



COMMENT FAVORISER LE BIEN-ÊTRE DES ÉLÈVES ET DES AUTRES ACTEURS DE L'ÉCOLE



Nadia Rousseau, Ph. D.



PLAN DE PRÉSENTATION

- L'expérience scolaire et le bien-être à l'école – mise en contexte
- Le bien-être à l'école – tirer profit de la voix des élèves
- Mise en action



POUR SE METTRE EN ACTION



Réflexion par table ronde : 5 minutes

- **Selon vous, qu'est-ce que le bien-être à l'école?**
- **Quel serait le portrait type d'un élève bien dans sa classe... dans son école?**

PARTIE 1

○ L'expérience scolaire et le bien-être à l'école

- La notion de bien-être à l'école
- L'expérience scolaire
- Les composantes de l'affectivité dans l'apprentissage
- Les émotions en classe



LA NOTION DE BIEN-ÊTRE – EN GÉNÉRAL

(ESPINOSA, 2021, 2022)



Le bien-être subjectif ou hédonique (état) appréhendé au moyen de :

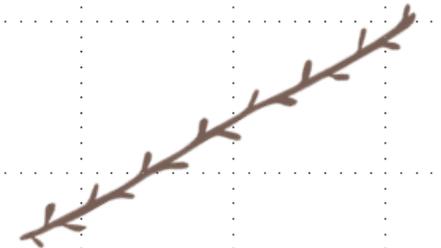
- satisfaction à l'égard de sa vie
- affects positifs
- faible niveau d'affects négatifs

Le bien-être psychologique ou eudémonique considéré comme un **processus** d'accomplissement/ réalisation de soi :

- Autonomie
- Maîtrise de l'environnement
- Croissance personnelle
- Relations positives avec les autres
- Buts dans la vie
- Acceptation de soi

Perspective mixte

Conciliation entre les perspectives subjectives et psychologiques



LA NOTION DE BIEN-ÊTRE – À L'ÉCOLE

(KONU ET AL., 2002A; 2002B)



Les conditions scolaires

- Environnement physique autour de l'école
- Conditions matérielles à l'intérieur de l'école (sécurité, confort; bruit, température, etc.)
- Environnement d'apprentissage (taille du groupe, emploi du temps, etc.)
- Services aux élèves (déjeuners, conseillers, etc.).

Les relations sociales

- Environnement social d'apprentissage
- Relations enseignant-élève et entre pairs
- Dynamique de groupe
- Intimidation
- Relations école-familles
- Climat scolaire

Les moyens d'épanouissement personnel

- Moyens mis à la disposition des élèves pour leur épanouissement
- Participation à la prise de décision
- Prises d'initiatives
- Expériences positives d'apprentissage

L'état de santé

- Physique
- Psychologique
- L'élève doit apprendre à vivre avec son état de santé et pouvoir partager son expérience scolaire.

