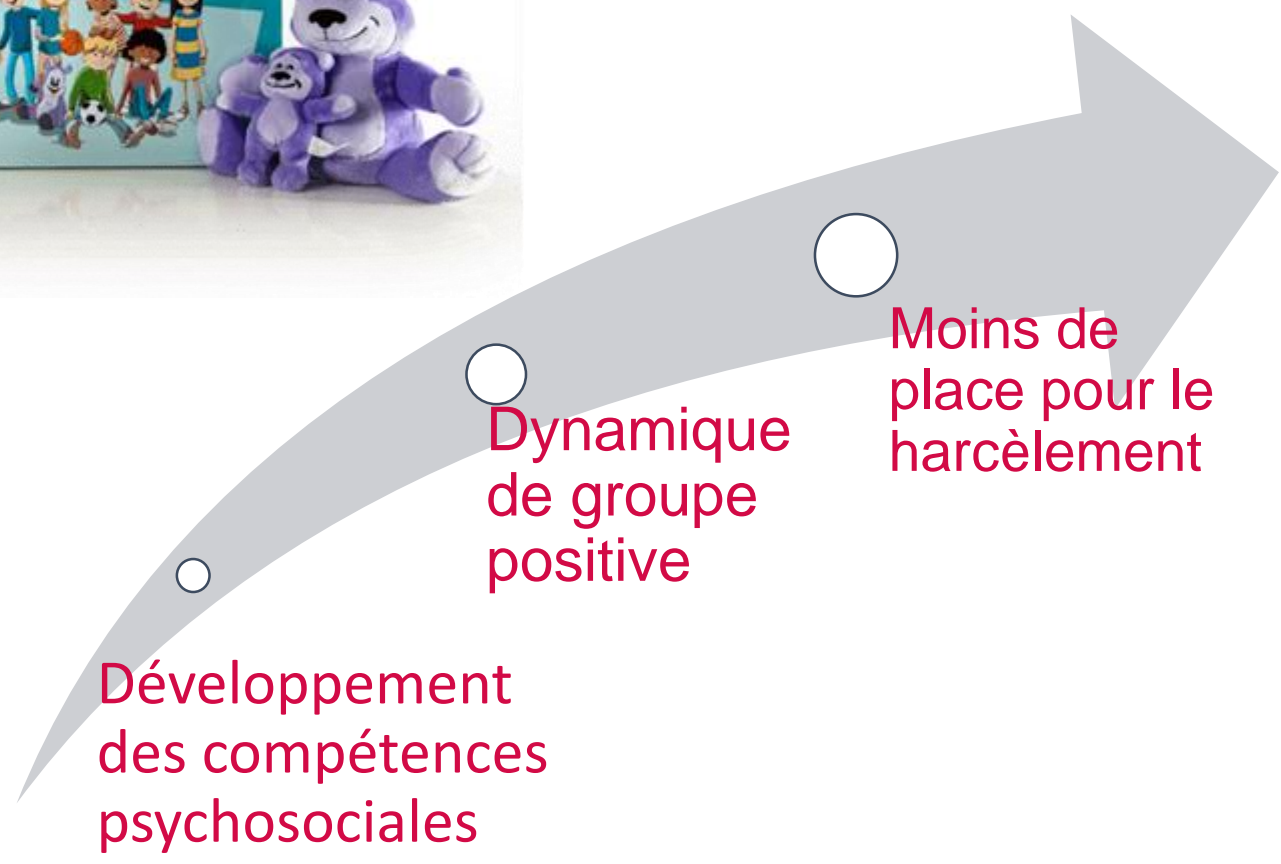
Cartes dilemmes

Planches de discussion





Efficacité sur le développement de l'empathie et de la coopération



Développement des compétences psychosociales

Dynamique de groupe positive

Moins de place pour le harcèlement



Quelques principes de ce programme fondé sur des données probantes étrangères qui reste à valider en France

Un travail sur la posture de tous les professionnels de l'École

Un travail possible avec les parents

Un enseignement explicite des compétences

L'utilisation de supports visuels de type littérature jeunesse

Une dimension ludique et expérientielle

PROGRAMMES CPS VALIDÉS

✓ Un cycle d'ateliers

- **Chaque atelier** aborde 1 CPS
- **Structuré** : manuel (intervenant) et livret (participant)
- **Dans la durée** : séance hebdomadaire de 1h à 2h, minimum 10 séances (pluriannuel)

✓ « Validé »

- **Efficacité démontrée**

Résultats +

Démontrés par une recherche évaluative de qualité : Essai Contrôlé

Randomisé (ECR) ou étude comparative quasi-expérimentale

Résultats répliqués dans une seconde étude (autre équipe)

Kit empathie et compétences psychosociales et intégration dans les séquences pédagogiques disciplinaires

Peuvent être développées grâce à un enseignement explicite par le biais de séances dédiées (Kit séances d'empathie) ou au sein de séquences pédagogiques articulant un objectif d'apprentissage disciplinaire et un objectif d'apprentissage de compétences psychosociales.



