

Oser **le bien-être** **au collège**

Christian GARCIA et Caroline VELTCHEFF

2016

Sommaire

Introduction	15
Quatre démarches d'amélioration du bien-être au collège	21
Bien-être pour tous à l'école ! Collège Sonia Delaunay, Paris	23
Plan d'amélioration du climat scolaire. Collège Joachim du Bellay, Cholet	43
Éduquer à l'empathie au collège. Collège Youri Gagarine, Trappes-en-Yvelines	61
Améliorer le climat scolaire et la réussite des élèves. Collège Albert Camus, Outreau	77
Mener une démarche dans un collège	101
Ce qu'il faut savoir	103
La notion de bien-être.	103
Les enquêtes mesurant le bien-être.	107
Approches qualitatives du bien-être au collège.	116
Le bien-être devient un droit	116
L'inscription des compétences psychosociales dans le socle commun	118
L'importance d'agir au moment de l'adolescence	119
Recommandations pour oser le bien-être au collège	123
Les acteurs de la démarche.	123
Le déclenchement du projet.	132
Approche systémique et démarche projet	134
L'importance du diagnostic.	138
Le plan d'action	142
Le suivi du projet et l'évaluation	150
L'importance de l'accueil pour tous.	152
Les conditions de réussite de la démarche	157
Pour aller plus loin	165
Sites	165
Ouvrages et guides	166
Revue	167
Liste des sigles	167

Introduction

▼ Un livre pour oser le bien-être au collègue

Oser le bien-être au collègue, des adultes comme des élèves, c'est ce que font depuis quelques années des établissements aux quatre coins de France. Est-ce bien sérieux et réaliste ? Peut-on vraiment en traitant cette question agir sur la réussite des élèves et l'épanouissement des professionnels ? Nous le pensons, parce que des expériences le prouvent et que la littérature conforte ces résultats.

C'est pourquoi de notre place, principal de collègue et inspectrice établissements et vie scolaire chargée pendant trois ans de la thématique du climat scolaire au niveau national, nous nous sommes lancés dans l'écriture de ce livre. Notre idée est de montrer l'intérêt d'oser le bien-être au collègue et la façon dont on peut s'y prendre. Nos propos s'adressent à tous ceux qui sont concernés par le sujet : responsables de collèges, conseillers principaux d'éducation, enseignants, personnels de santé scolaire, parents d'élèves, membres des comités d'éducation à la santé et à la citoyenneté, personnels des académies, des rectorats et des associations partenaires des établissements, etc. ; c'est-à-dire à tous les acteurs potentiels d'une telle démarche.

Cet ouvrage est centré sur le collègue, car c'est l'étape de la scolarité la plus délicate aussi bien pour les filles que pour les garçons : le bien-être des élèves, mesuré par différents types d'enquêtes, se dégrade du primaire au collègue, puis tout au long du collègue.

▼ Le bien-être, au carrefour de plusieurs disciplines

Le bien-être au collègue se situe au carrefour des disciplines médicales, sociologiques et juridiques. Nous l'illustrons ci-dessous et y reviendrons de façon plus concrète tout au long de l'ouvrage.

Bien-être et santé

Bien-être et santé sont intimement liés. Aussi, la définition de la santé de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a constitué une base de réflexion pour cet ouvrage : « La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. »

Aujourd'hui, un consensus commence à se dégager sur une définition opérationnelle de la notion de bien-être et sur son caractère pluridimensionnel (physique, pédagogique, relationnel et psychologique). Il renvoie à la manière dont les acteurs de la communauté éducative ressentent leur existence au sein de l'établissement. Le sujet concerne aussi bien les élèves, les professeurs et la direction des établissements que les parents, c'est-à-dire la communauté éducative dans son ensemble. Nous montrerons la nécessité de penser conjointement bien-être des élèves et bien-être des personnels, l'un avec l'autre et jamais l'un sans l'autre.

La notion de bien-être est plus englobante que celle de climat scolaire. À la différence du climat scolaire, qui fait l'objet de développements au sein de l'Éducation nationale, le bien-être des enfants et des adolescents est une priorité dans de nombreux secteurs des politiques publiques. Il bénéficie d'actions émanant de plusieurs ministères, Jeunesse et Sports, Santé, Éducation nationale.