LE BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE



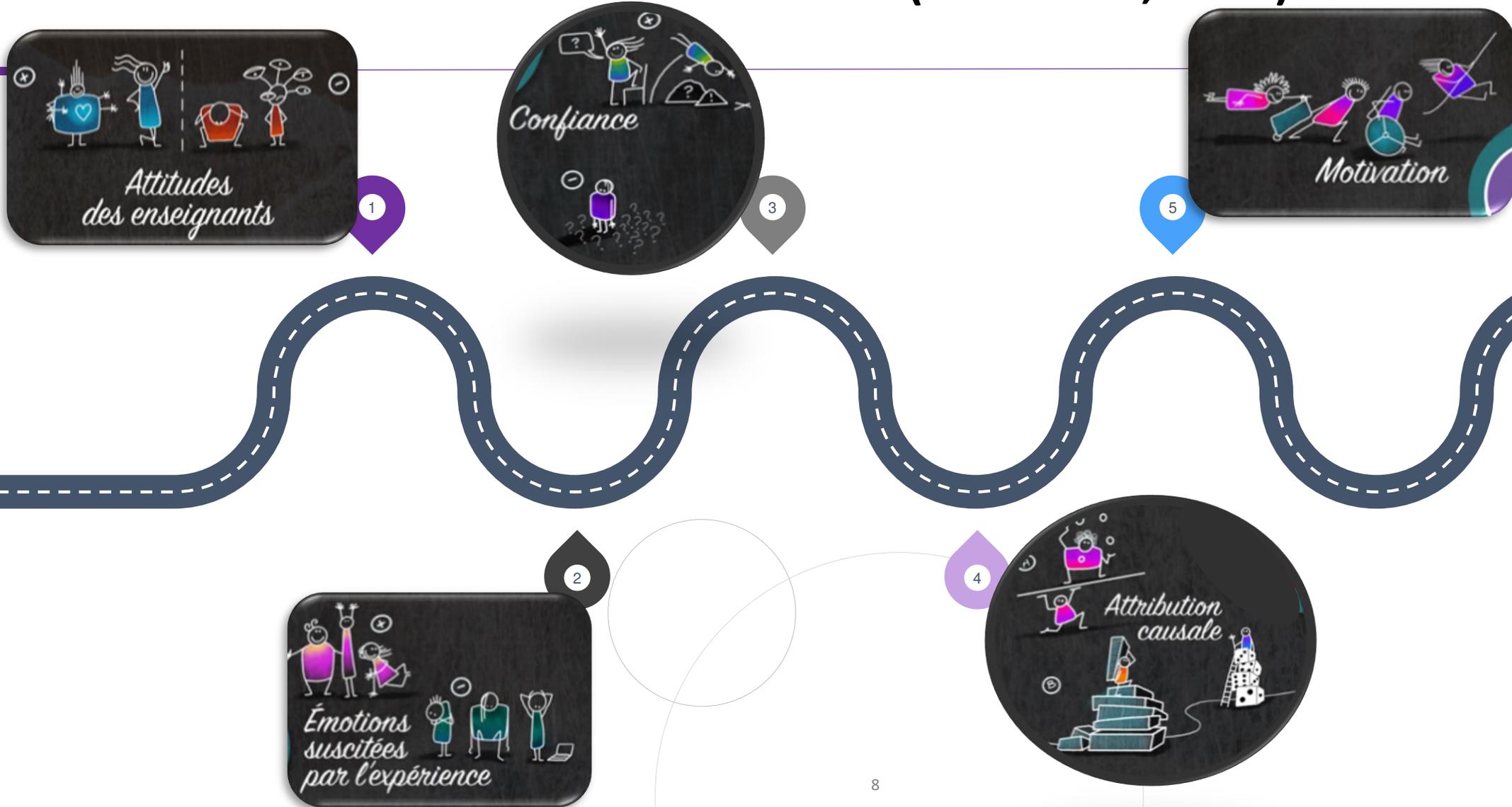
Qualité de l'expérience scolaire – premier pas vers le bien-être

Influence de l'expérience scolaire sur :

- **Le rapport à l'école et la construction du soi apprenant**
 - Compétence/incompétence
 - Appréciation/jugement
 - Contrôlabilité/incontrôlabilité
 - Importance de la tâche (Monteil et Huguet, 2002)
- **Les résultats scolaires et les perspectives d'orientation** (Bamba, 2018; Le Bastard-Landrier, 2005)

**L'expérience scolaire est intimement liée à la place qu'occupe
l'affectivité dans le processus d'apprentissage** (Espinosa, 2016, 2018)

●●●● CINQ COMPOSANTES ESSENTIELLES DE L'AFFECTIVITÉ DANS L'APPRENTISSAGE (ESPINOSA, 2016)





1

Attitudes des enseignants



Expérience de l'élève liée aux attitudes manifestées/perçues par ses enseignants



5 Composantes essentielles de l'affectivité dans l'apprentissage

(Espinosa, 2016)



2

Émotions suscitées par l'expérience



Négatives : peur, crainte, malaise
Ferme à l'apprentissage
(repli sur soi, découragement, etc.)



Positives : bonheur, plaisir
Ouvre à l'apprentissage
(motivation, stimulation, etc.)



