



# Le bien-être scolaire pendant l'enfance et l'adolescence

## Résumé de recherche Mars 2022

Ce résumé a été élaboré par le service de recherche de l'IB à partir d'un rapport rédigé par : **Laura Taylor, Jan-Emmanuel De Neve, Luana DeBorst et Devi Khanna**

**Centre de recherche sur le bien-être, Université d'Oxford**

Étude dirigée par Magdalena Balica pour le compte du service de recherche de l'IB

## Contexte

L'objectif de cette étude est de donner au Baccalauréat International (IB) et aux écoles du monde de l'IB un aperçu des derniers travaux de recherche sur le bien-être pendant l'enfance et l'adolescence.

Ce rapport peut servir à l'IB pour développer une approche du bien-être réfléchie, stratégique et fondée sur des preuves dans ses programmes. L'étude fournit également un cadre qui peut orienter et guider les pratiques en matière de bien-être au sein de la communauté des écoles du monde de l'IB.

## Bien-être centré sur l'élève

Ce rapport se concentre sur le bien-être subjectif, c'est-à-dire sur ce que pensent les élèves de leur vie au sein de l'établissement. Dans une perspective moderne, centrée sur l'élève, il est essentiel de prendre en compte le point de vue des enfants et des adolescents qui est souvent différent de celui des adultes.

**Cette approche du bien-être subjectif suggère que la perception positive de soi ou les expériences enrichissantes représentent le principal objectif à atteindre pour les élèves et qu'il s'agit, pour ces derniers, de l'indicateur le plus important.**

La définition du bien-être utilisée dans ce rapport fait intervenir trois dimensions clés du bien-être subjectif : la satisfaction par rapport à la vie, l'affect ainsi que le sens et le but. Les chercheurs proposent ainsi une définition du bien-être spécifique aux établissements scolaires.

**« Cet établissement favorise le bien-être de tous les élèves. Nous définissons le bien-être comme le fait pour nos élèves d'être satisfaits de leur vie scolaire, de vivre des expériences positives au sein de l'établissement, d'avoir des sentiments positifs envers l'établissement et de penser que ce qu'ils font dans l'établissement donne un but et un sens à leur vie. »**

## Méthode de recherche

L'étude comprend trois phases principales. Pour commencer, une revue de littérature a donné un aperçu des principales recherches scientifiques internationales et des initiatives menées pour définir, mesurer et améliorer le bien-être des élèves (âgés de 3 à 19 ans) en milieu scolaire.

Les chercheurs ont ensuite présenté un cadre du bien-être et un ensemble de principes fondés sur les preuves issues de la revue de littérature, qui peuvent être utilisés pour tous les âges, à toutes les étapes et dans tous les contextes scolaires. L'étude a utilisé la satisfaction à l'égard de la vie scolaire comme un indicateur de réussite clé, car cela permet aux établissements d'agir sur le bien-être des élèves. Le cadre intègre les dimensions qui, selon la littérature, sont les plus susceptibles d'influer sur la satisfaction à l'égard de la vie scolaire et le bien-être des élèves.

Enfin, les chercheurs ont envoyé un questionnaire à un petit groupe d'écoles du monde de l'IB afin d'obtenir un retour d'information sur le cadre ainsi que sur les points forts et les difficultés de sa mise en œuvre en milieu scolaire.