<https://eduscol.education.fr/document/53961/download?attachment>



Création d'un parcours pédagogique

A partir d'une boîte à outil conceptuelle et
pratique
fondée sur les données probantes



Utilisation d'un programme validé déjà existant

Après avoir été formé et équipé
avec les supports (manuels)

Création de parcours pédagogiques fondés sur les données probantes

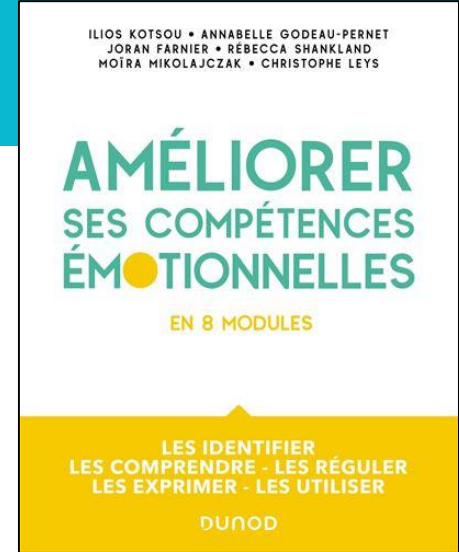
+	-
Autonomie de l'enseignant	Risque de saupoudrage
Faible risque de lassitude	Investissement pédagogique + lourd
	Preuve scientifique plus distante
	Risque de moindre cohérence

Utilisation d'un programme validé existant

+	-
Gain de temps pédagogique (création et supports)	Pas toujours accessible
Cohérence sur l'année et possible à travers les années	Parfois coûteux
Supporté par des preuves scientifiques directes	Risque de lassitude

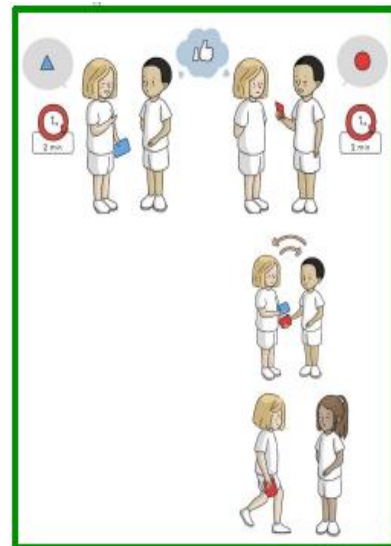
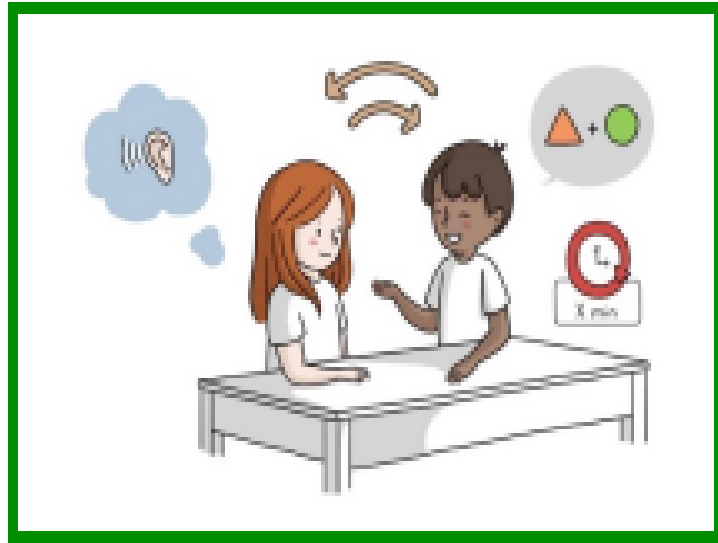
Apprentissage social, modalités pédagogiques et contextes favorables au développement des CPS

- ❖ L'adulte comme modèle de rôle : apprentissage vicariant (Bandura)
Développer les compétences psychosociales des adultes
- ❖ Proposer des modalités pédagogiques favorisant le développement et l'utilisation des compétences psychosociales (Buchs)
- ❖ Offrir un contexte favorable au développement des compétences psychosociales (Dangouloff, Tessier, & Shankland, 2022)



Modalités pédagogiques orientées vers le développement des CPS (Buchs, 2023)