5 Composantes essentielles
de l'affectivité dans l'apprentissage (Espinosa, 2016)



3

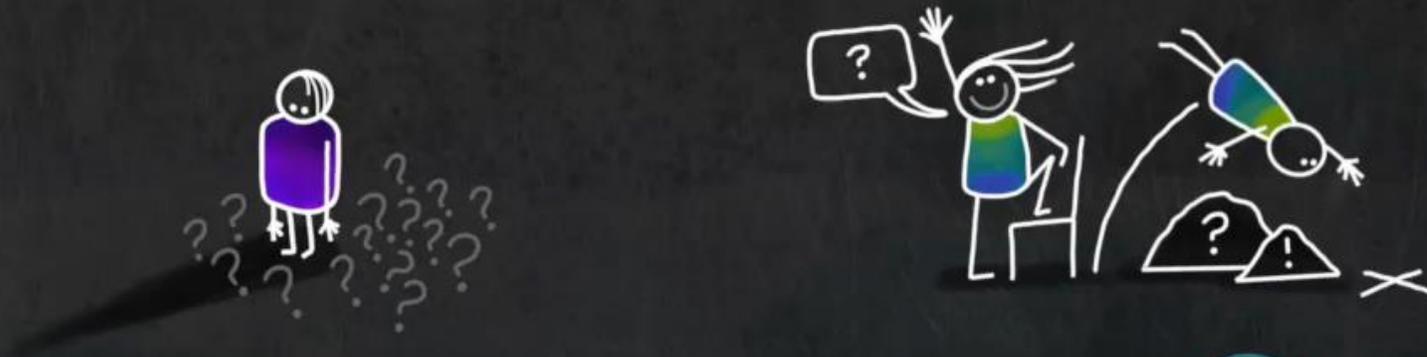
Confiance



L'élève qui manque de confiance est plutôt inhibé, reste seul avec ses questions.



L'élève qui a confiance prend des risques, pose des questions.



5 Composantes essentielles de l'affectivité dans l'apprentissage

(Espinosa, 2016)



4

Attribution causale

A

Interprétation de ce que l'élève vit et qui s'acquiert dans la relation enseignant/élève.

B

Je vis du succès en raison de mes efforts; je vis du succès en raison de la chance.



5 Composantes essentielles de l'affectivité dans l'apprentissage

(Espinosa, 2016)





5

Motivation

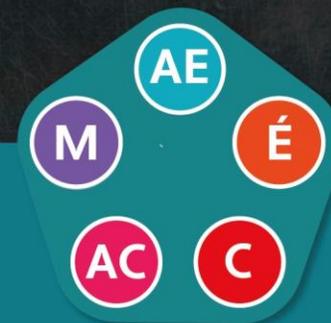


C'est en étant actif et engagé que l'élève devient motivé!



5 Composantes essentielles de l'affectivité dans l'apprentissage

(Espinosa, 2016)



*Les émotions
négatives
nuisent aux
apprentissages*
(Valiente et al., 2012)

Colère : insatisfaction, injustice,
besoins non satisfaits



Tristesse : état de manque,
impuissance, déception



Colère et tristesse : ↓
motivation, attention,
concentration, mémorisation,
rendement scolaire

LE BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE

Les émotions positives aident aux apprentissages
(Fredrickson, 2001)

**nuances*

Amènent un sentiment de joie, d'enthousiasme, de fierté

Améliorent la réussite scolaire

Amènent de l'ouverture et de la flexibilité

Favorisent les comportements et les pensées d'exploration chez les élèves



PARTIE II

○ Le bien-être à l'école – tirer profit de la voix des élèves



Pourquoi mobiliser la voix des personnes apprenantes?



La voix des élèves

Reconnaitre la place de la voix des élèves en contextes éducatifs

- Droit de faire entendre leur voix dans la prise en compte des décisions les concernant
- Importance de leur voix dans le partage de stratégies visant à soutenir l'apprentissage (Flutter, 2007)



Une démarche nécessaire

Recourir à la voix des élèves est nécessaire :

- pour appréhender la complexité des rapports qui se vivent en contextes éducatifs
- pour porter le message d'une diversité de personnes apprenantes (Bolic Baric et al., 2016)



APPRÉHENDER LE BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE SOUS L'ANGLE DE LA VOIX DES PERSONNES APPRENANTES

Métasynthèse

- **Synthèse de résultats de plusieurs recherches qualitatives pour :**
 - offrir une nouvelle interprétation (Fingeld, cité dans Beaucher et Jutras, 2007, p. 62)
 - offrir une nouvelle compréhension d'un phénomène donné (Walsh et Downe, 2005)

Principaux critères d'inclusion

- Études portant sur la voix des jeunes et le bien-être
- Études portant sur les jeunes âgés de 5 à 19 ans inclusivement
- Études primaires et qualités scientifiques de la recherche
- Études publiées entre 2005-2021
- Études publiées en langue française ou anglaise
- **2119: 96-50-27:** Canada (5 textes); États-Unis (5 textes); Australie (5 textes); Angleterre (4 textes); Suède (2 textes), Espagne (2 textes); Suisse (1 texte); Irlande (1 texte); Allemagne (1 texte); Danemark (1 texte)