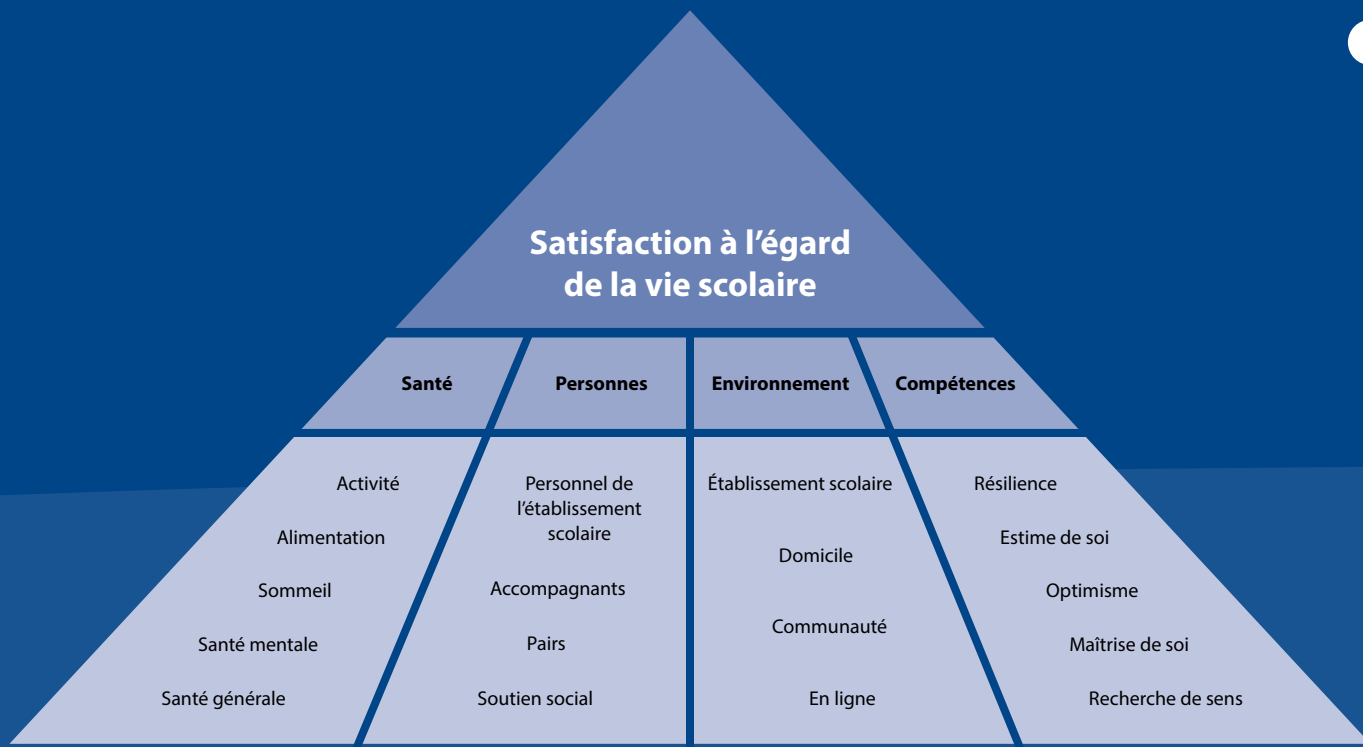
## Principales conclusions de la revue de littérature

- **L'enfance et l'adolescence sont des créneaux de développement clés** pour les interventions psychologiques dans des domaines tels que le bien-être. Les interventions en faveur du bien-être peuvent non seulement améliorer la vie des élèves, mais aussi influencer les processus de développement cognitif et les préparer pour la vie adulte.
- **Il y a tout avantage à utiliser le temps, l'argent et les ressources scolaires pour améliorer le bien-être des élèves.**



Ces améliorations procureront probablement non seulement des avantages immédiats aux élèves, mais produiront aussi un effet moteur en faveur d'autres résultats positifs (sur le plan individuel, social et scolaire) et pourraient également exercer une influence positive sur la vie future des jeunes à mesure qu'ils atteignent l'âge adulte.

- Le fonctionnement psychologique est un indicateur complexe du bien-être, et des recherches supplémentaires sont nécessaires pour tirer des conclusions définitives sur les éléments qui influent sur le bien-être. Certains domaines connexes semblent prometteurs, tels que **la résilience, l'estime de soi, l'optimisme, l'état d'esprit de développement, la maîtrise de soi, le contrôle émotionnel et la quête de sens ou la poursuite d'un but.**
- **Les interactions familiales jouent un rôle majeur dans le bien-être des enfants, notamment pour les plus jeunes pour qui elles constituent le facteur le plus important.** Bien que les établissements scolaires aient très peu de prise sur l'environnement familial, ils peuvent néanmoins donner des conseils et des informations aux accompagnants sur la manière dont ils peuvent favoriser le bien-être des enfants.
- **L'ambiance au sein de l'établissement** a une incidence sur les élèves et le personnel, et elle influe sur de nombreux autres facteurs liés au bien-être. Il est donc particulièrement important que tous puissent se sentir en sécurité dans l'établissement et que les enseignants entretiennent de bonnes relations avec les élèves.
- En cours, **l'apprentissage coopératif** joue également un rôle déterminant dans le bien-être des élèves. Les jeunes gagnent à sentir qu'ils font partie d'une équipe, et la compétition peut leur être profitable si elle est fondée sur l'équipe plutôt qu'axée sur les individus.
- **Les approches à l'échelle de l'établissement et les interventions ciblées** ont toutes les deux leur place. Lorsqu'elles sont correctement mises en œuvre, les approches à l'échelle de l'établissement peuvent être efficaces. Toutefois, les interventions ciblées restent nécessaires et utiles pour les jeunes en difficulté.
- **L'appropriation par la communauté et la consultation de la communauté** sont recommandées pour que les stratégies de bien-être soient adoptées et soutenues par la communauté scolaire. Les parties prenantes de la communauté comportent notamment les parents et les accompagnants, les élèves, le personnel et la communauté au sens large. Il est essentiel que la consultation tienne compte du point de vue des élèves et soit fondée sur une approche centrée sur l'enfant.
- **Les politiques et stratégies de bien-être doivent être établies en bonne et due forme.** Toute intervention mise en œuvre doit être accompagnée de directives claires, et les membres du personnel doivent connaître les domaines dont ils sont personnellement responsables.
- Les actions doivent reposer sur des **bases théoriques solides**, et les parties prenantes de l'établissement doivent s'assurer que ces éléments théoriques essentiels sont enseignés durant l'intervention et qu'ils ne se perdent pas pendant l'adaptation.
- Les experts externes peuvent s'avérer utiles pour mettre en place une intervention, mais pour qu'elle soit efficace, **le personnel interne doit prendre le relais afin de garantir l'intégration de l'intervention** et sa réussite sur le long terme.