Mini-structures coopératives



But : Faire le point sur les contenus d'enseignement de la séance

Organisation :

Par 2, avec votre voisin.e :

- . Personne A : présente ce qu'elle a retenu du cours
- . Personne B : écoute attentivement, puis complète en apportant les précisions qui lui semblent utiles

Les besoins psychologiques fondamentaux

AUTONOMIE

*Avoir son mot à dire,
Pouvoir choisir,
prendre des initiatives*

COMPÉTENCE

*Sentir que l'on a les
capacités à faire face à la
demande de la situation*



PROXIMITÉ SOCIALE

*Etre respecté par, et
connecté avec les autres*

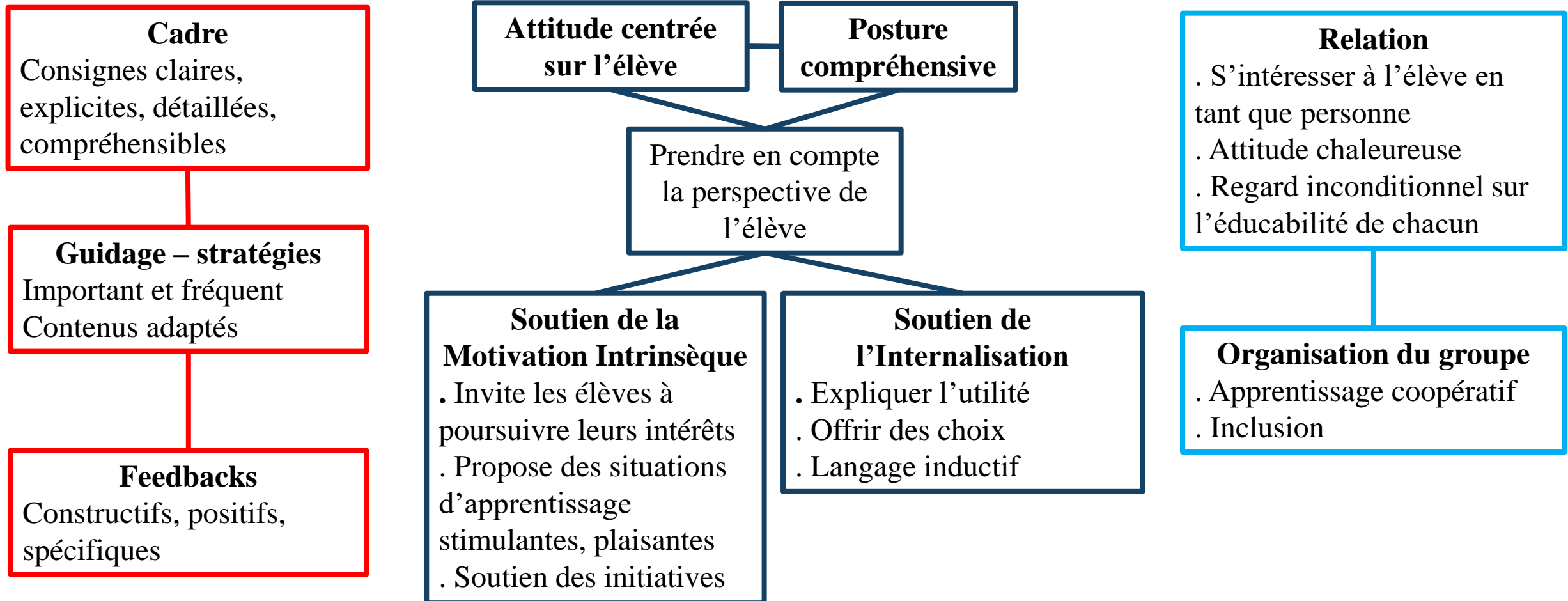
Répondre à ces besoins favorise le bien-être et réduit les comportements problématiques

(Deci & Ryan, 2001)

Le bien-être et la réussite scolaire, un défi pour les établissements

« Adoption d'une **attitude centrée sur l'élève** et d'une **posture compréhensive** permettant la mise en œuvre des comportements pédagogiques soutenant les besoins psychologiques des élèves » (Reeve & Cheon, 2021)