Mesure du bien-être

Plusieurs études scientifiques françaises nous aident à caractériser ce qui influe sur le bien-être. Celui-ci varie selon l'âge et le genre. Ainsi, l'équipe conduite par Agnès Florin¹ a montré dans un travail sur une population d'élèves âgés de 10 à 11 ans que : « Les moins de 10 ans sont plus satisfaits de leur classe que les plus de 10 ans. Ils se sentent plus en sécurité que leurs camarades. Par ailleurs, comparativement aux garçons, les filles se décrivent comme plus satisfaites des activités scolaires et de leur classe. Elles tendent à se décrire comme ayant de meilleures relations avec leurs pairs et comme étant plus anxieuses à l'égard des évaluations. Elles se sentent moins en sécurité que les garçons. »

Sur le plan des études institutionnelles, l'enquête HBSC (*Health Behavior in School-aged Children*) est la principale étude menée au niveau international en collaboration avec le bureau régional de l'OMS pour l'Europe. Cette étude produit régulièrement de nouvelles données permettant de mieux comprendre la santé et le bien-être des jeunes âgés de 11, 13 et 15 ans dans 41 pays, ainsi que leurs comportements en matière de santé et leur contexte social. Nous alimenterons notre propos des résultats de cette enquête qui permettent de guider et penser l'action dans les collèges.

Cadre juridique du bien-être au collège

Une succession de textes juridiques autorise désormais le développement du bien-être à l'école. La Convention internationale des droits de l'enfant, ratifiée par la France dès 1990, puis la loi d'orientation et de programmation pour la refondation de l'école de la République du 8 juillet 2013 et son rapport annexé ont conduit à poser dans le droit scolaire français l'idée que « l'éducation doit permettre à chacun de développer sa personnalité, de s'insérer dans la vie sociale, d'exercer sa citoyenneté ». Le socle commun et le référentiel de compétences des personnels intègrent tous deux la notion de bien-être. La loi d'orientation de 2013² l'inscrit pour sa part

1. Florin A., Coudronnière C., Bacro F., Guimard P. « Quelle conception de la qualité de vie et du bien-être chez les enfants de 5 à 11 ans ? ». *Enfance*, vol 2015, n° 02, 2015, p. 189-194.

2. La circulaire n° 2016-008 du 28-01-2016 précise la loi en définissant notamment les trois axes autour desquels le parcours éducatif de santé des élèves est organisé : éducation à la santé, prévention et protection de la santé. *Bulletin officiel de l'Éducation nationale*, n° 5, 4 février 2016.

comme une condition indispensable à la réussite de tous les élèves et à l'amélioration de la qualité de la vie dans les établissements.

▼ Contenu de l'ouvrage

Nous avons construit ce livre en deux parties qui s'alimentent. La première partie présente quatre expériences conduites dans des collèges aux contextes différents. Leurs démarches sont variées et montrent plusieurs façons d'aborder la question. De ces expériences, nous avons tiré des enseignements et recommandations détaillés en seconde partie. Celle-ci explique dans un premier temps les points à comprendre pour se lancer dans une démarche d'amélioration du bien-être : notion de bien-être au collège, enquêtes sur le sujet, contexte juridique, compétences psychosociales... Elle s'attache ensuite à apporter des conseils pratiques pour mener ou participer à un projet dans son établissement.

Nous espérons que ce partage d'expériences, les leçons que nous en avons tirées et les données colligées donneront envie aux uns et aux autres de s'engager dans la voie du bien-être dans leur collège. Bonne lecture !

**Quatre démarches
d'amélioration
du bien-être au collège**

Comment procèdent les collègues qui mettent en place des programmes visant à améliorer le bien-être des élèves et des adultes ? Qu'est-ce qui déclenche leurs projets ? Qui y participe ? Quels types d'actions sont mises en place ? Avec quels résultats ? Au final, quelles leçons peut-on tirer de leurs expériences ?