LE BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE – LA PERSPECTIVE DES PERSONNES APPRENANTES (ROUSSEAU ET AL., 2023)

Qu'est-ce que le bien-être :

- Souvent associé à un état émotionnel (le plaisir, la joie et la satisfaction)
- Parfois associé à l'expérience de connexion avec l'autre (affiliation, acceptation des autres)
- Aussi associé au fait d'avoir certains droits (droit à une voix, au soutien, au respect, à la confidentialité, à l'égalité)

Le bien-être, c'est aussi associé au fait :

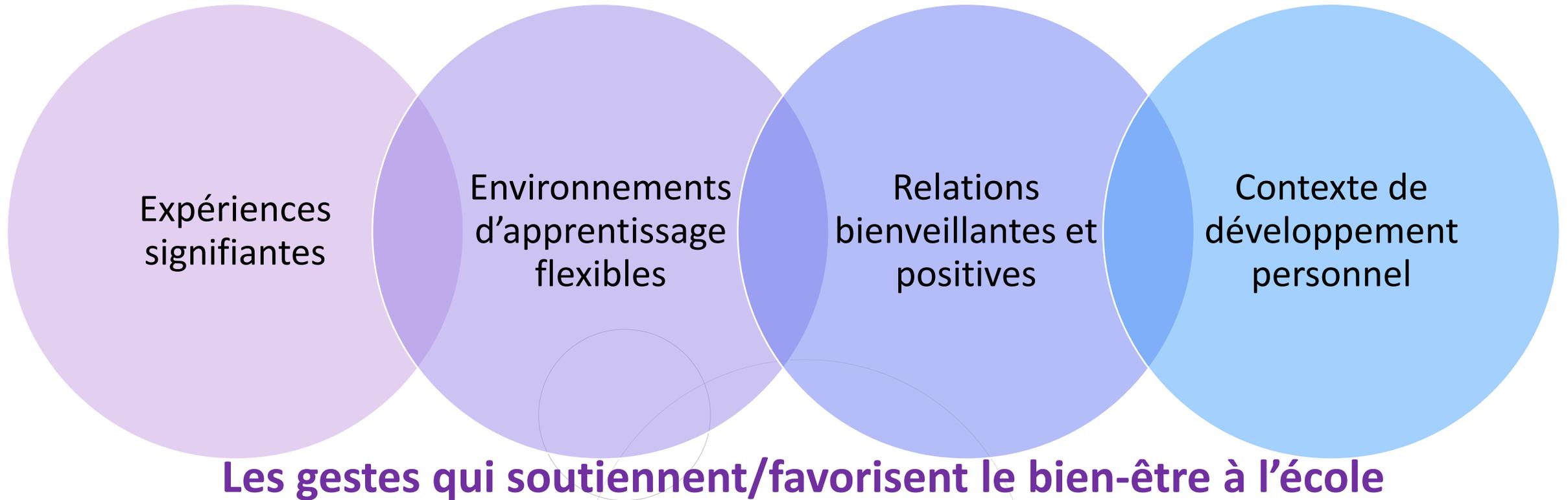
- De faire attention à soi
- De prendre de bonnes décisions
- De poser des gestes de générosité
- De s'accepter soi-même



Pour les 6 à 17 ans, le bien-être serait de se sentir joyeux, aimé, appartenir à, visible, en sécurité, actif, capable de faire confiance, et être soi-même une personne de confiance (Graham et al., 2017).

● ● ● ●

Le bien-être à l'école – la perspective des personnes apprenantes (Rousseau et al., 2023)



Le bien-être à l'école – la perspective des personnes apprenantes (Rousseau et al., 2023)