COMPÉTENCE → AUTONOMIE ← PROXIMITÉ SOCIALE

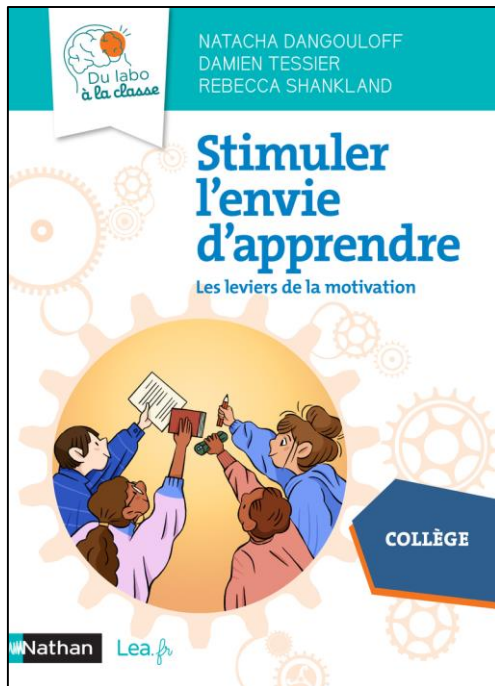


Exemple : Programme ProMoBE

Promouvoir la Motivation et le Bien-être à l'École

(Tessier & Shankland, 2019)

<https://promobe.univ-grenoble-alpes.fr/fr>



Programme PROMOBE

1. Motivation

Soutien des besoins psychologiques fondamentaux :

autonomie, compétence, proximité relationnelle

2. Comprendre et agir sur les émotions

Qu'est-ce que l'émotion

Comment fonctionnent les processus émotionnels

Comment réguler ses émotions et aider les élèves à réguler leurs émotions

3. Les pratiques d'attention

Effets de l'entraînement à la présence attentive sur la régulation émotionnelle

3. Jeu de rôle

Animation de pratiques

4. Interventions brèves validées de psychologie

Force personnelles, orientation de l'attention, bienveillance dans la relation

5. Conception d'une séquence

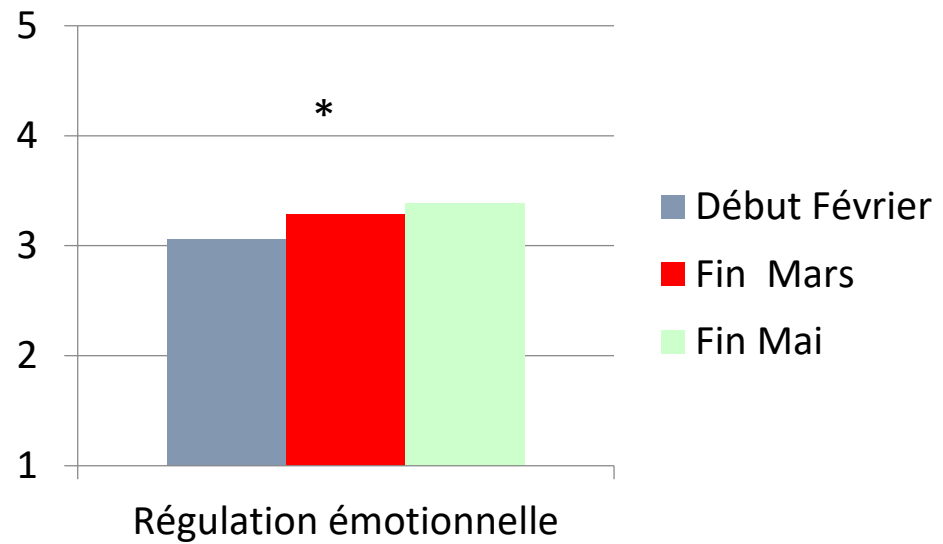
Intégrant des pratiques de régulation des émotions

