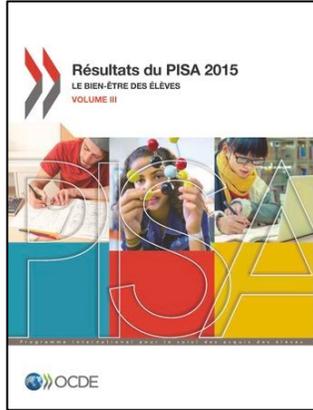




« Est-ce qu'un élève qui se sent bien apprend bien ? »

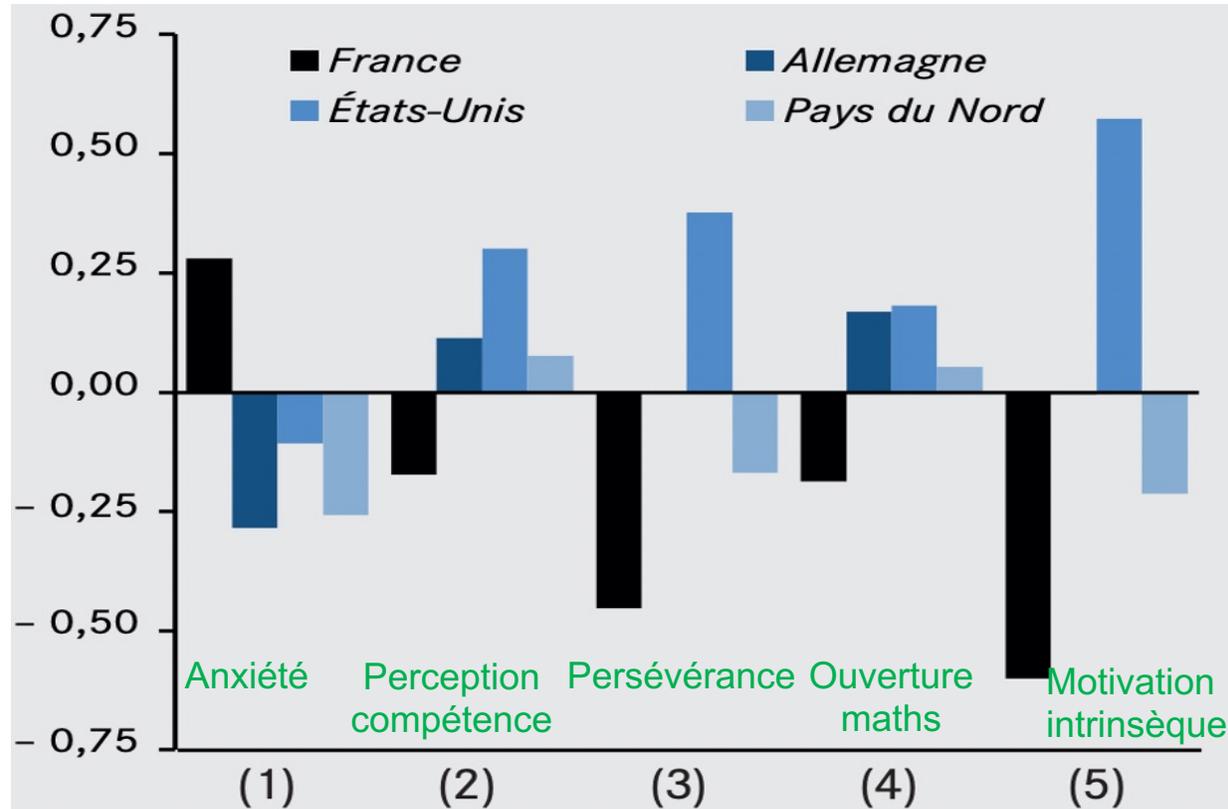
Damien Tessier, enseignant-chercheur UGA, laboratoire SENS
Responsable du D.U. promouvoir la motivation et le bien-être à l'école
Damien.tessier@univ-grenoble-alpes.fr

Motivation et bien-être scolaire des jeunes : constat



PISA (2015)

Plus faible taux de motivation de l'OCDE



UNICEF (2013)

Bien-être scolaire : 15ème de l'OCDE



UNESCO (2020)

Harcèlement touche 28,8% des élèves

Source : Algan, Y., Huillery, E., Prost, C. (2018). Confiance, coopération et autonomie : pour une école du XXIe siècle. Notes du conseil d'analyse économique, Conseil d'analyse économique, 48, pp12.

« **Est-ce qu'un élève qui se sent bien apprend bien ?** »



Réponse : OUI, MAIS de telles pratiques enseignantes requièrent un haut niveau d'expertise et de formation



**Nourrir les besoins
psychologiques
Des élèves**

**Développer les
compétences
psychosociales des élèves**

Qu'est-ce que la Motivation?



Caractéristiques de la motivation et de l'engagement



- Ce n'est pas un don ou une prédisposition naturelle
- Ce sont les **forces internes** (personnalité, vécu) et **externes** (climat de classe) qui **produisent le comportement**
- C'est ce qui nous pousse à agir ou pas, le « **pourquoi** » de nos comportements.
- **Engagement** = manifestation observable de la motivation
- La motivation de l'élève est une responsabilité partagée entre l'élève (forces internes) et l'enseignant (force externe).

La motivation : une question de quantité ET de qualité



QUANTITÉ

Concerne le degré d'engagement d'un élève (jusqu'à quel point est-il motivé ?)



- QUELLE PERFORMANCE ?
- QUEL DEGRÉ D'IMPLICATION ?

QUALITÉ

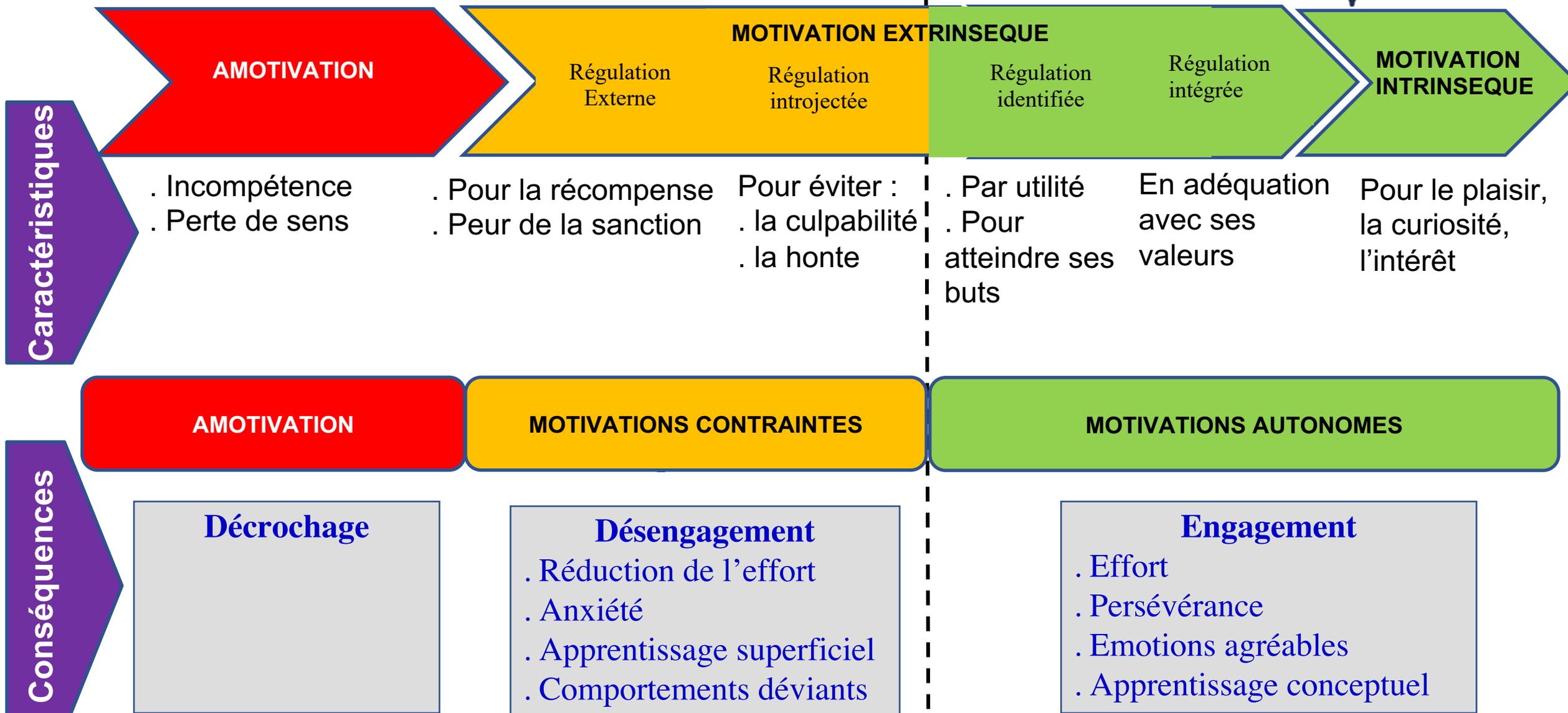
Concerne les raisons de l'engagement d'un élève (Par quoi est-il motivé ?)



- Se fait-il (elle) plaisir à l'école ?
- Se sent-il (elle) obligé d'étudier ?
- A-t-il (elle) compris l'intérêt de l'école ?
- S'engage-t-il (elle) seulement pour la bonne note, pour faire plaisir à ses parents ?

Continuum de motivation

Seuil d'autodétermination



Conséquences de la motivation



Méta analyses portant sur 344 études et 223 209 élèves

	Résultats scolaires	Engagement	Effort	Anxiété	Décrochage scolaire
Régulation intrinsèque	.32	.62	.54	-.26	-.25
Régulation identifiée	.29	.57	.51	-.21	-.27
Régulation introjectée	.07	.26	.25	.13	-.03
Régulation externe	-.02	-.10	-.08	.12	-.06
Amotivation	-.28	-.43	-.41	.26	.52

Source : Howard, J. L., Bureau, J., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student Motivation and Associated Outcomes : A Meta-Analysis From Self-Determination Theory. Perspectives on Psychological Science

Comment fonctionne la Motivation?



Tout le monde est motivé !



Postulat dit « organismique » : Les êtres humains sont naturellement curieux, portés vers le développement de leurs compétences, et intéressés par le fait de vivre de nouvelles expériences

⇒ **Motivation autodéterminée naturelle** tournée vers l'épanouissement de soi

⇒ **Systeme émotionnel primaire** assurant la survie de l'espèce



Le système exploratoire :

- fonction inconsciente et autonome, logée dans le cerveau reptilien
- générateur de comportements spontanés et curieux (sans but)
- associé aux mécanismes d'apprentissage
- pour **produire des processus mentaux élaborés facilitant la survie.**

Deux mécanismes : la **motivation intrinsèque & l'internalisation**

Motivation intrinsèque

Réaliser un activité pour la satisfaction qu'elle procure (intérêt, curiosité, défi, plaisir)

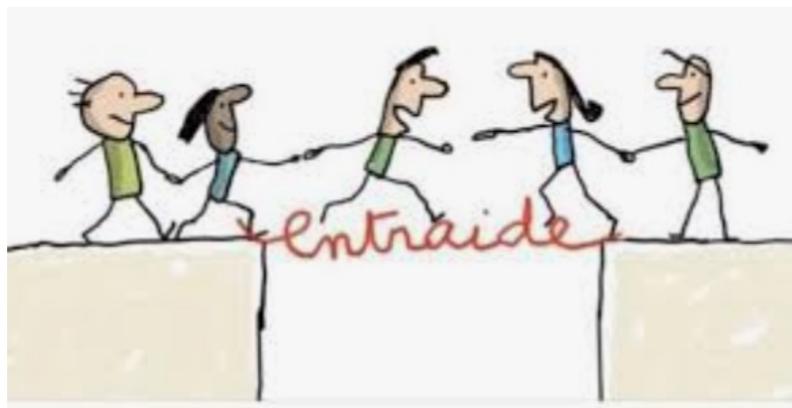


Personne n'a jamais poussé des enfants à jouer



Internalisation des Motivations Extrinsèques

Assimilation demandes externes dans système de valeurs et personnalité (socialisation)



Les nutriments de la motivation autodéterminée



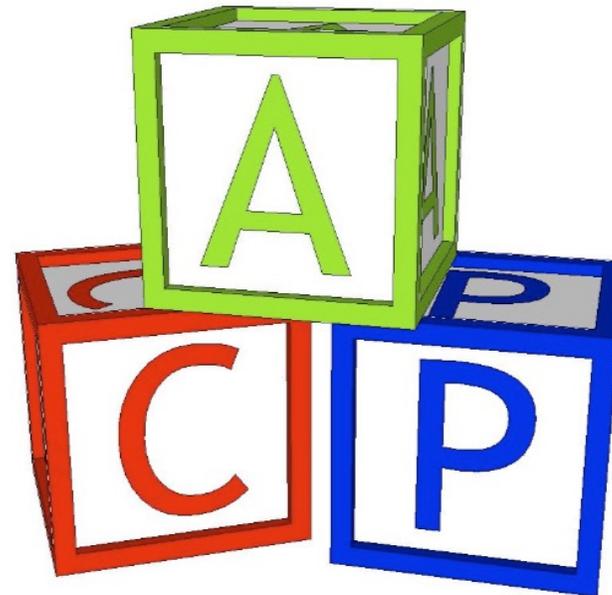
La motivation autodéterminée n'est qu'une **potentialité** qui nécessite la **satisfaction des besoins psychologiques fondamentaux** pour se manifester