Expériences
signifiantes

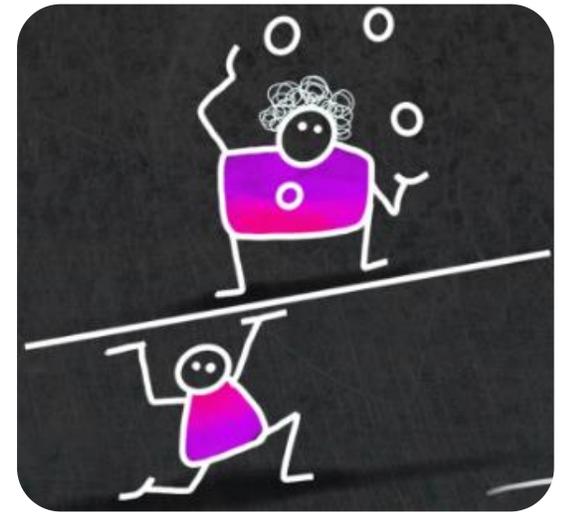
- Des activités parascolaires ou typiques en fonction de l'ordre d'enseignement
- Des environnements stimulants ou hors des murs de l'école
- Des projets où se vivent de nouvelles expériences
- Des activités thématiques qui mobilisent une variété de ressources (livres, films, maquettes, etc.)
- Des activités engageantes
 - Créativité
 - Humour
 - Mise à profit des intérêts des élèves
 - Possibilité de faire des choix
 - Contextes authentiques ou expérientiels
 - Contextes collaboratifs



Le bien-être à l'école – la perspective des personnes apprenantes (Rousseau et al., 2023)

Environnements
d'apprentissage
flexibles

- Des environnements flexibles
- Des environnements agréables sur le plan esthétique
- Des environnements qui facilitent le travail collaboratif
 - Incidence sur les relations avec les pairs et les enseignant.e.s
 - Accroissement des occasions d'interactions



Le bien-être à l'école – la perspective des personnes apprenantes (Rousseau et al., 2023)

Relations
bienveillantes et
positives

Au primaire : à travers le jeu, la gentillesse et l'entraide

Au secondaire : à travers **les relations d'amitié** où l'on se sent apprécié et en sécurité pour bâtir sa confiance, et à travers **des relations bienveillantes** où les enseignant.e.s :

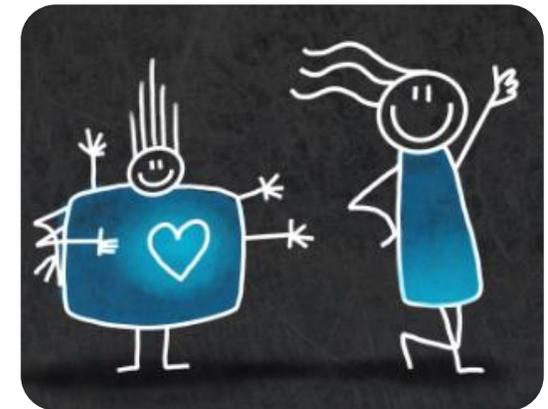
- cherchent à les connaître
- offrent du soutien
- développent un lien - **comme un humain ou un ami**
- écoutent et prennent en considération leurs opinions
- ont des conversations avec eux
- sont disponibles
- aident à réaliser leurs potentiels
- partagent leurs inquiétudes pour les élèves et remarquent quand une situation est difficile
- encouragent, reconnaissent leurs forces et compétences
- **prennent en considération leur état émotionnel et entreprennent des actions en ce sens** (environnement agréable, aide à la résolution de problèmes personnels, respect)



Le bien-être à l'école – la perspective des personnes apprenantes (Rousseau et al., 2023)

Contexte de
développement
personnel

- Être conscient de son propre développement et de ses réalisations malgré les défis rencontrés
- S'accepter soi-même et accepter les autres
- Exercer une certaine autonomie dans la recherche de soutien personnel sans devoir s'engager dans une démarche administrative
- Avoir l'occasion de donner son avis sur différentes questions liées à l'école – et prendre en considération lesdits avis :
 - Fonctionnement de l'école
 - Approches mobilisées en classe



PARTIE III

○ Mise en action



POUR SE METTRE EN ACTION



Réflexion par table ronde :
10 minutes

- **Comment réinvestir ces connaissances issues de la recherche dans:**
 - **votre conseil scolaire?**
 - **votre établissement scolaire?**