Travail en sous-groupe

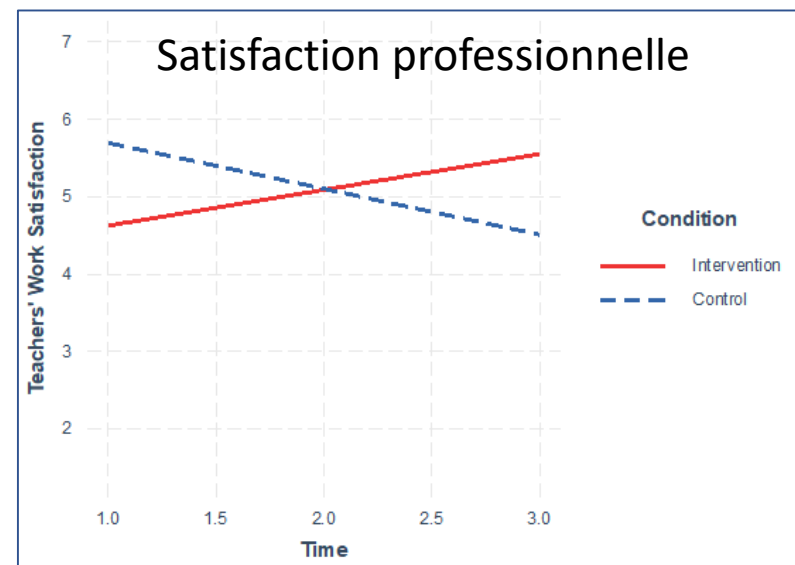
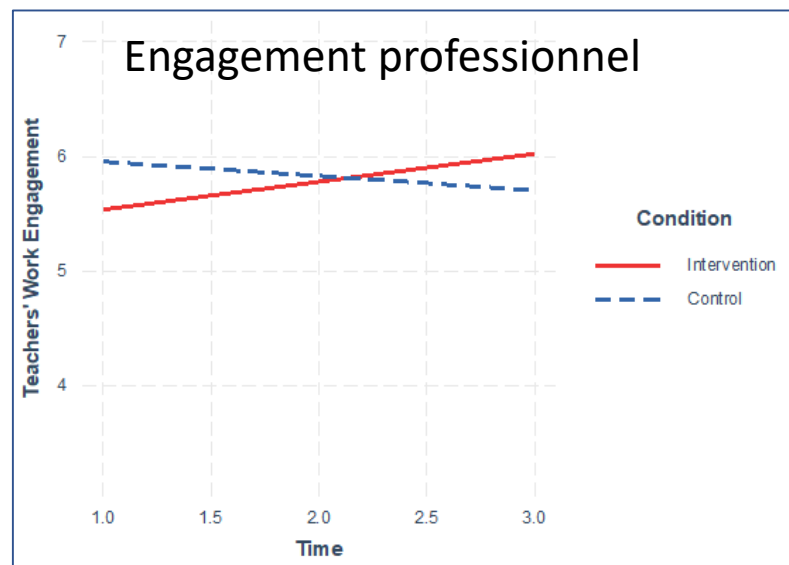
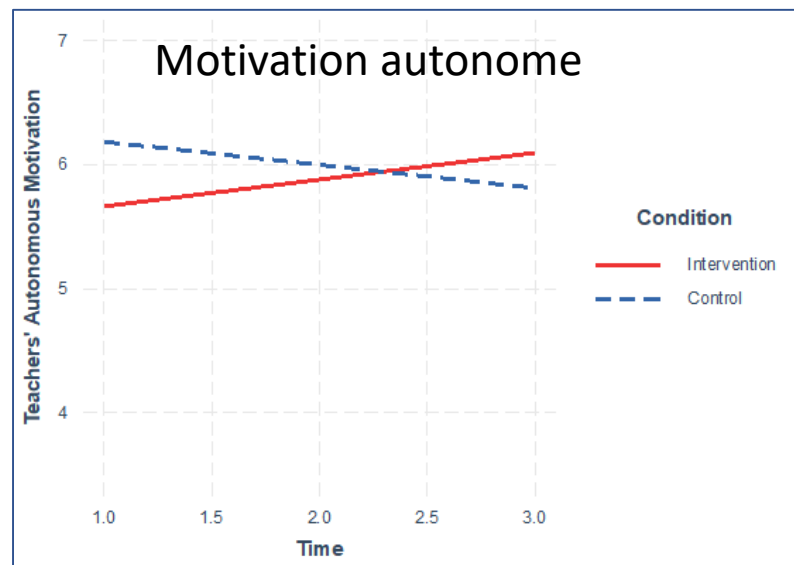
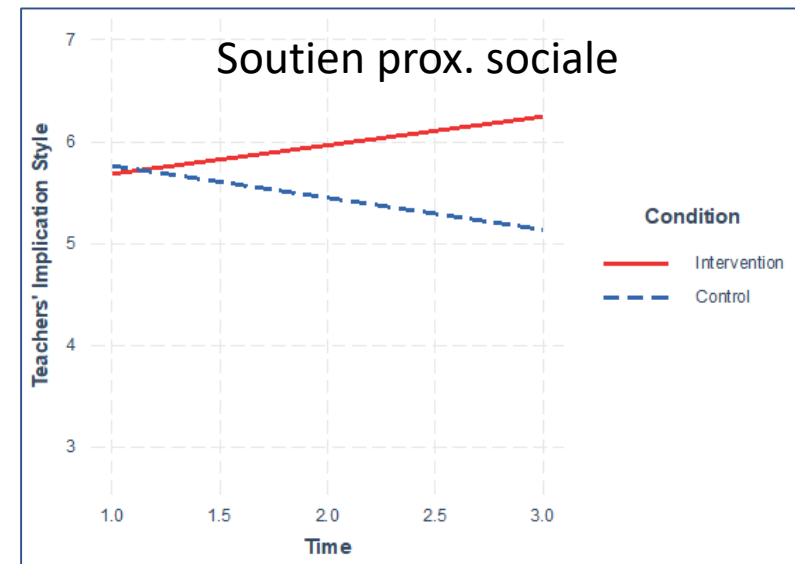
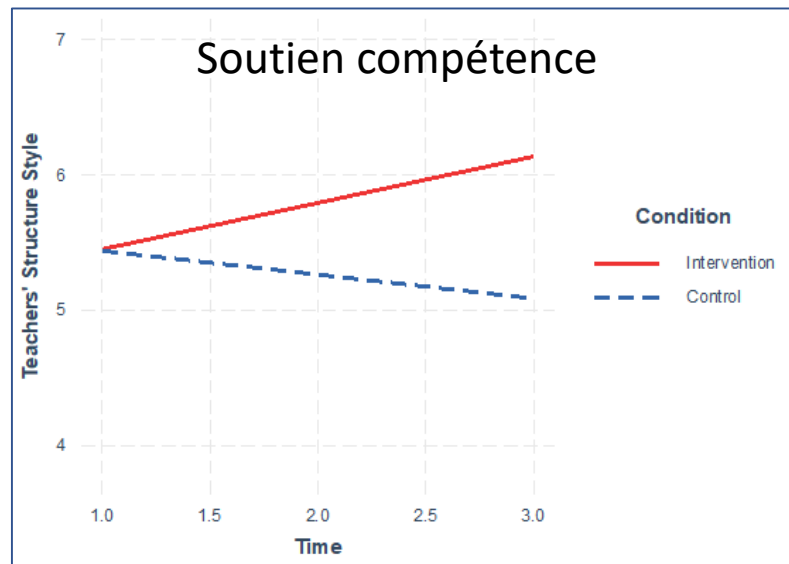
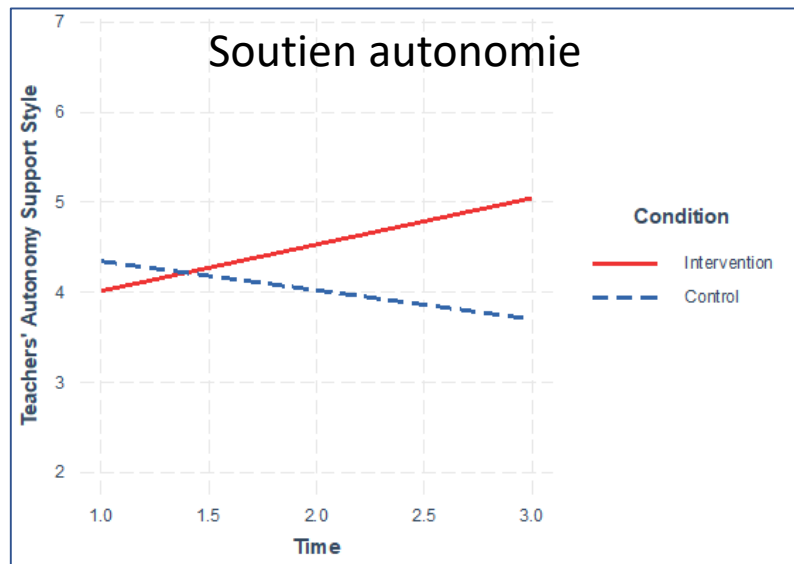
Partage en grand groupe