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*

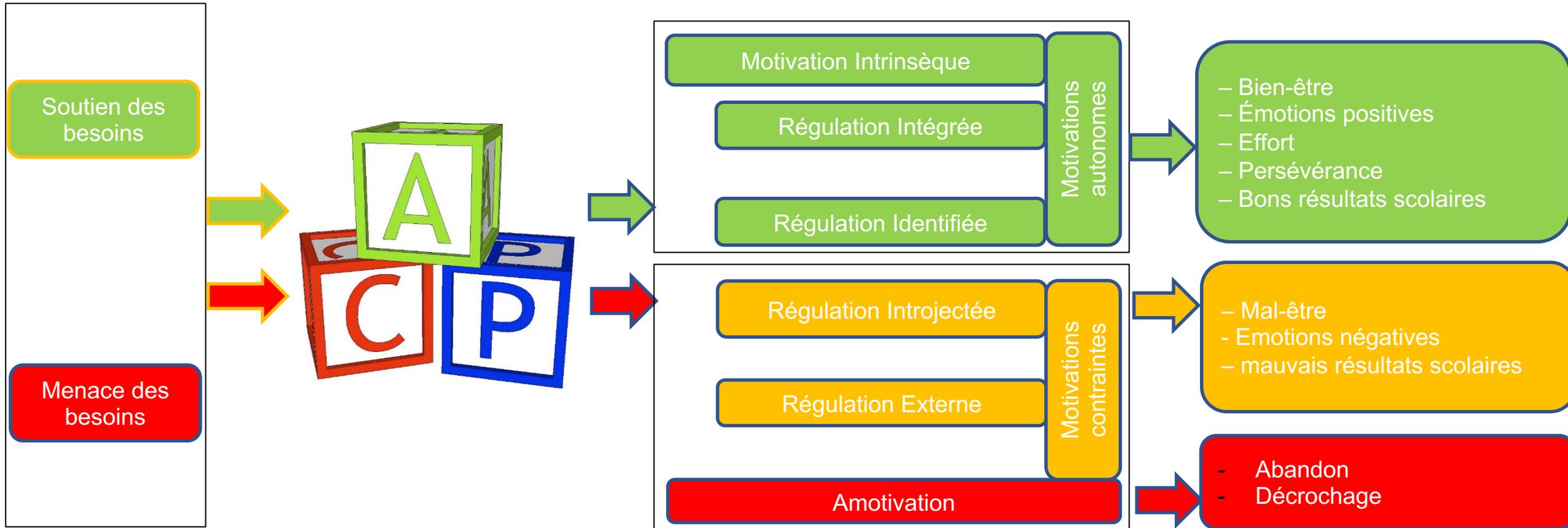
Modèle global de l'autodétermination

Environnement social (style motivationnel)

Besoins psychologiques fondamentaux

Types de motivation

Conséquences



Comment susciter une motivation de qualité ?



Composantes du style motivationnel



Menace Autonomie (contrôle)

- Système récompense/punition
- Impose tout
- Ne pas expliquer l'utilité de...
- Langage directif, injonctif

Autonomie

Soutien Autonomie

- Tenir compte des préférences
- Offrir des choix véritables
- Expliquer l'utilité de...
- Langage inductif

Menace Compétence (chaos)

- Objectifs vagues, sans contenus
- Tâches inadaptées
- Absences de conseils
- Feedback inconsistants et négatifs

Compétence

Soutien Compétence (structure)

- Objectifs concrets, contenus clairs
- Tâches de défi
- Conseils pour progresser
- Feedback adaptés et positifs

Menace Prox-soc. (négligence)

- Être froid, distant
- Manifester du rejet
- Regard conditionnel
- Piquer l'égo

Proximité sociale

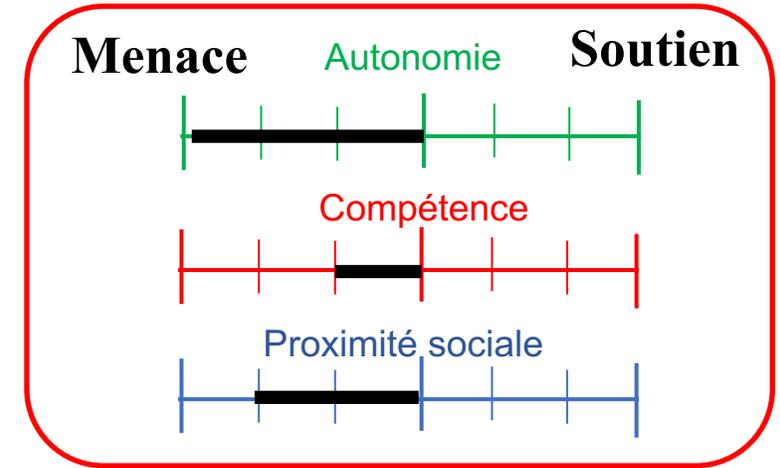
Soutien Prox sco. (implication)

- Investir du temps, de l'énergie
- Exprimer de l'affection
- Regard inconditionnel, inclusif
- Libre expression des sentiments

« Techniques motivationnelles »... ?

Les menaces de punition

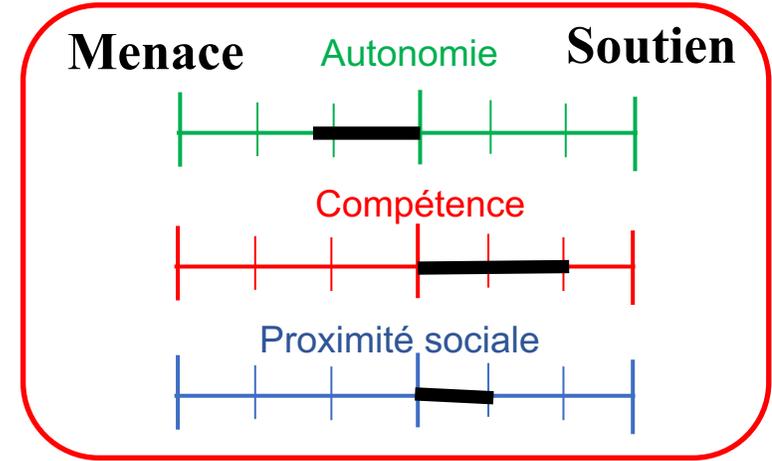
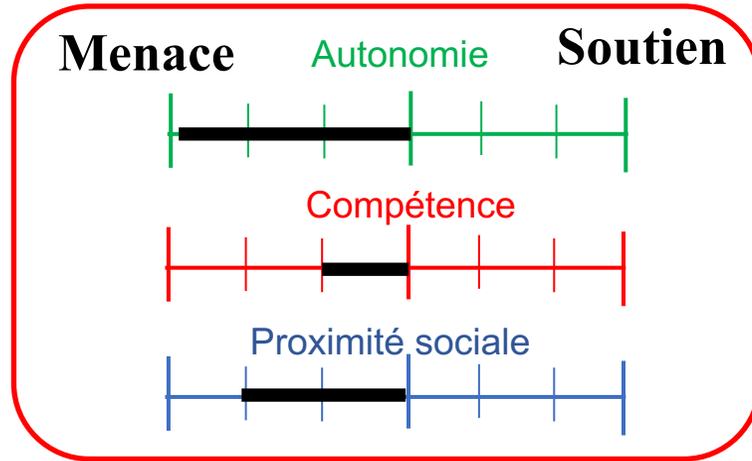
Règle : 2 croix en une semaine = 1 heure de retenue



Cahier de suivi des élèves de 6 ^{ème} 4				
Noms – prénoms	N'a pas fait ses devoirs	Oubli du matériel	Bavardage, comportements perturbateurs	Ne fait pas le travail en classe
Noémie				
Noham	X	X		X
Raphaël		X		
Alexis			X	
Farah			X	
Laura				

« Techniques motivationnelles »... ?

L'évaluation



Contrôle



Contrôle



Natures et fonctions

Sujet : Nom
Verbe : action vs. état
COD :
COI : ...
CCL : ...

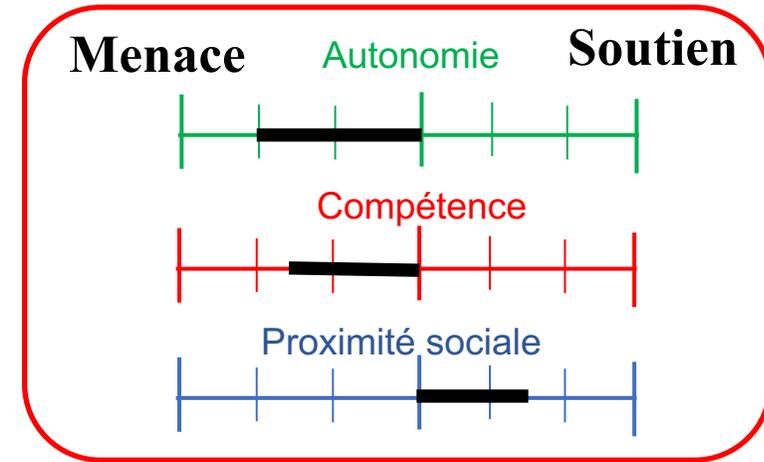
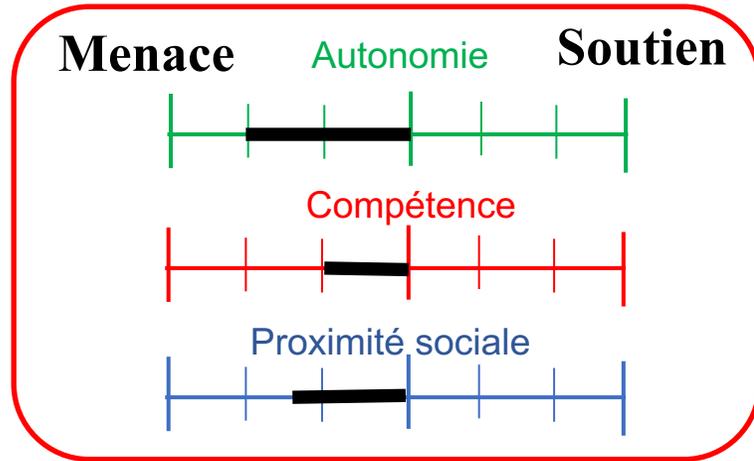
Question :

Identifier la nature et la fonction des noms dans le texte

Question :

Identifier la nature et la fonction des noms dans le texte

« Techniques motivationnelles »... ?



La surveillance



Regard conditionnel



Illustrations de gestes professionnels soutenant

Objectif 1 : Garder l'enthousiasme des élèves (entretenir motivation intrinsèque)

AUTONOMIE

Objectif 2 : Prendre en compte les valeurs et préférences des élèves (favoriser l'internalisation)

Contexte : Fabienne est prof d'Allemand. Sa classe de 4^{ème} B est sympathique mais les élèves ont du mal à apprendre par cœur du vocabulaire

Stratégie 1

Rendre visible la valeur, l'importance de l'apprentissage

Stratégie 3

Proposer des choix

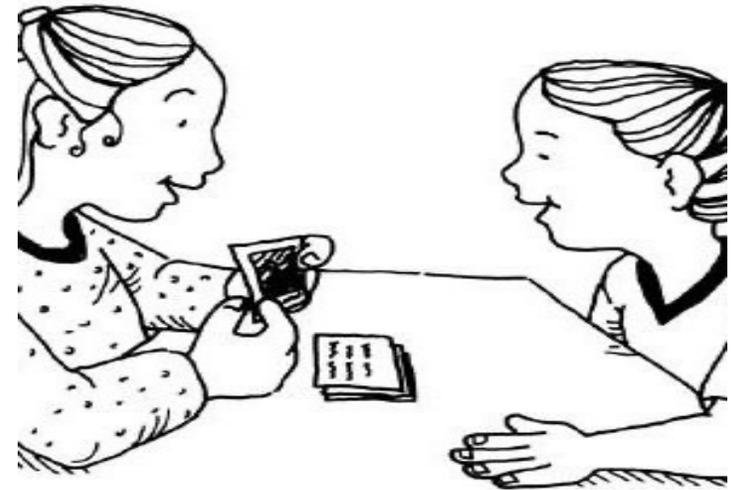
Stratégie 2

S'appuyer sur l'envie de jouer et de participer

Stratégie 4

Créer une situation authentique d'apprentissage

Flascards



Illustrations de gestes professionnels soutenant

Objectif 1 : Garder l'enthousiasme des élèves (entretenir motivation intrinsèque)

AUTONOMIE

Objectif 2 : Prendre en compte les valeurs et préférences des élèves (favoriser l'internalisation)

Contexte : Fabienne est prof d'Allemand. Sa classe de 4^{ème} B est sympathique mais les élèves ont du mal à apprendre par cœur du vocabulaire

Stratégie 1

Rendre visible la valeur, l'importance de l'apprentissage

Stratégie 2

S'appuyer sur l'envie de jouer et de participer

Stratégie 3

Proposer des choix

Stratégie 4

Créer une situation authentique d'apprentissage

Vocabulaire « 5 + 2 ! »

	Français	Deutsch
✓	Livre	Buch
✓	Cahier	Heft
✓	Age	Alter
✓	Aimer	Lieben
✓	Avoir	Haben
?	Lundi	Montag
?	Grand	Große
?	Stylo	Stift
?	Pouvoir	Können
?	Histoire	Geschichte

Objectif 1 : Garder l'enthousiasme des élèves (entretenir motivation intrinsèque)

AUTONOMIE

Objectif 2 : Prendre en compte les valeurs et préférences des élèves (favoriser l'internalisation)

Contexte : Pauline est prof d'histoire-Géo. Ses élèves de 4^{ème} B sont désintéressées par sa matière. Ils subissent les cours, c'est décourageants...