EN GUISE DE
CONCLUSION





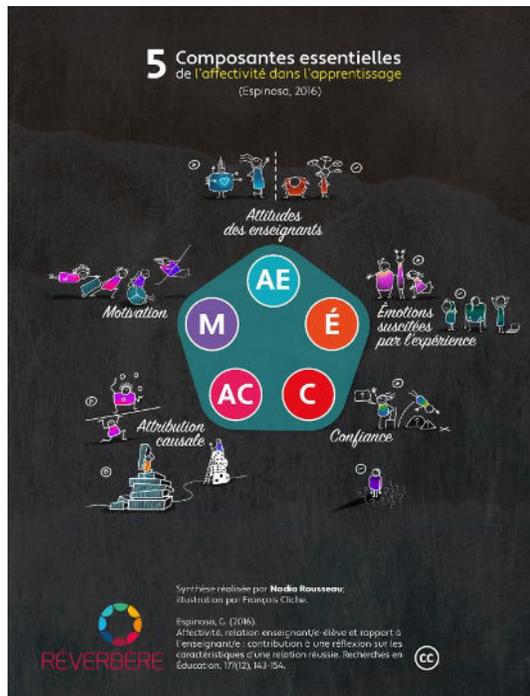
SOYEZ LES « GARDIENS » DU BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE!

- Reconnaître que le bien-être est plus qu'un état, mais aussi un processus de réalisation de soi (enfant, adolescent et adulte);
- Certes il existe une certaine réciprocité dans ce qui apporte le bien-être aux élèves et aux enseignants, mais la vulnérabilité des élèves devraient être reconnue:

« Ce qui apporte bien-être, voire bonheur, à l'élève dans son expérience scolaire peut également apporter bien-être, voire bonheur, à l'enseignant dans sa pratique professionnelle, considérant ainsi la relation enseignant/élève telle un levier sur lequel il est possible de travailler pour tendre vers le bien-être des protagonistes de cette relation à l'école, voire vers leurs bonheurs d'apprendre et d'enseigner. Par ailleurs, nous pensons qu'en raison de la nature asymétrique de la relation enseignant-élève, l'élève représentant l'acteur le plus vulnérable, la question de l'éthique professionnelle de l'enseignant devrait se révéler impérative lorsqu'il s'agit de bien-être à l'école ». (Espinosa, et al., 2023, p. 226).

SOYEZ LES « GARDIENS » DU BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE!

- Reconnaître l'**expertise « d'apprenants »** qu'offre la voix des élèves. Cette expertise, combinée à celle des acteurs et actrices de l'éducation, est riche de promesses, tant pour nourrir le plaisir d'enseigner que le plaisir d'apprendre.
- Reconnaître le **lien étroit** qui subsiste entre l'affectivité et l'apprentissage à l'école.
- Mobiliser les connaissances issues de la recherche pour poursuivre vos actions avec et pour les élèves sur la question du bien-être à l'école :



Conseil pédagogique interdisciplinaire du Québec

La pleine reconnaissance du lien entre l'apprentissage et le bien-être à l'école

Entrevue avec Gaëlle Espinosa par Nadia Rousseau

C'est avec grand plaisir que j'ai discuté de bien-être à l'école avec Gaëlle Espinosa, Ph. D., maîtresse de conférences au Département des sciences de l'éducation à l'Université de Lorraine à Nancy (France) et collaboratrice internationale au Réseau de recherche sur le bien-être et la réussite (RÉVERBÈRE). Membre de l'équipe de recherche Apprentissages, pratiques d'enseignement et d'éducation (AP2E) au sein du Laboratoire interuniversitaire des sciences de l'éducation et de la communication (LISEC), la professeure Espinosa est bien connue pour ses travaux et écrits qui portent sur l'affectivité et l'apprentissage.

L'échange comprenait trois thématiques : 1) le bien-être, 2) la réussite éducative, et 3) la valeur ajoutée du travail en dyade université-milieu pour soutenir le bien-être et la réussite en contexte de diversité.



SOYEZ LES « GARDIENS » DU BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE!

- Mobiliser les connaissances issues de la recherche pour poursuivre vos actions avec et pour les élèves sur la question du bien-être à l'école (la suite) :



Diversité, bien-être et réussite en un coup d'œil !

La visée de cette synthèse est d'offrir une représentation visuelle des composantes clés issues du document **Le bien-être et la réussite en contexte de diversité** : un cadre pour le **RÉVERBÈRE** pour favoriser la compréhension, les nuances et la complémentarité des perspectives sur la diversité et leur incidence sur le bien-être et la réussite tantôt scolaire, tantôt éducative.