Pour répondre à ces questions, nous avons identifié quatre projets ayant porté leurs fruits, en ayant le souci de choisir des établissements aux contextes différents (petites et grandes villes, académies diverses) et n'ayant pas utilisé les mêmes modes d'action. Puis, nous avons sollicité et rencontré leurs pilotes pour retracer leur expérience. Tous ont joué le jeu, ont pris le temps de nous expliquer leur démarche et de répondre à nos questions. Nous les en remercions ici.

Tour à tour, les pages qui suivent décrivent ces quatre expériences selon un canevas identique : le projet « Bien-être pour tous à l'école ! » mené au collège Sonia Delaunay dans le 19^e arrondissement de Paris, le plan d'amélioration du climat scolaire du collège Joachim du Bellay de Cholet, la démarche « Éduquer à l'empathie » suivie au collège Youri Gagarine de Trappes et celle menée pour améliorer le climat scolaire et la réussite des élèves au collège Albert Camus d'Outreau.

Ces récits ne constituent pas des modèles à suivre mais plutôt une source d'inspiration pour réfléchir à la meilleure façon d'améliorer le bien-être de tous dans chaque établissement. Ils montrent que divers chemins sont empruntables, suivant le contexte et l'histoire du collège, les ressources disponibles et les opportunités qui se présentent.

Nous avons tiré de ces expériences des recommandations qui, avec d'autres éléments, forment la deuxième partie de ce livre destinée à permettre au lecteur de passer à l'action.

Bien-être pour tous à l'école ! Collège Sonia Delaunay, Paris

Dans une zone d'éducation prioritaire, un projet qui vise le bien-être de tous, en misant au départ sur l'accueil des 6^e.



Image 1. Illustration extraite du carnet d'activités destiné aux élèves de 6^e, adaptée en rouge et noir

Situation de départ

▼ Le collège en 2012

Le collège Sonia Delaunay est situé en zone d'éducation prioritaire dans le 19^e arrondissement de Paris. Il accueille chaque année environ 500 élèves. C'est un « collège de toutes les couleurs », en référence à l'œuvre de l'artiste peintre dont il porte le nom et aussi aux multiples origines et cultures des collégiens qui le fréquentent. La moitié des élèves sont issus de familles défavorisées. Une proportion importante de collégiens présente des difficultés scolaires à l'entrée en 6^e. L'établissement comporte trois classes spécialisées : une classe pour les élèves non scolarisés antérieurement qui sont le plus souvent non francophones³, une classe pour les élèves de langue étrangère dont l'intégration scolaire est immédiate mais progressive⁴ et une unité localisée pour l'inclusion scolaire⁵ destinée à des élèves qui ont un handicap reconnu par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées⁶.

La communauté adulte est composée de 84 personnes : 49 professeurs (dont 28 en classe de 6^e), 3 conseillers principaux d'éducation (CPE), 3 personnels de direction, 1 conseiller prévention, 12 assistants d'éducation, 3 personnes au service médico-social (1 infirmière à temps plein, 1 conseillère d'orientation psychologue à quart-temps et 1 assistante sociale à mi-temps), 2 personnels de secrétariat, 9 personnels de service, 1 personne chargée de la gestion du réseau informatique et 1 coordonnateur en éducation prioritaire à mi-temps.

Le bâti du collège Sonia Delaunay est intégré dans l'architecture parisienne. Une grande grille le sépare de la rue. Il est composé de deux bâtiments qui communiquent entre eux par le premier étage et par la cour. Le bâtiment A, conçu dans une vision architecturale moderne⁷, non réellement fonctionnelle, est le plus récent (1988) ; il comporte quatre étages. Le hall d'entrée qu'il abrite ouvre sur la rue Dehaynin. Le bâtiment B, plus bas d'un étage et tout en longueur, est perpendiculaire à la rue Dehaynin et parallèle à la rue Tandou. La cour, arborée, avec un préau ouvert, longe d'un côté le bâtiment B et, de l'autre côté, la cour de récréation d'une école primaire. Par elle, on accède au local d'Action collégiens et à la salle polyvalente

3. UPE2A-ENSA : unité pédagogique pour élèves arrivants allophones – élèves non scolarisés antérieurement.

4. UPE2A-CLG : unité pédagogique pour élèves arrivants allophones – collège.

5. ULIS : unité localisée pour l'inclusion scolaire.

6. Une commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH) existe dans chaque maison départementale des personnes handicapées (MDPH). Sa fonction est de répondre aux demandes des personnes handicapées (y compris les enfants) concernant leurs droits en matière d'orientation ou d'attribution d'aides et de prestations.