- 🚫 Je n'ai plus d'énergie, je m'ennuie
- 🚫 Je me sens dépassé, je ne comprends pas le cours
- 🚫 Ça va, ni plus, ni moins
- 😊 Je suis tranquille, je comprends le cours
- 😊 Je suis captivé, le cours est super intéressant
- 🚫 Autre...

Stratégie 1

Interroger les élèves sur leur expérience de cours

Stratégie 2

Demander la manière préférées des élèves de faire cours et en tenir compte

Stratégie 3

Permettre aux élèves de travailler à leur propre rythme

Stratégie 4

Apprendre aux élèves à se définir comme des individus en les faisant réfléchir à leurs valeurs

Objectif 1 : Garder l'enthousiasme des élèves (entretenir motivation intrinsèque)

AUTONOMIE

Objectif 2 : Prendre en compte les valeurs et préférences des élèves (favoriser l'internalisation)

Contexte : Pauline est prof d'histoire-Géo. Ses élèves de 4^{ème} B sont désintéressées par sa matière. Ils subissent les cours, c'est décourageants...

Pauline donne des travaux en groupe :

- . 2 séances sont prévues
- . Possibilité de le terminer en classe ou de le finir à la maison (e.g., compléter réponses, soigner le rendu)
- . Choix de passer à l'oral ou de rendre le travail à l'écrit

Stratégie 1

Interroger les élèves sur leur expérience de cours

Stratégie 2

Demander la manière préférées des élèves de faire cours et en tenir compte

Stratégie 3

Permettre aux élèves de travailler à leur propre rythme

Stratégie 4

Apprendre aux élèves à se définir comme des individus en les faisant réfléchir à leurs valeurs

Objectif 1 : Concevoir des **dispositifs pédagogiques** qui s'adaptent à la diversité des élèves

COMPÉTENCE

Objectif 2 : Aider tous les élèves pendant les cours (guidage)

Contexte : Sébastien est prof de maths. Le niveau de ses élèves de 3^{ème} B est très hétérogène : certains maîtrisent les outils mathématiques et intègrent rapidement les nouveaux apports, d'autres n'arrivent à faire les exercices, mêmes les plus simples, et un petit groupe d'élèves est totalement décroché.



Stratégie 1
Permettre aux élèves d'avoir une quantité de pratique suffisante

Stratégie 2
Favoriser la réussite de chacun en proposant des tâches accessibles à tous

Stratégie 3
Concevoir des tâches différenciées au niveau de chaque élève

Stratégie 4
Rédiger des consignes explicites avec des critères de réussite

N1 - Consolidation des bases

- . Exercices de 5^{ème} (e.g., simplifier un fraction)
- . Exercices de 4^{ème} (e.g., additionner des fractions)

=> **Réponses au verso**

N2 - Applications variées

Savoir mobiliser le cours (e.g., savoir développer les 3 identités remarquables, savoir les retrouver)

=> **Réponses au verso**

N3- Défis personnels

Exercices plus difficiles dont la démarche de résolution est moins guidée.

=> **Réponses au verso**

Objectif 1 : Concevoir des **dispositifs pédagogiques** qui s'adaptent à la diversité des élèves

COMPÉTENCE

Objectif 2 : Aider tous les élèves pendant les cours (guidage)

Contexte : Sébastien est prof de maths. Le niveau de ses élèves de 3^{ème} B est très hétérogène : certains maîtrisent les outils mathématiques et intègrent rapidement les nouveaux apports, d'autres n'arrivent à faire les exercices, mêmes les plus simples, et un petit groupe d'élèves est totalement décroché.

Stratégie 1

Permettre aux élèves d'avoir une quantité de pratique suffisante

Stratégie 2

Favoriser la réussite de chacun en proposant des tâches accessibles à tous

Stratégie 3

Concevoir des tâches différenciées au niveau de chaque élève

Stratégie 4

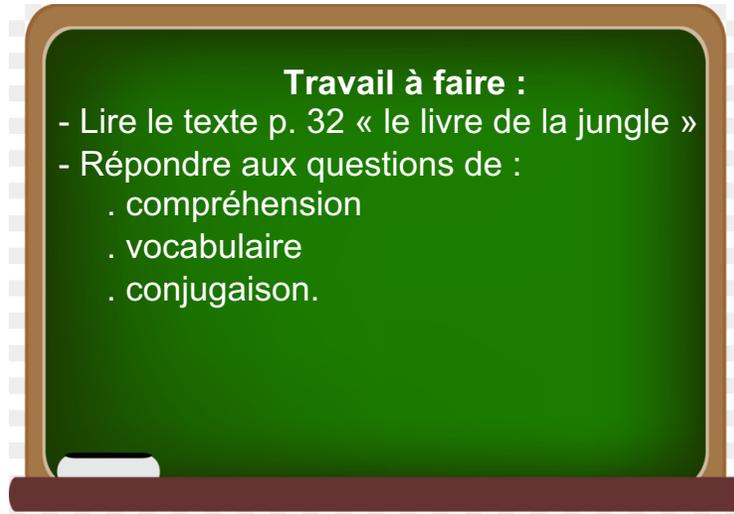
Rédiger des consignes explicites avec des critères de réussite



Objectif 1 : Concevoir des dispositifs pédagogiques qui s'adaptent à la diversité des élèves

COMPÉTENCE

Objectif 2 : Aider tous les élèves pendant les cours (guidage)



Contexte : Albane est prof de français. Ses élèves de 6^{ème} sont anxieux et la sollicitent souvent pour qu'elle vienne vérifier leur travail.

Stratégie 1
Valoriser le comportement de l'élève, ses résultats, ses progrès

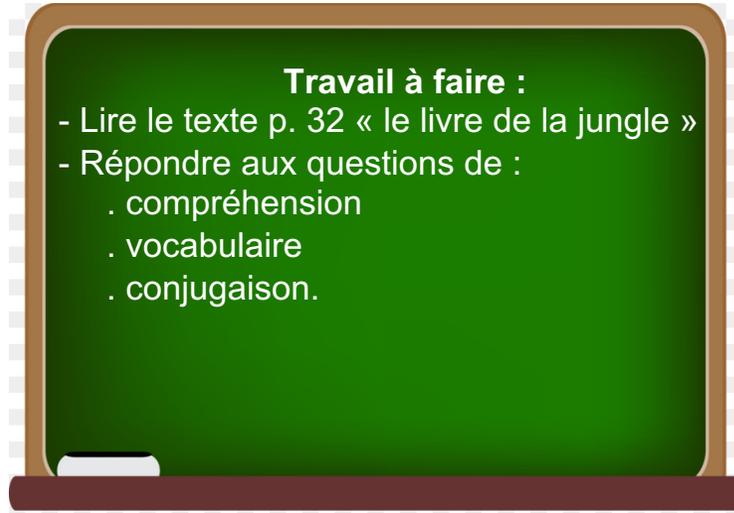
Stratégie 2
Démultiplier les feedbacks

Stratégie 3
Engager une démarche de guidage progressif

Objectif 1 : Concevoir des **dispositifs pédagogiques** qui s'adaptent à la diversité des élèves

COMPÉTENCE

Objectif 2 : Aider tous les élèves pendant les cours (guidage)



Contexte : Albane est prof de français. Ses élèves de 6^{ème} sont anxieux et la sollicitent souvent pour qu'elle vienne vérifier leur travail.

Activité de l'enseignante :

- . Faire des retours brefs et ciblés
- . Proposer des fiches de correction (consultables une fois l'exercice terminé)
- . Faire des retours collectifs sur les difficultés communes à tous les élèves
- . Faire des retours en privé pour sécuriser les élèves les plus en difficulté

Stratégie 1
Valoriser le comportement de l'élève, ses résultats, ses progrès

Stratégie 2
Démultiplier les feedbacks

Stratégie 3
Engager une démarche de guidage progressif

Objectif 1 : Tenir sa classe tout en ayant une bonne relation avec les élèves

PROXIMITÉ SOCIALE

Objectif 2 : Instaurer des relations coopératives et respectueuses entre les élèves

Contexte : Martin est un jeune prof d'éducation musicale. Pour marquer son autorité, il sourit peu, est sec et garde ses distances. Chaque heure de cours avec ses 6^{ème} F s'apparente à un affrontement entre ses élèves et lui.

Stratégie 1
être chaleureux
empathique et
soutenant

Stratégie 2
Manifester son
enthousiasme et
son intérêt

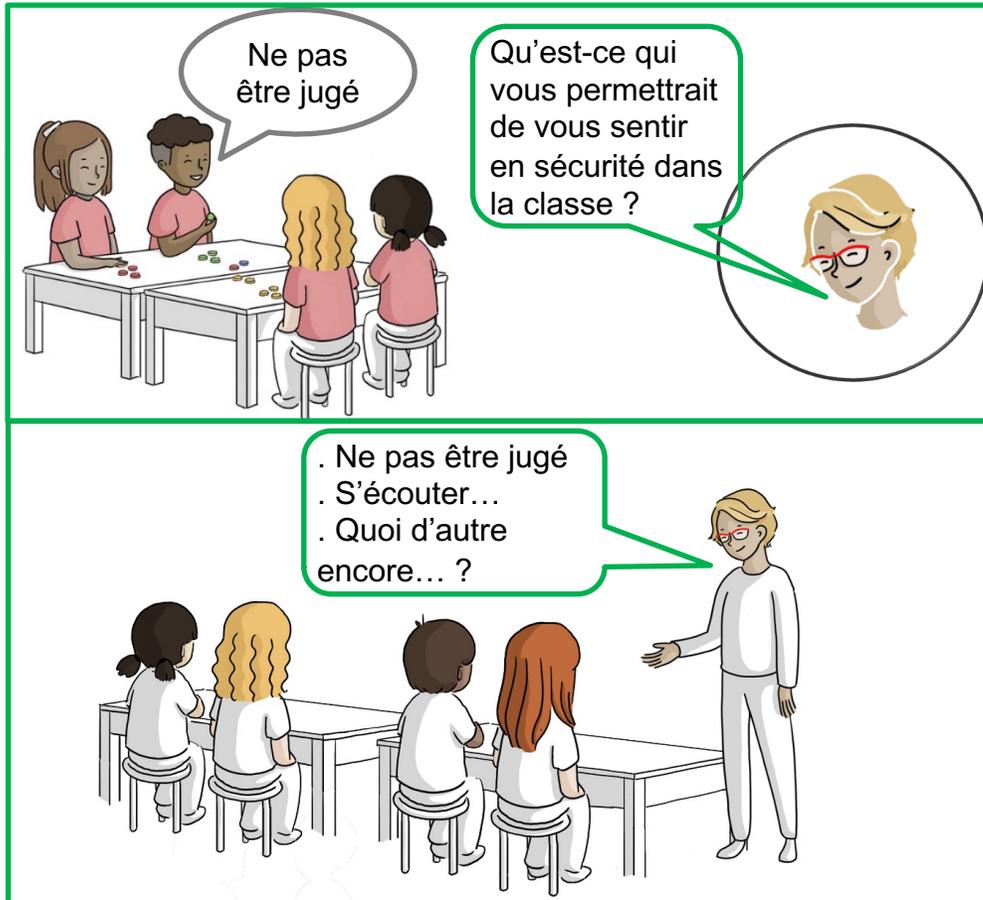
Stratégie 3
Adopter un
regard positif
inconditionnel



Objectif 1 : Tenir sa classe tout en ayant une bonne relation avec les élèves

PROXIMITÉ SOCIALE

Objectif 2 : Instaurer des relations coopératives et respectueuses entre les élèves



Contexte : Sandra est prof de physique-chimie. Dans sa classe de 4^{ème} les élèves ne s'entendent pas. Des clans divisent la classe. Certains élèves se moquent des autres ouvertement en classe.