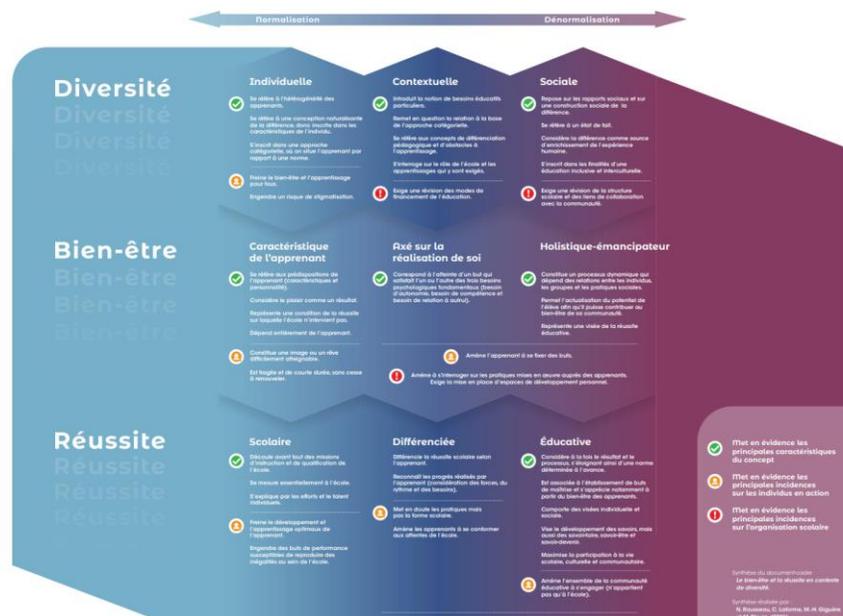
Ainsi, comme l'illustre le continuum normalisation-dénormalisation, il ne faut pas considérer cette synthèse comme faisant état de perspectives cloisonnées, mais plutôt comme faisant état de l'évolution des perspectives qui se construisent en prenant appui sur la précédente ou le fil du temps. Nous souhaitons que cette représentation visuelle puisse nourrir les réflexions entourant la diversité, le bien-être et la réussite en contexte scolaire, que ce soit à titre individuel (membre d'une équipe-école) ou collectif (équipe-école, centre de services ou conseil scolaire).

À titre individuel, la synthèse pourrait susciter les réflexions suivantes :

- Dans ma pratique ou dans ma classe...
- Comment j'aborde la diversité ?
 - Où je me situe quant à ma compréhension du bien-être ?
 - Quelle est ma vision de la réussite en contexte scolaire ?

À titre collectif, la synthèse pourrait susciter les réflexions suivantes :

- Dans notre école, ou dans notre centre de services ou conseil scolaire...
- Comment abordons-nous la diversité ?
 - Où nous situons-nous quant à notre compréhension du bien-être ?
 - Quelle est notre vision de la réussite en contexte scolaire ?



<https://reverbereducation.com/documents/#cadres>



MERCI

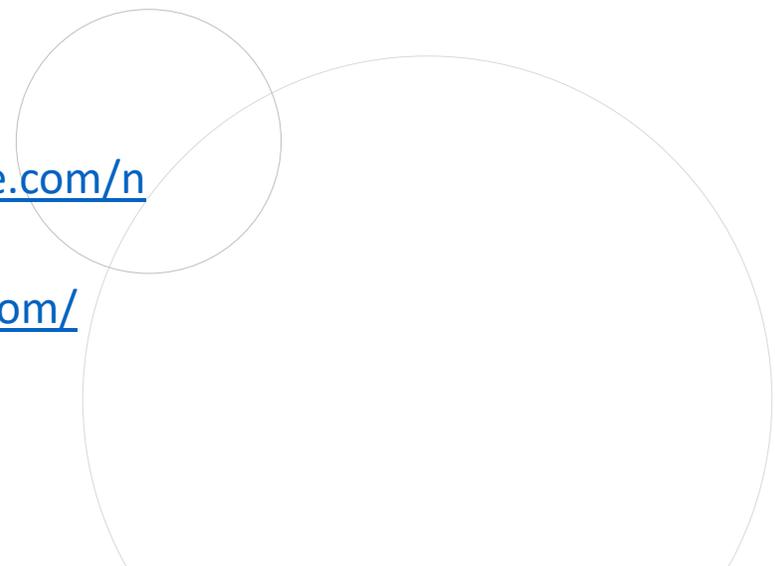


Nadia.Rousseau@uqtr.ca



<https://rousseauunadia.wixsite.com/nadia>

<https://reverbereeducation.com/>





Émotions de réalisation

relatives à la réalisation d'activités (succès, échec) :
joie, fierté, anxiété, honte



Émotions thématiques

relatives au sujet même de l'activité



Émotions épistémiques

déclenchées par la présentation de problèmes cognitifs :
surprise, curiosité, confusion, frustration face à une nouvelle activité



Émotions sociales

liées à l'enseignant et aux pairs en classe :
amour, sympathie, compassion, admiration, mépris, envie, colère ou anxiété sociale





LES RÉFÉRENCES

Bamba, L. (2018). *L'expérience scolaire et la structuration des aspirations scolaires et professionnelles chez les élèves en classe terminale en Côte d'Ivoire* [mémoire de maîtrise]. Université Laval.