7. Architecte : Henri Gaudin.

qui abrite le foyer et un espace de réunion. Les rez-de-chaussée et premiers étages des deux bâtiments regroupent la direction, l'administration, les services médico-sociaux, les bureaux des conseillers pédagogiques et de la conseillère d'orientation, le centre de documentation et d'information, le réfectoire, la salle des professeurs et des salles de classe. Les autres salles de classe sont réparties dans les étages des deux bâtiments.

L'image du collège souffre de l'existence d'un trafic de crack qui s'est déroulé pendant plusieurs années à proximité de son entrée mais qui semble en voie d'extinction grâce aux actions des forces de police de la zone de sécurité prioritaire dans laquelle se trouve l'établissement.

▼ Le quartier

Le secteur de recrutement du collège s'étend de l'avenue de Flandre à l'avenue Jean Jaurès. La plupart des élèves viennent des six écoles primaires du quartier, quelques-uns sont issus de deux écoles un peu plus éloignées, situées rue de Tanger.

Étant implanté en zone d'éducation prioritaire, le collège constitue, avec quatre écoles primaires, le réseau de réussite scolaire (RRS) Delaunay. Le comité exécutif du réseau, composé des directeurs des écoles primaires et du principal, se réunit trois fois par an en présence d'une inspectrice de l'Éducation nationale du primaire⁸.

Une démarche d'atelier santé ville (ASV) est menée par la municipalité sur deux quartiers du 19^e, Flandre et Danube-Solidarité. Une partie des élèves du collège habite le quartier Flandre.

Plusieurs associations sont actives dans le secteur : Le Cafézoidé, café culturel pour les enfants de 0 à 16 ans et leurs familles (dans le même pâté de maisons que le collège), J2P⁹, association de développement local et centre socioculturel qui agit sur un territoire voisin, Club du canal, club de prévention spécialisée de la Fondation OPEJ¹⁰ - Baron Edmond de Rothschild, et Espace 19, association qui développe de nombreuses activités dans le 19^e arrondissement.

▼ Dynamique santé et ouverture sur le quartier

En termes de dynamique santé et d'ouverture sur le quartier, différentes initiatives sont à noter. Un professeur de lettres anime des ateliers débats à visée philosophique dans plusieurs écoles du réseau. Le comité

8. Le conseil école-collège créé en 2013-2014 est venu doubler la structure RRS qui se nomme désormais «réseau d'éducation prioritaire» (REP). La caractéristique principale, et appréciable, du conseil école-collège est une présence importante des enseignants du primaire et du secondaire autour d'une même table.

9. Jaurès Petit Pantin.

10. Œuvre de protection des enfants juifs.

d'éducation à la santé et à la citoyenneté (CESC) est dynamique. Il réalise des actions sur divers thèmes selon les niveaux de classe (le racket, l'intimidation et le harcèlement, le tabac, le sommeil et la dépendance aux jeux vidéo, la nutrition, la vie affective et sexuelle, les addictions aux produits toxiques) et une information sur l'autisme en 3^e. Le dispositif de prévention éducative Action collégiens de la mairie de Paris intervient dans l'établissement.

Le collège concourt à des actions menées par des associations de quartier : ateliers théâtre-forum avec l'association J2P pour exprimer la vision des parents sur le collège, activité festive « La rue aux enfants » avec Le Cafézöïde.

Le principal intervient avec les principaux des autres collèges environnants dans les réunions organisées par les directeurs d'écoles à l'intention des élèves de CM1-CM2 et de leurs parents.