Stratégie 1
Construire un climat de sécurité en classe

Stratégie 2
Concevoir des dispositifs d'apprentissage coopératifs

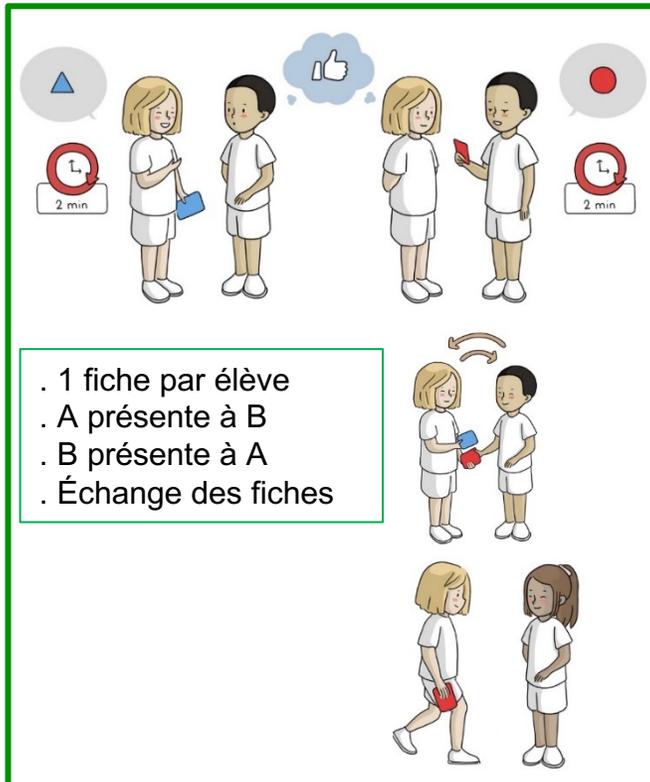
Stratégie 3
Développer les habiletés coopératives

Objectif 1 : Tenir sa classe tout en ayant une bonne relation avec les élèves

PROXIMITÉ SOCIALE

Objectif 2 : Instauration de relations coopératives et respectueuses entre les élèves

Contexte : Sandra est prof de physique-chimie. Dans sa classe de 4^{ème} les élèves ne s'entendent pas. Des clans divisent la classe. Certains élèves se moquent des autres ouvertement en classe.



Stratégie 1
Construire un climat de sécurité en classe

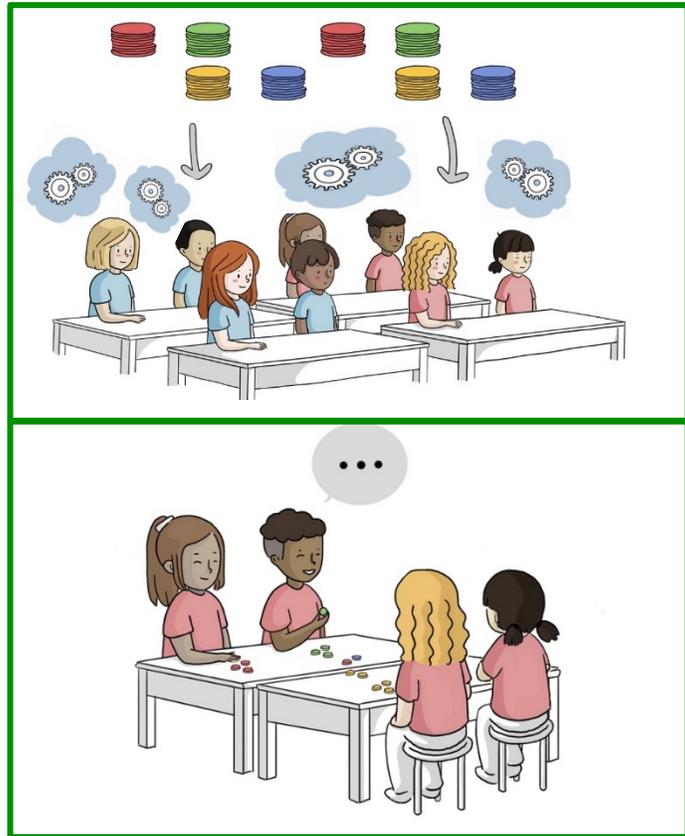
Stratégie 2
Concevoir des dispositifs d'apprentissage coopératifs

Stratégie 3
Développer les habiletés coopératives

Objectif 1 : Tenir sa classe tout en ayant une bonne relation avec les élèves

PROXIMITÉ SOCIALE

Objectif 2 : Instauration de relations coopératives et respectueuses entre les élèves



Contexte : Sandra est prof de physique-chimie. Dans sa classe de 4^{ème} les élèves ne s'entendent pas. Des clans divisent la classe. Certains élèves se moquent des autres ouvertement en classe.

Stratégie 1
Construire un climat de sécurité en classe

Stratégie 2
Concevoir des dispositifs d'apprentissage coopératifs

Stratégie 3
Développer les habiletés coopératives

Effet des interventions sur le style motivationnel

EDUCATIONAL PSYCHOLOGIST
2021, VOL. 56, NO. 1, 54-77
<https://doi.org/10.1080/00461520.2020.1862657>

 **Routledge**
Taylor & Francis Group



Autonomy-supportive teaching: Its malleability, benefits, and potential to improve educational practice

Johnmarshall Reeve^a  and Sung Hyeon Cheon^b 

Nombre d'études :

- . **41 études** interventions
- . Dont 37 comparant groupe expérimental à contrôle

Impliquant **1121 enseignants** et **35171 élèves**

Bénéfices pour les

- Meilleure satisfaction des besoins psychologiques
- Amélioration de la motivation intrinsèque et régulation identifiée
- Diminution de l'amotivation
- Augmentation de :
 - . Engagement
 - . Apprentissage autorégulé
 - . Notes
 - . Émotions positives
 - . Vitalité et bien-être
 - . Estime de soi

Bénéfices pour la classe

- Réduction des tensions, conflits, violences et harcèlement
- Acceptation des échanges/discussions entre élèves
- Augmentation des comportements pro-sociaux et amicaux

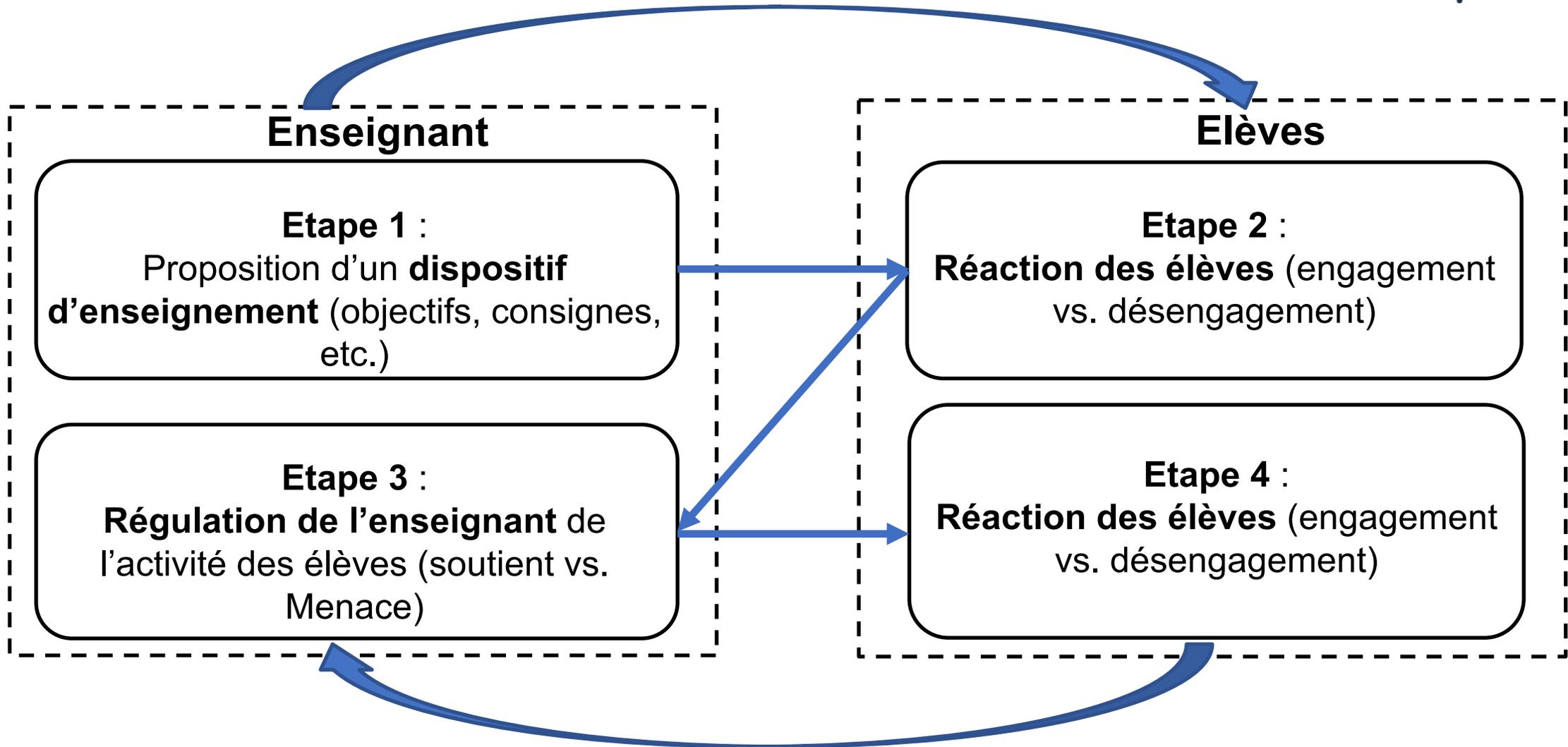
Bénéfices pour l'enseignant

- Amélioration de :
 - . Sentiment de compétence
 - . Satisfaction professionnelle
 - . Vitalité
 - . Motivation autonome pour l'enseignement
 - . Satisfaction des besoins psychologiques
- Réduction du burnout

Prendre en compte la dynamique motivationnelle



Modèle dialectique de l'engagement



Dynamique de l'engagement



Étape 1 dispositif d'app.

L'enseignant propose des dispositifs stimulants (tâches de défi, favorisant la réussite et/ou les interactions sociales).

Étape 2 : réaction élèves

Les élèves font preuve d'un engagement plus important et d'une motivation autonome.

Étape 3 : réaction enseignant

L'enseignant soutient les besoins des élèves.

Étape 4 : réaction élèves

Les élèves font preuve d'un engagement plus important et d'une motivation autonome.

Dynamique motivationnelle vertueuse

Transition d'une dynamique délétère à une dynamique vertueuse

Dynamique motivationnelle délétère

L'enseignant propose des situations d'apprentissage peu stimulantes (répétitives, individuelles, plus d'échecs que de réussites).

Les élèves font preuve d'un engagement moins important, voire d'un désengagement et d'une motivation contrainte.

L'enseignant menace les besoins des élèves.

Les élèves font preuve d'un engagement moins important, voire d'un désengagement et d'une motivation contrainte.

L'enseignant interprète les comportements des élèves comme le signe d'une grande difficulté et d'un besoin de soutien plus important.



La dynamique délétère n'est pas irréversible !!

Le contexte d'enseignement « pèse » sur le style motivationnel de l'enseignant...

Soutien

Menace



CAROTTE **BATON**
Promesse De récompense Menace de punition



Intentions bienveillantes

Les pressions réduisent ses ressources (temps, énergie, attention, et motivation), l'enseignant recourt au contrôle qui est plus simple et moins « couteux » que le soutien des besoins.

« Franchement, avec ma quatrième, si je ne les note pas, il y a beaucoup d'élèves qui ne s'investissent pas du tout au total... Du coup, quand je leur donne un travail à faire, je les note et ça marchait plutôt pas mal ».