Beaucher, V. et Jutras, F. (2007). Étude comparative de la métasynthèse et de la méta-analyse qualitative. *Recherches qualitatives*, 27(2), 58-77.

Bolic Baric, V., Hellberg, K., Kjellberg, A. et Hemmingsson, H. (2016). Support for learning goes beyond academic support: Voices of students with Asperger's disorder and attention deficit hyperactivity disorder. *Autism*, 20(2), 183-195.

Espinosa, G. (2016). Affectivité, relation enseignant/e-élève et rapport à l'enseignant/e : contribution à une réflexion sur les caractéristiques d'une relation réussie. *Recherches en Éducation*, 177(12), 143-154.

Espinosa, G. (2018). Les émotions de l'élève à l'école : l'importance de les reconnaître pour mieux s'adapter. Dans N. Rousseau et G. Espinosa (dir.), *Le bien-être à l'école. Enjeux et stratégies gagnantes* (p. 47-62). Presses de l'Université du Québec

Espinosa, G. (2021). La pleine reconnaissance du lien entre l'apprentissage et le bien-être à l'école. *Apprendre et Enseigner aujourd'hui*, 20(2), 29-33.

Espinosa, G. (2022). Miser sur le bien-être: un pari gagnant. *Cahiers pédagogiques*. <https://www.cahiers-pedagogiques.com/miser-sur-le-bienetre-un-pari-gagnant/>

Espinosa, G., Rousseau, N. & St-Vincent, L.-A. (2023). La relation enseignant-élève dans le bien-être à l'école et les bonheurs d'apprendre et d'enseigner : la rencontre des perspectives d'élèves et d'enseignants. *Phronesis*, 12(2-3), 222–240. <https://doi.org/10.7202/1097146ar>



LES RÉFÉRENCES

Flutter, J. (2007). Teacher development and pupil voice. *The Curriculum Journal*, 18(3), 343-354. doi: 10.1080/ 09585170701589983

Fredrickson, B. L. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology. *American Psychologist*, 56(3), 218-226.

Graham, A., Powell, M. A., Thomas, N. et Anderson, D. (2017). Reframing 'well-being' in schools: The potential of recognition. *Cambridge Journal of Education*, 47(4), 439-455. doi:10.1080/0305764X.2016.1192104

Konu, A., Alanen, E., Lintonen, T. et Rimpela, M. (2002a). Factor structure of School Well-being Model. *Health Education Research*, 17(6), 732-742.

Konu, A., Rimpela, M. (2002b). Well-being in schools: a conceptual model. *Health Promotion International*, 17(1), 79-87.

Le Bastard-Landrier, S. (2005). L'expérience subjective des élèves de seconde : influence sur les résultats scolaires et les vœux d'orientation. *L'orientation scolaire et professionnelle*, 34(2), 1-21.

Monteil J. M. et Huguet, P. (2002). *Réussir ou échouer à l'école : une question de contexte?* Presses universitaires de Grenoble.

Rousseau, N., Laforme, C. et Giguère, M.-H. (2022). Le bien-être à l'école selon la perspective des personnes apprenantes : l'importance de la relation enseignant-élève et outils mobilisés. *Revue internationale de communication et socialisation*, 9(2), 157-172.

<https://doi.org/10.6084/m9.figshare.22083359.v3>

Valiente, C., Swandon, J. et Eisenberg, N. (2012). Linking Students' Emotions and Academic Achievement: When and Why Emotions Matter. *Child Development Perspectives*, 6(2), 129-135. <nt/uploads/2022/04/Synthe%CC%80se-du-document-cadre.pdf>

Walsh, D. et Downe, S. (2005). Meta-synthesis method for qualitative research: a literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 50(2), 204-211.

Rousseau, N. (2023). Comment favoriser le bien-être des élèves et des autres acteurs de l'école? Colloque ADFO, Toronto, 11 mai.