## Le cadre du bien-être

Le cadre du bien-être donne un aperçu général des facteurs pouvant jouer un rôle dans le bien-être scolaire dans les établissements du monde entier, et la revue de littérature a permis aux chercheurs de déterminer des éléments susceptibles d'influer sur le bien-être.

Le cadre permet de couvrir tous les âges et toutes les étapes, mais en fonction des élèves et de leur situation, chacun de ces facteurs peut influencer plus ou moins sensiblement sur la satisfaction à l'égard de la vie scolaire. C'est pourquoi il ne répond pas à une hiérarchie fixe et s'articule autour de quatre thèmes : **la santé, les personnes, l'environnement et les compétences** (voir les sections 2.1.1 à 2.1.4 du rapport complet pour en savoir plus sur chaque thème et chaque catégorie).

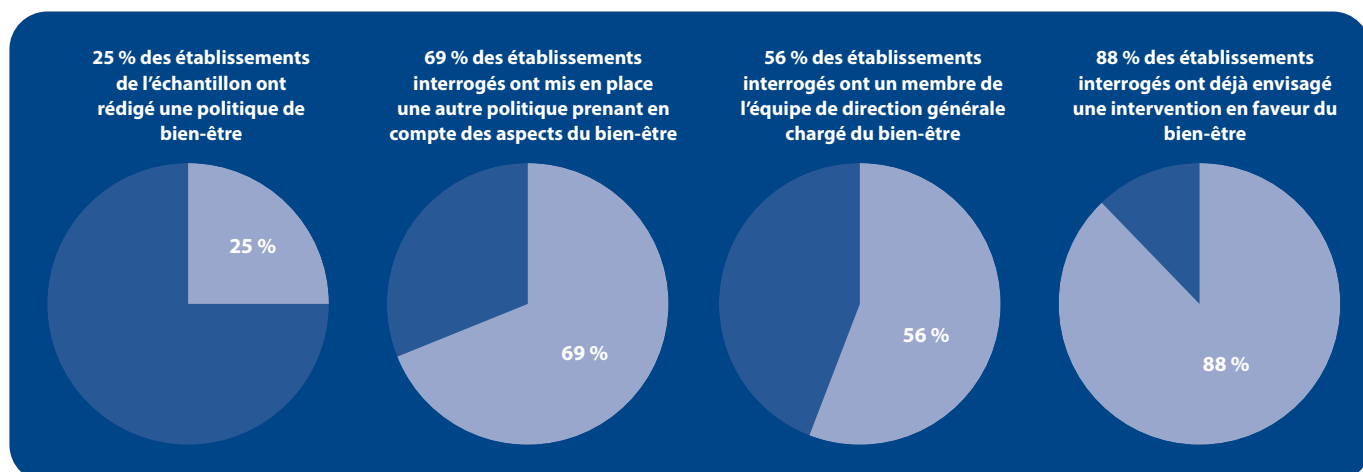
L'élément fondamental de ce cadre est que chacun de ces domaines peut être exploré indépendamment, en fonction des besoins de chaque établissement. Le cadre du bien-être est conçu comme un guide permettant aux parties prenantes des établissements d'explorer les variables pouvant présenter un intérêt à l'échelle des programmes ou des établissements, et ces derniers doivent pouvoir choisir les domaines qu'ils souhaitent

cibler en fonction de leur population. Il se veut à la fois pratique et flexible, et sa mise en œuvre doit être aussi simple que possible pour les établissements et les enseignants.