« J'ai essayé de leur confier davantage de responsabilité [...] de le faire travailler en groupe, mais il y a certains élèves qui ne jouent pas le jeu, alors j'ai repris les choses en main avec un cours plus transmissif »

« J'ai testé la classe inversée, mais le résultat a été catastrophique, la moitié des élèves n'avait pas regardé les vidéos et les documents, donc j'ai ramé pendant une heure »

Développer les forces internes : les compétences psychosociales des élèves

Antécédents des besoins

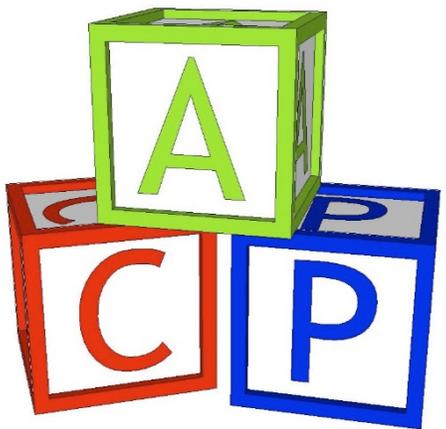
Forces externes

- Soutien des besoins
- Menace des besoins

Forces internes

- Compétences cognitives
- Compétences Émotionnelles
- Compétences Sociales

Besoins psychologiques fondamentaux



Types de motivation

- Motivation Intrinsèque
 - Régulation Intégrée
 - Régulation Identifiée
- Motivations autonomes

- Régulation Introjectée
 - Régulation Externe
 - Amotivation
- Motivations contraintes

Conséquences

- Bien-être
- Émotions positives
- Effort
- Persévérance
- Bons résultats scolaires

- Mal-être
- Emotions négatives
- mauvais résultats scolaires

- Abandon
- Décrochage

Définition des compétences psychosociales



Définition des CPS



un ensemble
cohérent et interrelié
de capacités
psychologiques
(cognitives,
émotionnelles,
sociales)

constituent

impliquent

- des connaissances
- des processus intrapsychiques
- des comportements spécifiques

Les Compétences Psycho Sociales (CPS)

permettent

- d'augmenter l'autonomisation et le pouvoir d'agir (empowerment)
- de maintenir un état de bien-être psychique
- de favoriser un fonctionnement individuel optimal
- de développer des interactions constructives

Référentiel des CPS



ENFANTS
ET JEUNES

MAI 2022



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

Rapport complet

INTRODUCTION	9
DÉFINITION ET CLASSIFICATION	12
1. Définition d'origine	12
2. Définition actualisée	12
3. Terminologie	14
4. Concepts associés	14
5. Classification	15
PRÉSENTATION DES PRINCIPALES CPS	18
1. Les compétences cognitives	18
<i>Avoir conscience de soi</i>	18
<i>Capacité de maîtrise de soi</i>	18
<i>Prendre des décisions constructives</i>	18
2. Les compétences émotionnelles	19
<i>Avoir conscience de ses émotions et de son stress</i>	19
<i>Réguler ses émotions</i>	19
<i>Gérer son stress</i>	19
3. Les compétences sociales	20
<i>Communiquer de façon constructive</i>	20
<i>Développer des relations constructives</i>	20
<i>Résoudre des difficultés</i>	20
EFFETS DES PROGRAMMES CPS PROBANTS	21
1. Effets des programmes CPS conçus dans un but préventif	21
2. Effets des programmes CPS dans le but d'améliorer la réussite scolaire	22
CARACTÉRISTIQUES DES INTERVENTIONS CPS EFFICACES	24
1. Définition des programmes CPS probants	24
2. Facteurs communs aux interventions CPS efficaces	25
<i>Les 2 facteurs principaux</i>	26
<i>Les 6 facteurs complémentaires</i>	26
CONCLUSION	30
Ressources de Santé publique France	32
Ressources de l'Éducation nationale	33
Références bibliographiques	34

Catégories	CPS GÉNÉRALES	CPS SPÉCIFIQUES
Compétences cognitives		
Compétences émotionnelles		
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 contrôler 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

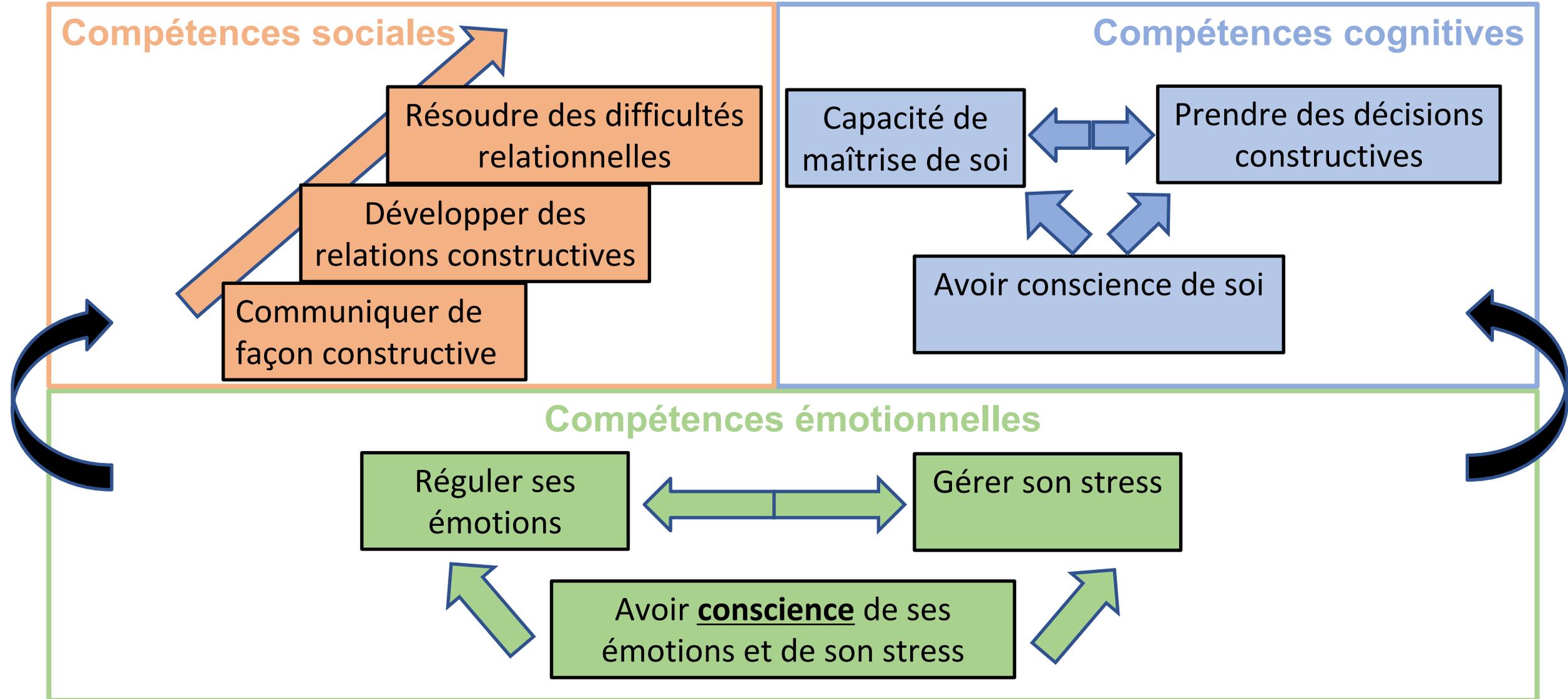
CATÉGORIES	CPS GÉNÉRALES	CPS SPÉCIFIQUES
Compétences émotionnelles	Avoir conscience de ses émotions et de son stress	Comprendre le fonctionnement des émotions et du stress
		Identifier de façon appropriée ses émotions et son stress
	Réguler ses émotions (maintien équilibre émotionnel)	Exprimer ses émotions de façon adaptée
		Gérer ses émotions (notamment celles difficiles : colère, anxiété, tristesse...)
	Gérer son stress (disposer de ses ressources, fonctionnement optimal)	Réguler son stress au quotidien
		Capacité de coping en situation d'adversité (stratégies d'adaptation pour faire face)

Classification des CPS

CATÉGORIES	CPS GÉNÉRALES	CPS SPÉCIFIQUES
Compétences sociales	Communiquer de façon constructive	Capacité d'écoute empathique
		Communication efficace (valorisation, formulation claire...)
	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

Source : Santé publique France, 2022, Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes

Relations entre les compétences psychosociales



Etat des recherches sur les CPS



Effets des interventions scolaires sur le développement des CPS

Méta-analyses portant sur 213 études impliquant plus de 270 000 élèves

		. Sociales . Cognitives . Emotionnelles	. Estime de soi . Attitude envers école . Croyances prosociales	Entente avec : . Pairs . Enseignants	. Violences . Harcèlement . Exclusions	. Stress . Anxiété . Dépression	Résultats scolaires
Effets intervention	T.E	.57*	.23*	.24*	.22*	.24*	.27*
	N	68	106	86	112	49	35
Effets Intervention de l'enseignant	T.E	.62*	.23*	.26*	.20*	.25*	.34*
	N	40	59	59	53	20	10

Bénéfices sur les CPS elles-mêmes mais aussi sur les performances académiques

Avantage aux programmes menés directement par l'enseignant.e référent.e

Comment développe-t-on les CPS ?

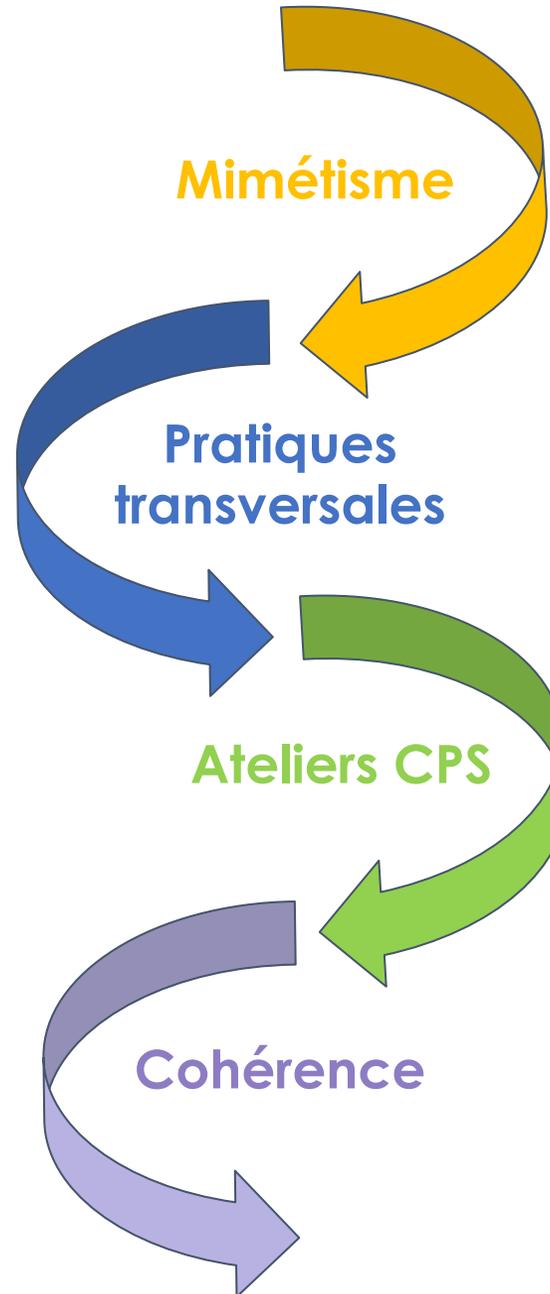
Facteurs d'efficacité

Pratiques informelles :

Outils et rituels quotidiens proposés en classe (e.g., météo des émotions, blobtree)

Environnement et implication :

Environnement éducatif soutenant porté par tous les éducateurs (scolaire, périscolaire, familial...).