Synthèse centrée solution

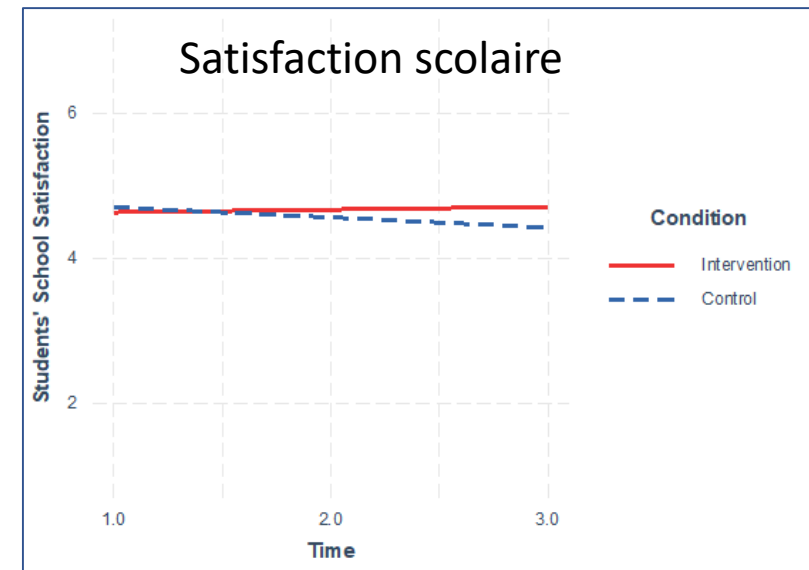
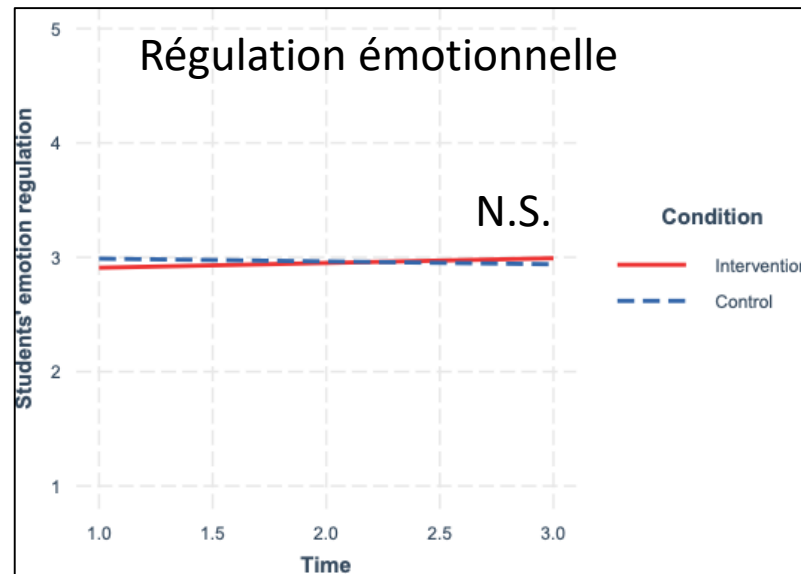
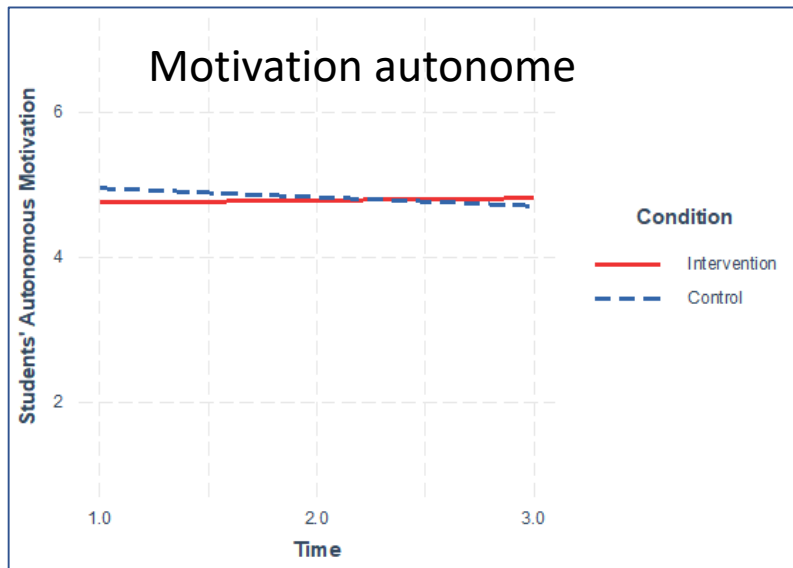
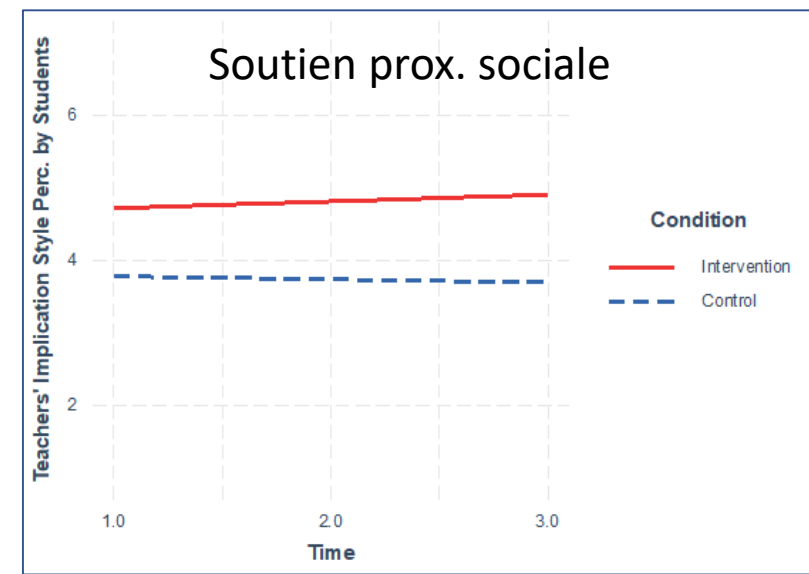
