



Conférence interactive du 20 mai 2020 « La santé au service des apprentissages, ou comment sortir d'une approche sanitaire angoissante »

[Julien Masson](#), Université Claude Bernard – Lyon1 – Inspé -Laboratoire HESPER

Résumé de l'intervention

Pour aborder la question du retour à l'école après la période de confinement, il peut être utile d'évoquer la question du bien-être psychologique, qui est un élément essentiel de la santé.

La santé à l'école, un enjeu essentiel

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit en effet la santé comme un état de bien-être physique, mental et social, et pas uniquement comme une absence de maladie ou d'infirmité. En l'état actuel de la recherche, on estime que l'environnement social et économique détermine 50% de la « santé globale » d'un individu. Par conséquent l'école, qui est un élément constitutif de cet environnement, joue un rôle important en terme de santé publique d'autant qu'elle touche plus de 95% des moins de 18 ans. Des chercheurs (West, 2006, West, Sweeting et Leyland, 2004) ont établi un lien clair entre « réussite scolaire » et « état de santé des jeunes » et démontré qu'il existait un cercle vertueux entre apprentissage et santé. La santé à l'école constitue donc un enjeu majeur, et concerne tous les acteurs de l'éducation. Nous observons que les actions qui ciblent les déterminants sociaux de la santé et l'amélioration des conditions de vie quotidienne, parce qu'elles ciblent les aspects de bien-être, sont efficaces pour réduire les inégalités sociales de santé (ISS).

Sur le plan institutionnel, se dessine une stratégie nationale de santé. La Loi d'orientation et de programmation pour la refondation de l'école de la République (2013), avait fait de la promotion de la santé des élèves une mission de l'EN, renforcée dans le parcours éducatif de santé (2016), pour améliorer le bien-être et réduire les ISS.

Comprendre les compétences psychosociales pour penser le retour à l'école

Le confinement a été un catalyseur d'inégalités sociales, les élèves en situation de pauvreté étant pénalisés notamment par le manque d'équipement, alors que ces différences sont beaucoup moins visibles dans un cadre scolaire normal.

Favoriser le développement des compétences psychosociales est un levier important pour limiter ces inégalités sociales. On peut définir les CPS comme « la capacité d'une personne à maintenir un état de bien-être *subjectif lui permettant de répondre de façon positive et efficace aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne* » (OMS,1993). Les CPS se déclinent en trois catégories :

- Les compétences sociales (ou interpersonnelles) communiquer, se faire comprendre ; résolution de conflit ; compétences de plaider ; capacité d'empathie ; compétence de collaboration
- Les compétences cognitives : prise de décision et résolution de problème ; capacité critique
- Les compétences émotionnelles (ou d'autorégulation) : faire face à la colère, à l'anxiété, gestion du stress, pensée positive, maîtrise des techniques de relaxation

Les recherches ont validé l'idée que le travail sur les CPS a un effet très positif sur le climat scolaire. Toute la communauté éducative est concernée.

Fil des échanges

Quelles ressources pour travailler l'empathie, la bienveillance avec les élèves ?

Il existe de nombreux exercices, par exemple pour reconnaître les émotions sur le visage des autres élèves. On peut travailler à la fois sur l'empathie et les émotions. Le « cartable des CPS (<http://cartablecps.org/>) constitue une bonne base de départ. Ces ressources, conçues pour l'école primaire, fonctionneront aussi assez bien au collège. Dans le cadre du déconfinement, le site <https://covidailles.fr/> fournit des outils, en fonction des niveaux, pour travailler les CPS avec les élèves.

Comment, chez les très jeunes, « rétablir l'équilibre » face aux inégalités vécues pendant le confinement ?

Il est compliqué de rétablir la parole après une telle coupure ; cependant, même si ce qui a été vécu à la maison a été problématique, la recherche montre que l'école fonctionne comme une bulle, que le contexte extérieur n'a pas nécessairement déterminant : le bien-être qu'ils ressentent à l'école a un impact sur les résultats scolaires

Comment travailler les CPS avec des élèves plus âgés, lycéens ou étudiants ?

La recherche s'y intéresse assez peu, les études concernant les CPS en lycée sont mené sous l'angle de la lutte contre les addictions, pas sur celui du bien-être.

Que faire face à la difficulté pour les enseignants à voir les CPS comme quelque chose de transversal ?

Il importe d'évoquer les CPS dès la formation initiale, afin de sensibiliser les jeunes collègues dès l'entrée dans le métier. Insister aussi sur l'idée que les CPS se cultivent de front avec les compétences disciplinaires : On peut faire de la promotion de la santé en faisant des mathématiques (compétences cognitives) ; écouter, rassurer, encourager ses élèves c'est cultiver des CPS.

Témoignages et partages d'expérience :

Témoignage d'une proviseure de LP Dans le cadre d'une expérimentation, choix de casser la taille des salles, casser le volume horaire de certains enseignements, de façon empirique. En 6 ans, retours positifs sur l'ambiance vécue dans des classes avec peu d'élèves. Projets de classes sans notes, les élèves s'évaluent entre eux sur des CPS. Résultats positifs à divers titres : baisse de l'absentéisme, meilleure qualité de vie au travail pour les enseignants (très peu d'arrêts maladies), relation avec les élèves plus faciles, effets positifs au niveau des équipes.

Conclusion

L'idée est de profiter de ce retour à l'école pour expérimenter des situations permettant le développement des CPS ; il faut se l'autoriser ; Il y a un appui institutionnel, la recherche a montré que cela fonctionne, les programmes intègrent les CPS, alors il est temps de travailler sur la santé à l'école. Au départ, il faut lever la pression, donner du temps aux élèves ; la santé des élèves ne dépend pas que des soignants, nous en sommes tous responsables.

Ressources partagées

Le support de présentation de Julien Masson : [diaporama](#)

Des ressources pour s'enrichir

- [Chapitre « Promotion de la santé mentale » de l'ouvrage « Santé des enfants et des adolescents : Propositions pour la préserver », INSERM](#)
- [Des résultats d'une recherche intervention sur les CPS de l'IREPS](#)
- Des ressources institutionnelles sur les école promotrices de santé : [présentation de la promotion de la santé à l'école](#) sur le site Eduscol ; [vademecum « L'école promotrice de santé »](#)
-

Des ressources pour enseigner

- [Le cartable des CPS de l'IREPS](#)
- [La mallette CPS du déconfinement primaire-lycée de l'association covidailles](#)
- [Des outils et des activités pour la promotion de la santé du centre public d'action sociale de Charleroi \(Belgique\)](#)
-

Des expérimentations mobilisant les CPS

- [Une autre évaluation par compétence au lycée des métiers René Cassin, Rive-de-Gier \(42\)](#)
- [L'évaluation par compétences et sans note en CAP au LP Hélène Boucher, VÉNISSIEUX \(69\)](#)