L'établissement participe à l'enquête DIESE¹¹ et à d'autres études, notamment sur la sexualité des adolescents.

▼ Contexte académique

Le projet académique 2010-2013 définit trois grands axes d'action autour :

- de l'accès à la culture et de l'ouverture internationale et linguistique pour tous ;
- de la fluidité des parcours jusqu'à l'enseignement supérieur ;
- du pilotage des établissements parisiens pour la réussite du projet académique dans le respect de leur autonomie.

Dès 2011, la réflexion engagée sur la rénovation du projet académique amène les services de santé du rectorat à s'associer à la Mutuelle générale de l'éducation nationale (MGEN) pour mettre en place un dispositif santé et bien-être en milieu scolaire. Le postulat est le suivant : si la réussite de tous et de chacun est étroitement liée aux pratiques pédagogiques, elle est largement favorisée lorsque tous les acteurs impliqués dans l'acte éducatif font l'expérience de relations apaisées par l'instauration d'un cadre de travail bienveillant, attentif aux progrès et résolument tourné vers la mise en confiance des élèves comme des adultes. Ainsi, le projet académique 2014-2017 intègre un axe intitulé « Créer un cadre serein, respectueux de tous, pour des apprentissages de qualité ».

11. L'enquête DIESE [dispositif informationnel sur les environnements de santé des élèves] est librement proposée aux collèges et lycées de l'enseignement public à Paris. Elle est réalisée conjointement par l'académie et la caisse primaire d'assurance maladie de Paris.

Histoire du projet

Christian Garcia prend la direction du collège Sonia Delaunay en septembre 2011. Il constate alors un mal-être important dans la communauté adulte : l'équipe de direction et celle des professeurs travaillent peu ensemble ; les représentants des parents sont présents tandis que la plupart des parents n'ont pas d'autres contacts avec le collège que les rendez-vous institutionnels, comme la remise des bulletins, qui sont stressants pour eux. Le profil des élèves accueillis et de leurs familles ne facilite pas la tâche. Le principal souhaite impulser une nouvelle dynamique dans l'établissement et redonner envie aux élèves comme aux adultes de venir au collège. Son parcours à l'étranger (notamment au lycée franco-mexicain de Mexico) l'a convaincu de l'intérêt d'une démarche basée sur le développement de l'estime de soi à la fois chez les élèves et dans la communauté adulte. Le médecin scolaire et l'infirmière jugent également cette approche intéressante. Par ailleurs, la démarche développée jusqu'à présent par le CESC (actions santé sur divers sujets menées par des acteurs variés) lui paraît dépourvue de vision globale.

Lorsqu'en avril 2012, il reçoit l'appel à candidatures émanant de la direction départementale de la cohésion sociale, de la MGEN et du rectorat de Paris pour participer à un projet innovant de promotion de la santé à l'école, il l'étudie de près. Il s'agit d'un projet de recherche-action intitulé « Bien-être pour tous à l'école ! » ciblant un collège du 19^e arrondissement et ses écoles de rattachement, situés dans un quartier pointé par l'atelier santé ville. Les bases du projet reposent sur les concepts de compétences psychosociales et d'estime de soi. Un accompagnement par un chercheur en recherche interventionnelle de la Fondation d'entreprise MGEN pour la santé publique (FESP MGEN) est prévu. Le bien-être visé est celui des élèves comme celui de la communauté adulte. Le but est de permettre à tous d'agir ensemble, de remplacer une approche centrée sur les individus (qui s'attache à modifier les comportements individuels) par une approche centrée sur le collectif. L'idée est que l'établissement et la communauté éducative œuvrent pour la santé de tous et s'attachent à l'amélioration de l'articulation école-collège. Le principal convainc son conseil d'administration et l'équipe enseignante de l'intérêt pour l'établissement de s'impliquer dans un tel projet. Il propose ensuite la candidature du collège et celle-ci est retenue. Informée par le réseau de réussite scolaire, l'école Pierre Girard, qui travaillait déjà depuis un certain temps sur la notion du vivre ensemble, se porte volontaire pour rejoindre le projet. L'aventure commence.