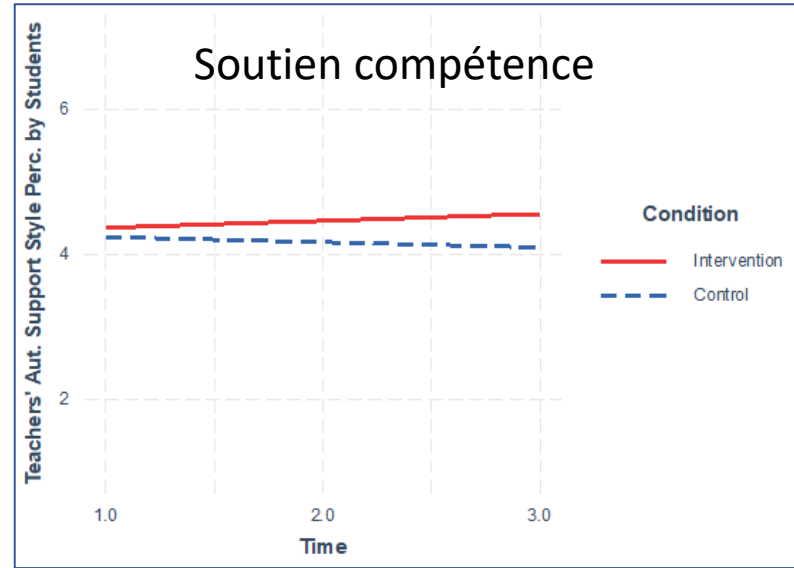
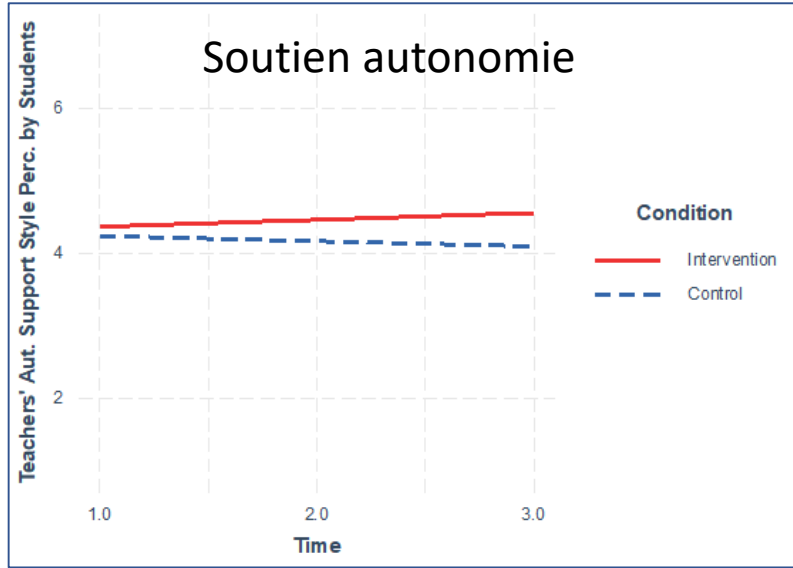
Résultats de la formation sur les enseignants concernant la CPS régulation des émotions (Tessier et al., 2021)