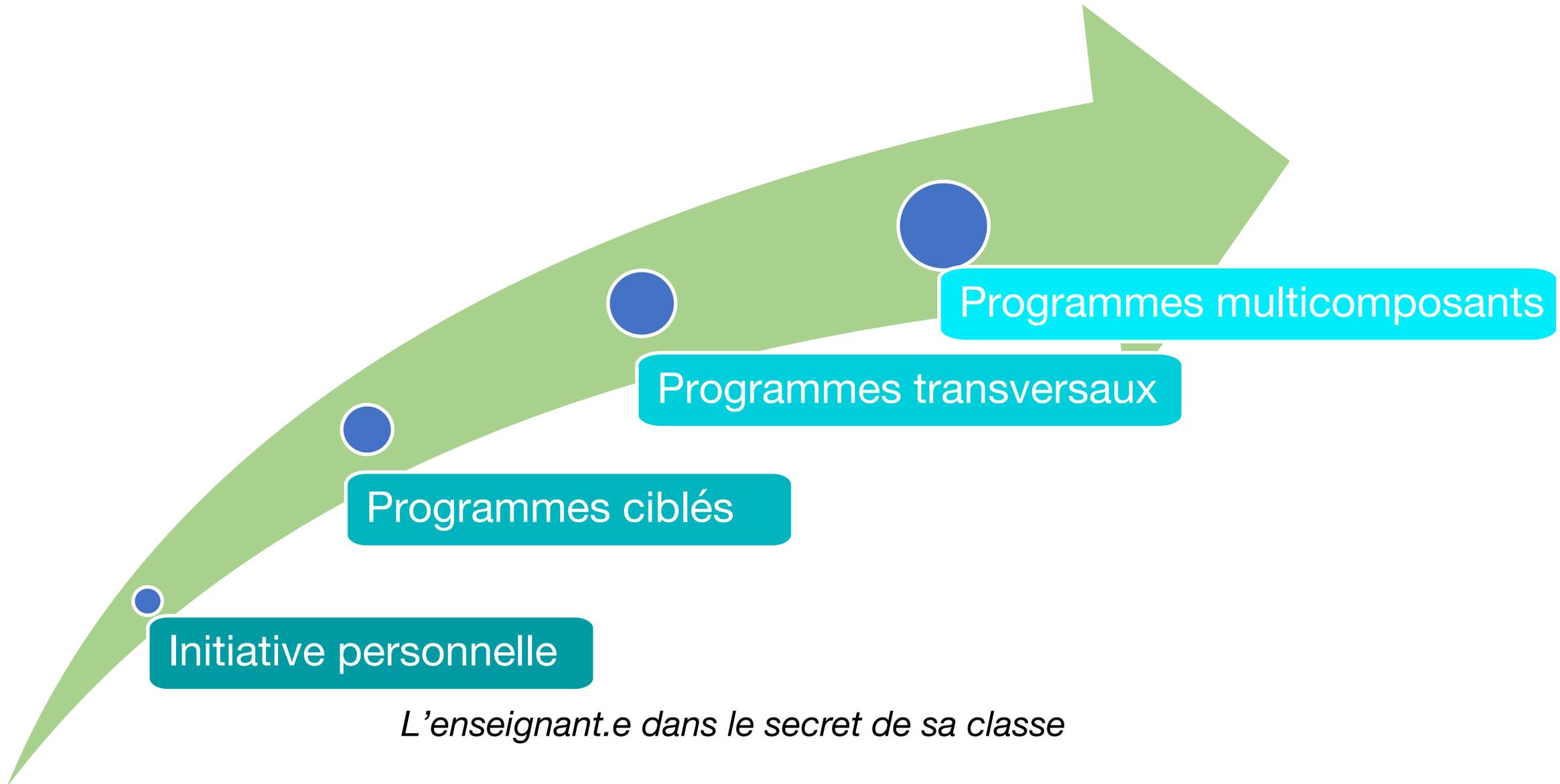
Posture

Intervenants mettant en œuvre leurs propres CPS, apportant bienveillance, soutien et cadre. Intervenants accompagnés (formation, analyse de pratique...).

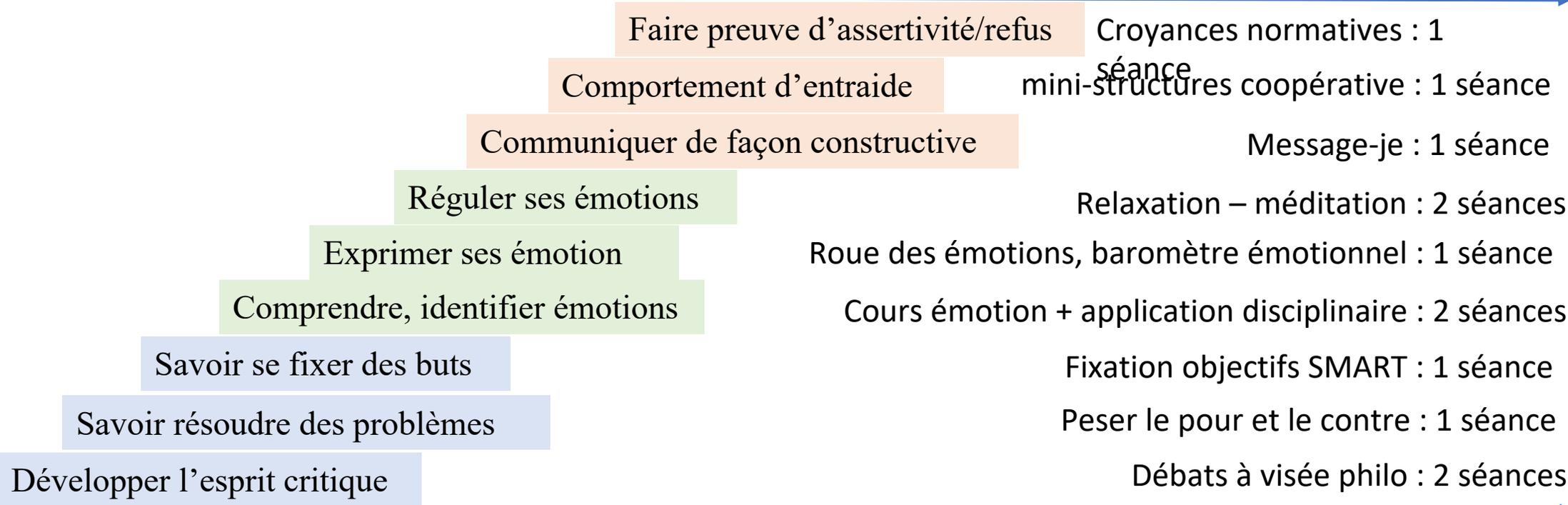
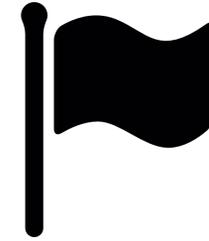
Pratiques formelles :

Programmes fondés sur les connaissances scientifiques, d'au moins 10h avec des activités séquencées, focalisées, interactives et expérientielles, suivies d'un retour réflexif.

Des pratiques formelles



Les programmes ciblés



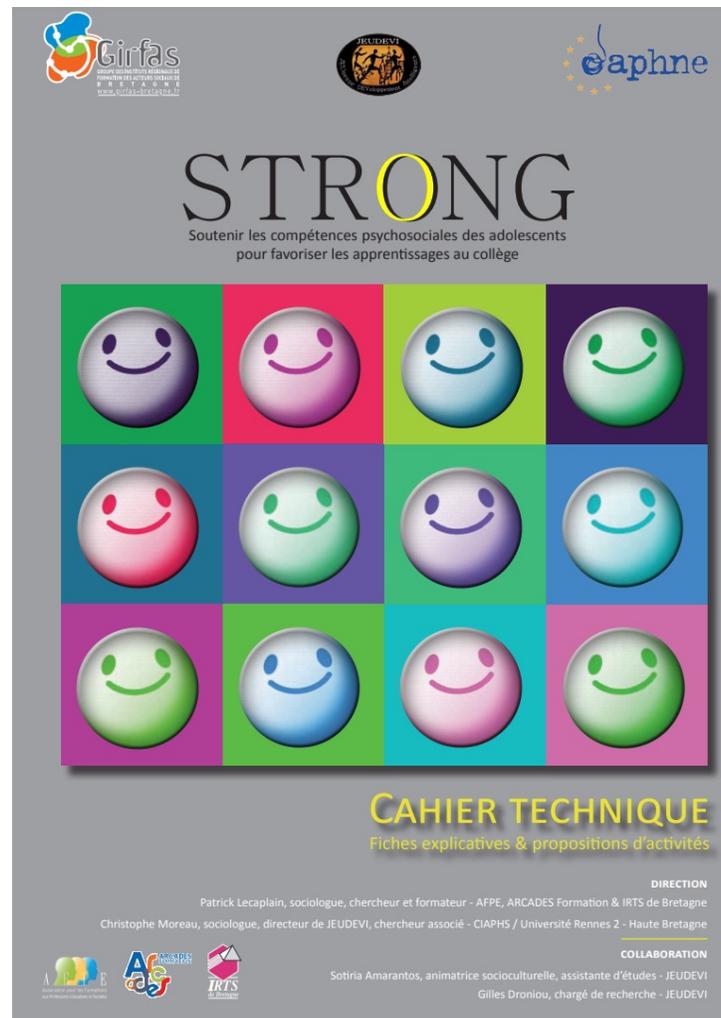
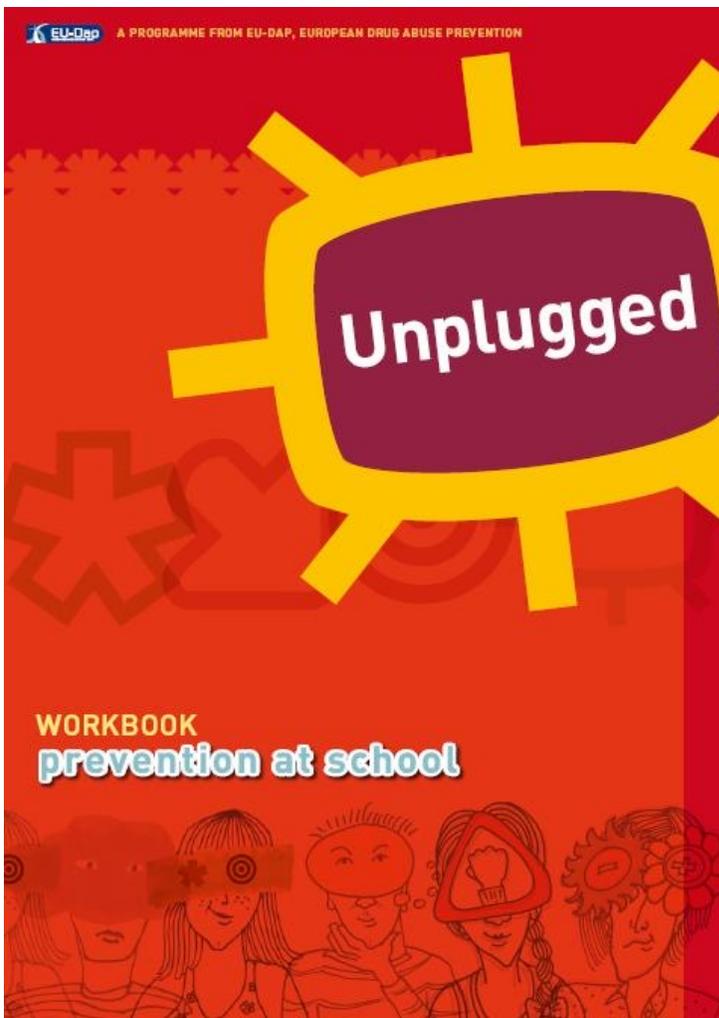
Compétences
cognitives

Compétences
émotionnelles

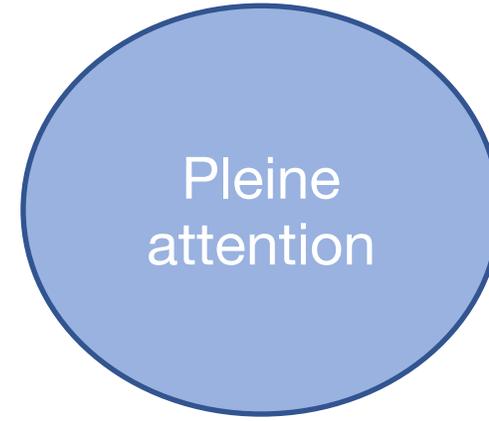
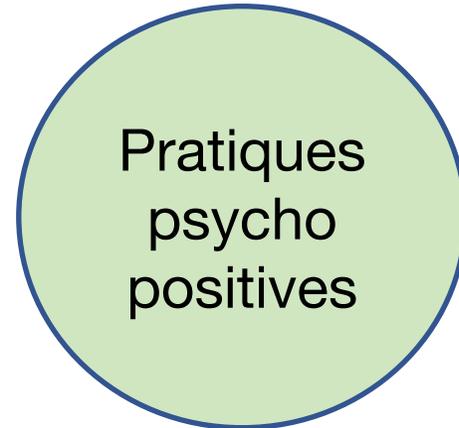
Compétences
sociales

Total : 12 séances

Programmes ciblés : Unplugged, Strong, Prodas



Pratiques



Processus



Effets



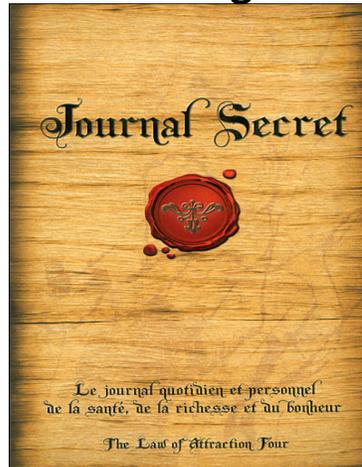
Forces de caractère



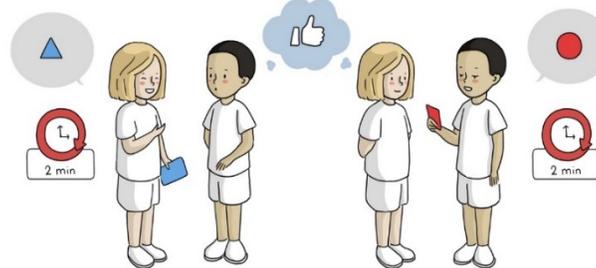
Compétences émotionnelles



Journal de gratitude



Apprentissage coopératif



Pleine attention



Effets des programmes : données probantes... ?

Contemporary School Psychology
<https://doi.org/10.1007/s40688-019-00260-1>

SYSTEMATIC REVIEW

Strengths-Based Positive Schooling

Aneesh Kumar P¹ · Fahima Mohideen

© California Association of School Psychologists 2015

Abstract

Positive schooling is the positive psychological learning environment. A strength-based approach change and well-being. The scoping review interventions that have been conducted thus framework proposed by Arksey and O'Malley program design, outcomes, and theoretical underpinnings of positive schooling interventions produced study also identified a need for evidence of theory building in positive schooling and education.