## Retour d'information des établissements scolaires

Les retours d'information communiqués par un petit groupe d'écoles du monde de l'IB suggèrent que la plupart des établissements s'intéressent au bien-être et qu'ils envisagent de prendre ou prennent déjà des mesures pour améliorer le bien-être au sein de leur établissement. De plus, les établissements ont généralement bien accueilli le cadre qui leur a été proposé.

Les résultats montrent que si seulement 25 % des établissements interrogés ont rédigé une politique de bien-être, 69 % ont indiqué avoir mis en place une autre politique scolaire prenant en compte des aspects du bien-être. Par ailleurs, 56 % ont indiqué qu'un membre de l'équipe de direction générale de leur établissement était chargé du bien-être. Fait encourageant, la plupart des établissements interrogés (88 %) ont indiqué qu'ils envisageaient déjà des interventions en faveur du bien-être.





## Recommandations

- **Le bien-être et la réussite scolaire sont apparemment étroitement liés. En d'autres termes, des jeunes plus heureux font de meilleurs apprenants.** Les établissements peuvent investir en toute confiance temps et ressources pour améliorer le bien-être des élèves en sachant que cela exercera aussi une influence positive sur les résultats scolaires.
- **Chaque établissement ou environnement scolaire doit décider de la définition du bien-être qui convient le mieux à son contexte.** Étant donné que chaque contexte scolaire offre des possibilités différentes, il convient de se concentrer sur deux aspects : **pouvons-nous mesurer le bien-être et pouvons-nous influencer sur le bien-être ?**
- **Accorder une place centrale au bien-être subjectif représente l'approche logique et pratique la plus évidente pour les établissements.** Le bien-être subjectif correspond à ce que les personnes pensent de leur vie et à la façon dont ils vivent leur vie.

- **Les établissements doivent définir des interventions post-COVID-19 afin de favoriser le bien-être des élèves et du personnel après cette période difficile.**
- **Les caractéristiques sociodémographiques sont des facteurs prédictifs importants du bien-être.** Bien que les établissements n'aient pas de prise sur nombre de ces facteurs (tels que l'âge, le sexe, l'origine ethnique ou la génétique), ils peuvent néanmoins utiliser ces données pour évaluer le bien-être des groupes qu'ils accueillent et définir des interventions afin de réduire les disparités en matière de bien-être.
- La santé physique (l'absence de maladies, l'activité physique, le régime alimentaire et le sommeil) est essentielle au bien-être, et tout déficit dans l'un des domaines qui la caractérisent peut avoir des conséquences importantes. **Des preuves solides montrent qu'il existe un lien entre l'activité physique et le bien-être. Il s'agit donc d'un domaine clé que les établissements doivent explorer et qui doit être pris en compte dans les interventions.**
- Les interactions entre pairs dans le cadre scolaire sont essentielles au bien-être des jeunes, surtout à l'adolescence. **Le soutien social et la lutte contre le harcèlement doivent être l'une des priorités de toute politique de bien-être.**
- **Le bien-être des enseignants est un facteur prédictif de celui de leurs élèves,** et la recherche permettra bientôt d'établir une relation de cause à effet entre l'un et l'autre. **Toute politique de bien-être doit insister sur les moyens de favoriser le bien-être des enseignants.**
- **Les établissements doivent évaluer le niveau de stress au sein de leur communauté** afin de savoir si les élèves souffrent d'anxiété scolaire et de déterminer les facteurs, tels que la charge de travail, qui les préoccupent le plus.

## Conclusions

La science du bien-être suscite un grand intérêt auprès des établissements et des responsables politiques, et la demande n'a jamais été aussi forte en raison de la pandémie de COVID-19 qui a bouleversé le monde. Le bien-être subjectif et la satisfaction à l'égard de la vie scolaire sont des aspects à la fois pratiques, mesurables et complets, qui offrent aux établissements ainsi qu'à l'IB la possibilité de faire la différence dans la vie de leurs élèves.

Ce résumé a été élaboré par le service de recherche de l'IB. Le rapport complet de l'étude est disponible en anglais à l'adresse suivante : <https://www.ibo.org/fr/research/>. Pour de plus amples informations sur cette étude ou sur d'autres travaux de recherche menés par l'IB, veuillez envoyer un courriel à l'adresse suivante : [research@ibo.org](mailto:research@ibo.org).

Pour citer le rapport complet, veuillez utiliser la référence suivante : TAYLOR, L., DE NEVE, J., DEBORST, L., et KHANNA, D. 2022. *Le bien-être scolaire pendant l'enfance et l'adolescence*. Organisation du Baccalauréat International.