Résultats Enseignants



Résultats Elèves



Réaliser des actions de développement des CPS efficaces

I. Des CPS dans les pratiques courantes

- 1. Développer ses propres CPS (parcours académiques de formation, parcours en ligne SpF à venir)
- 2. Des activités CPS informelles (gestion de classe intégrant la mobilisation des CPS)
- 3. Utiliser une pédagogie active, expérientielle et soutenant les besoins fondamentaux des élèves

II. Des activités CPS spécifiques

- 4. Avoir un objectif d'apprentissage CPS explicite
- 5. Des activités CPS formelles dont les techniques sont fondées sur les données probantes
- 6. Intégrées dans un projet CPS collectif (projet d'établissement, en lien avec les partenaires éducatifs, les familles : un portage essentiel par la direction)



EN RESUME

DES INTERVENTIONS EFFICACES POUR DEVELOPPER
LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES, LE BIEN-
ETRE, LE CLIMAT ET LA REUSSITE SCOLAIRE

IMPORTANCE DE LA FORMATION DES PROFESSIONNELS
APPROFONDIE ET EXPERIENTIELLE

IMPORTANCE DE LA REPONSE AUX BESOINS
PSYCHOLOGIQUES FONDAMENTAUX DE TOUS

rebecca.shankland@univ-lyon2.fr