Keywords Positive schooling · Character strengths

Contemplative Education: A Systematic, Evidence-Based Review of the effect of Meditation Interventions in Schools

Lea Waters · Adam Barsky · Aman

Abstract Schools need reliable evidence they consider if and how such programs are implemented. This paper reviewed evidence programmes with respect to three student academic achievement. In total, there were 61 participants in the study. The overall number of participants in the study calculated, 61 % were statistically significant effects on student outcomes, 24 % of the large effect of meditation upon student characteristics, a higher percentage of significant effects programmes, but this may be to do with technique itself. Programme elements : instructor influenced student outcomes propositions: proposition 1—meditation cognitive functioning; proposition 2—increasing emotional regulation. Suggestions assist in the development of more effective

Review of Education

Vol. 5, No. 1, February 2017, pp. 60–86

DOI: 10.1002/rev.3.3080

Positive psychology school-based interventions: A reflection on success and future directions

Alicia R Chodkiewicz^{1,*} and Christopher R. Mackenzie^{1,2}

¹University of New England, Australia, ²University of Exeter

An increased focus on youth development has led to an undervalued wellbeing, resilience and mental health of children and young people. This body of research, especially over the last two decades, which includes theories of learning and development across the years spent at school, positive psychology, which is changing our conceptions of youth and port for a new era of student-centric teaching practices dedicated to the wellbeing of students. This has come not only from researchers and psychologists, but also from teachers, who are showing an increased appetite for integrating positive psychology into the learning curriculum. While researchers are beginning to evaluate the effectiveness of such interventions, there is a large disparity between what is being taught in classrooms. A set of key constraints on the effectiveness of such interventions include overcrowded curriculum, accessibility of information, teacher role in shaping the effectiveness with which an intervention is implemented, and the recent development of positive psychology school-based programs. These initiatives can be enhanced to reach a wider range of students and effectively into classroom practice.

Educ Psychol Rev
DOI 10.1007/s10648-016-9357-3

REVIEW ARTICLE

Review of Brief School-Based Interventions: a Taster for Teachers

Rébecca Shankland¹ · Evelyn Rosset¹

© Springer Science+Business Media New York 2019

Abstract Research studies looking into the effectiveness of brief school-based interventions implemented in classrooms have yielded promising results in terms of student learning and well-being but also in terms of academic outcomes. However, a number of PPIs require relatively high resources and are not always feasible for all schools. This paper presents a review of brief PPIs (BPPIs) based on a meta-analysis of the literature. The review is categorized into four sections according to the type of intervention: social skills training, mindfulness, gratitude, strengths, and practices which have been successfully implemented in classrooms. The paper highlights in order to foster best practices in schools.

Keywords Positive psychology interventions · Schools

International Journal of Applied Positive Psychology (2019) 4:1–46
<https://doi.org/10.1007/s41042-019-00017-4>

RESEARCH PAPER

SEARCH: A Meta-Framework and Review of the Field of Positive Education

L. Waters¹ · D. Loton¹

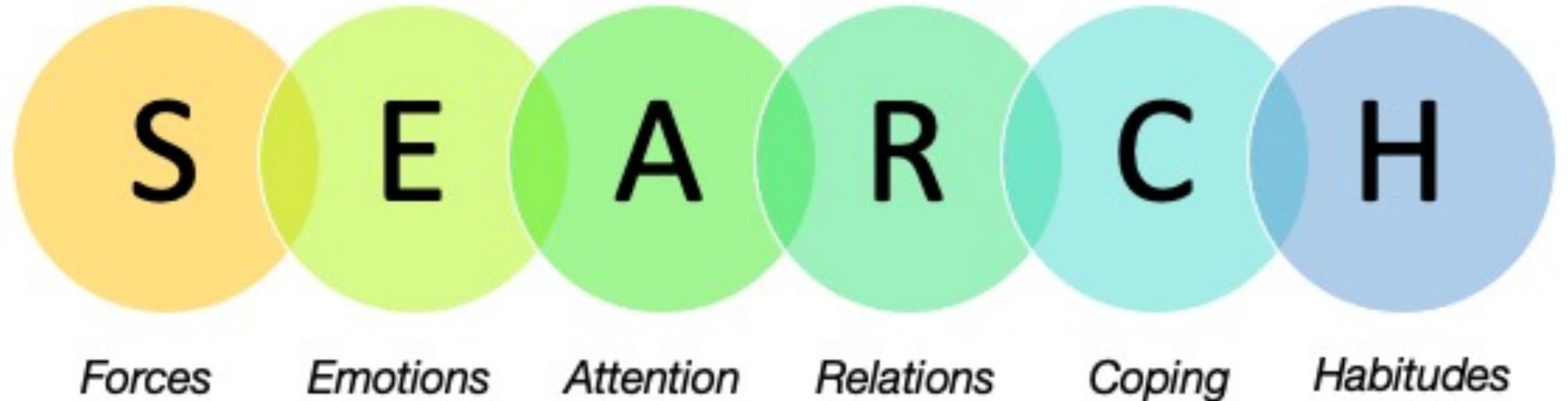
Accepted: 20 June 2019 / Published online: 26 July 2019
© The Author(s) 2019

Abstract

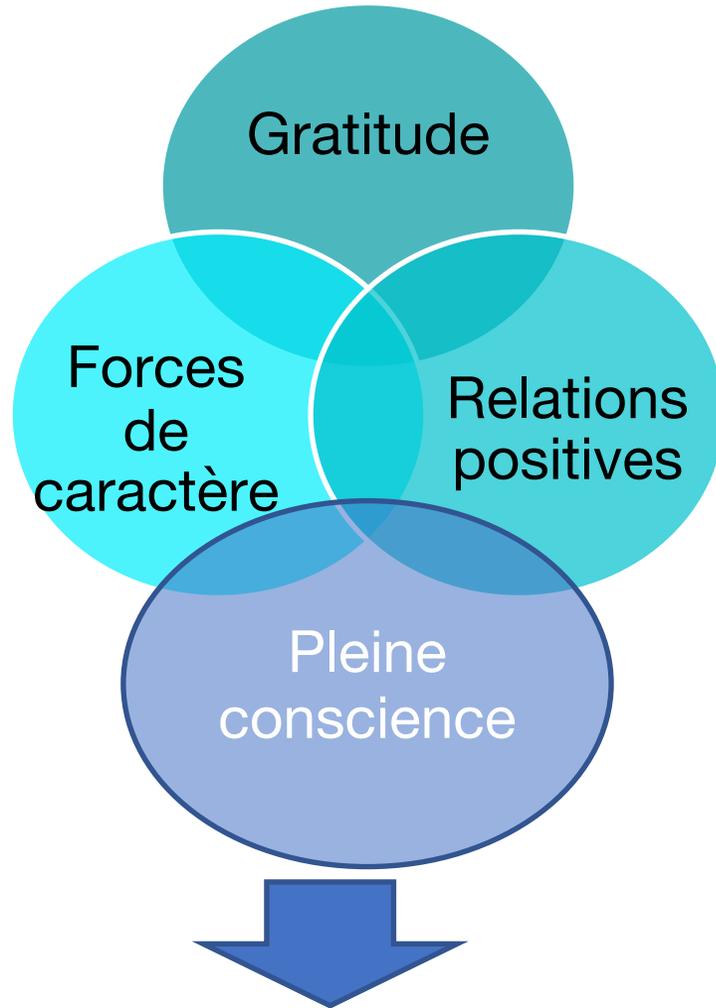
This paper presents a data-driven, meta-framework to support evidence-based decisions for researchers and practitioners when designing, investigating and implementing positive education interventions: the SEARCH framework. SEARCH was developed through a two-stage process. Stage one comprised a large-scale bibliometric review and thematic grouping of topics based on natural language processing of over 18,403 positive psychology studies. Stage two involved action-research with ten schools testing the practical validity of the wellbeing themes identified in stage one with educators. The result of these two stages identified six overarching pathways to wellbeing that formed the SEARCH framework: 1) strengths, 2) emotional management, 3) attention and awareness, 4) relationships, 5) coping and 6) habits and goals. The aim of this current review paper was to examine the existing educational and psychology literature for evidence of whether each SEARCH pathway has been found to successfully foster student wellbeing. Seventy five peer-reviewed studies (total student $N = 35,888$) were reviewed from North America, Europe, the United Kingdom, Asia, Australia and New Zealand. Results demonstrate the value and applicability of the SEARCH framework. The comprehensive review conducted in this paper is then used to discuss current gaps in positive education research as well as present the utility of SEARCH as a framework to support positive education science and practice.



Données probantes sur les interventions de psychologie positive



Bien-Être	Satisfaction Emotions Engagement Relations	I.E. Gratitude Affects + Détresse -	Acceptation Affects + Détresse -	Connexion Estime de soi Satisfaction	Stress Manag Estime de soi Relations Détresse -	Clarté buts Autorégulation Relations Détresse -
Résultats scolaires	Engagement Notes	Satisfaction Confiance Notes	Fonct ^o cog Notes	Apprentissage	Adaptabilité Intérêt Notes	Satisfaction Motivation Notes



Effets positifs sur le bien-être à court et à long termes

Journal of Youth and Adolescence (2020) 49:1943–1960
<https://doi.org/10.1007/s10964-020-01289-9>

EMPIRICAL RESEARCH



Effects of School-based Multicomponent Positive Psychology Interventions on Well-being and Distress in Adolescents: A Systematic Review and Meta-analysis

Claudia Tejada-Gallardo ¹ · Ana Blasco-Belled ¹ · Cristina Torrelles-Nadal ¹ · Carles Alsinet ¹

Received: 8 April 2020 / Accepted: 9 July 2020 / Published online: 18 July 2020
© Springer Science+Business Media, LLC, part of Springer Nature 2020

Abstract

Multicomponent positive psychology interventions are increasing in the general population but the study of its effectiveness in adolescents is still scarce, especially in the school context. Previous meta-analyses have reported that multicomponent positive psychology interventions increase well-being and reduce distress outcomes. However, the results on these outcomes limit their samples to adult populations. The aim of the current systematic review and meta-analysis is to evaluate and compare the immediate but also long-lasting effects of school-based multicomponent positive psychology interventions aimed at increasing well-being indicators of mental health (i.e., subjective and psychological well-being) and reducing the most common psychological distress indicators (i.e., depression, anxiety, and stress) in adolescents. A total of 9 randomized and non-randomized controlled trials from the searched literature met inclusion criteria for the meta-analysis. The results showed small effects for subjective well-being ($g = 0.24$), psychological well-being ($g = 0.25$), and depression symptoms ($g = 0.28$). Removing low-quality studies led to a slight decrease in the effect sizes for subjective well-being and a considerable increase for psychological well-being and depression symptoms. The relevant moderation analyses had an effect on subjective well-being and depression symptoms. The present systematic review and meta-analysis found evidence for the efficacy of school-based multicomponent positive psychology interventions in improving mental health in the short and long-term. Small effects for subjective well-being, psychological well-being, and depression symptoms were identified. Effects for psychological well-being and depression symptoms remained significant over time. In light of our results, education policy-makers and practitioners are encouraged to include positive practices within the schools' curriculum as effective and easily implemented tools that help to enhance adolescents' mental health. Further research is needed in order to strengthen the findings about school-based multicomponent positive psychology interventions in adolescents.

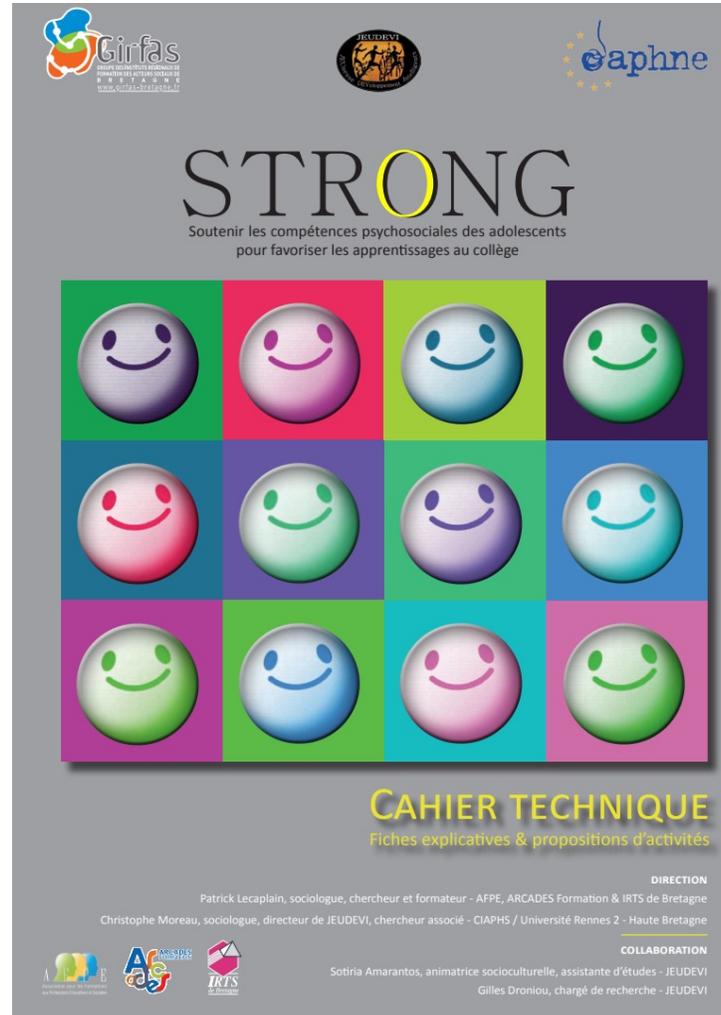
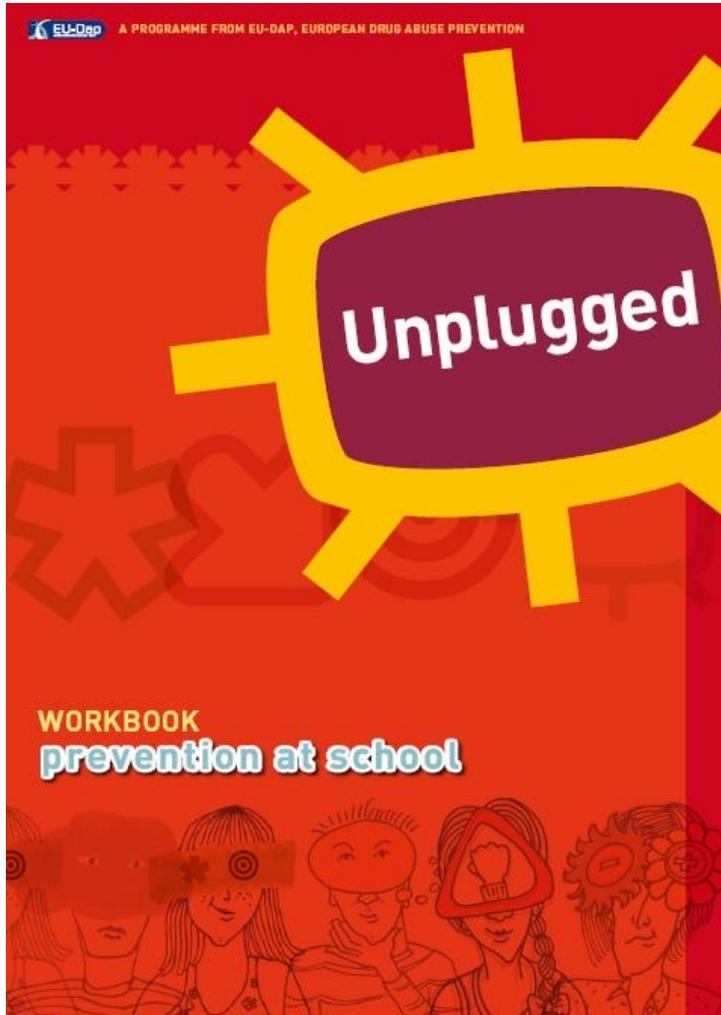
Keywords Positive psychology · Well-being · Intervention · Multicomponent · School · Meta-analysis

Tejada-Gallardo et al., (2020). Effects of School-based Multicomponent Positive Psychology Interventions on well-being and distress in Adolescents: A systematic review and meta-analysis

Des Pratiques formelles vers des pratiques intégrées



Exemples de programmes formels: Unplugged, Strong, Prodas



Obstacles à la généralisation de ces programmes CPS à l'École

Programmes scolaires exigeants .

Formation des enseignants focalisée .
sur les compétences disciplinaires



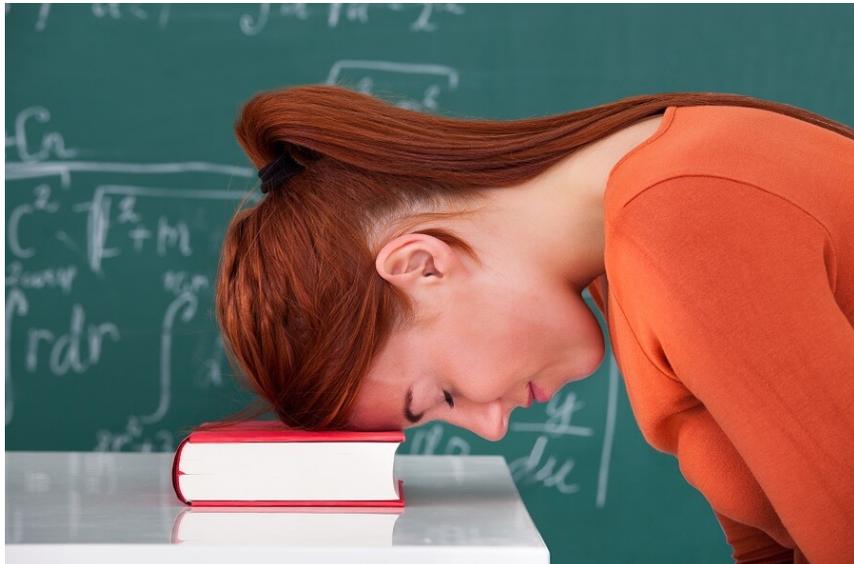
. Emploi du temps chargé

. Posture pédagogique « verticale »

. Conception des enseignants en décalage
avec l'idée de développer les CPS des élèves

=> Les Enseignant-es volontaires s'épuisent à porter ces programmes

Implémentation d'un programme CPS probant et formel est peu compatible avec le contexte scolaire français



Approche intégrée du développement des CPS à l'École

Ancrer les pratiques CPS sur les moments clés (e.g., accueil et rappel des connaissances) et les gestes professionnels (e.g., organisation du travail de groupe, ilots, correction d'exercices) des enseignant-es



**CONSEIL SCIENTIFIQUE DE L'ÉDUCATION NATIONALE
GT5 – MÉTACOGNITION ET CONFIANCE EN SOI**

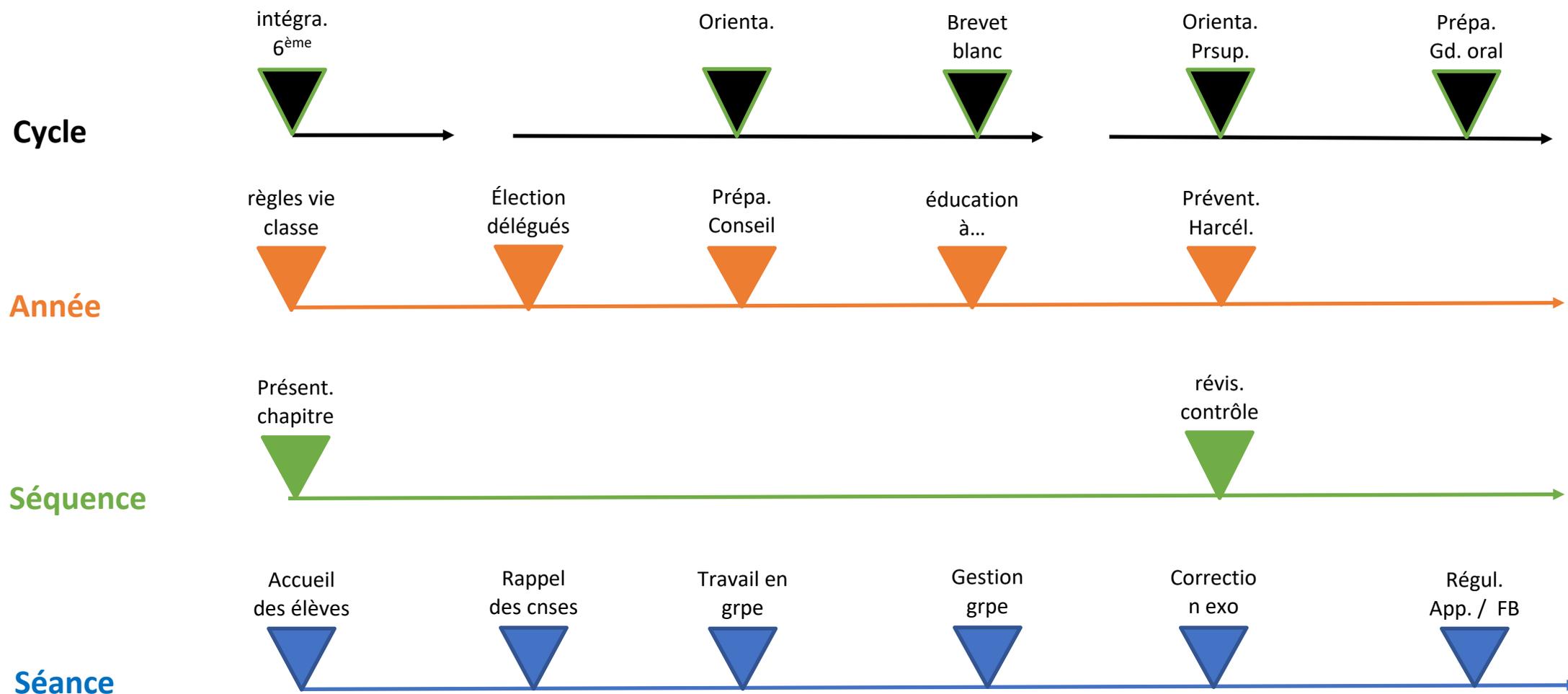
**COMMENT ÉDUCER CHACUN À VIVRE ENSEMBLE
DANS LA CLASSE ?**

Propositions de gestes professionnels favorisant les compétences psychosociales chez les enfants de milieux défavorisés

*Sarah PEYRONNET, Joëlle PROUST,
Denis LEJAY, Jean-Philippe LACHAUX*



Moments clés pour développer les CPS



Différentes catégories de pratiques formelles



Du simple...



Au complexe...



**Des pratiques
de classes
actives**

**Des pratiques
CPS intégrées**

**Des pratiques
CPS plus
exigeantes**

Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS

Séance



Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS



Baromètre corporel

Séance

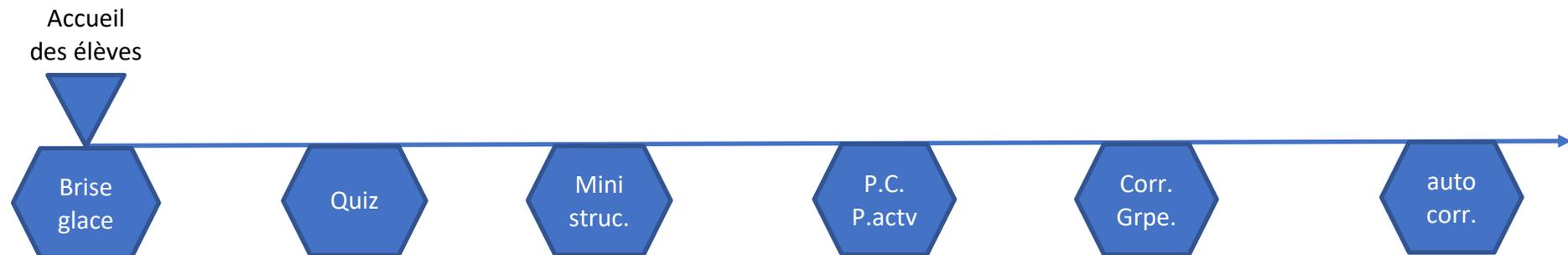


Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS



Baromètre corporel



Starter

Séance

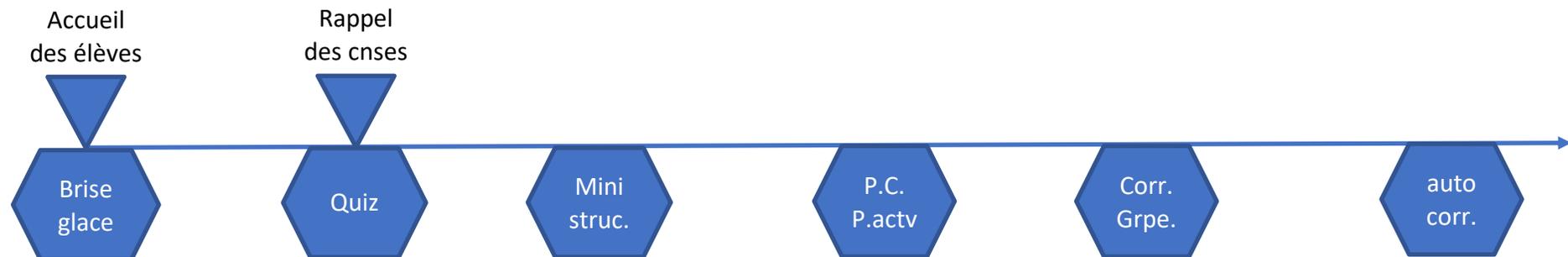


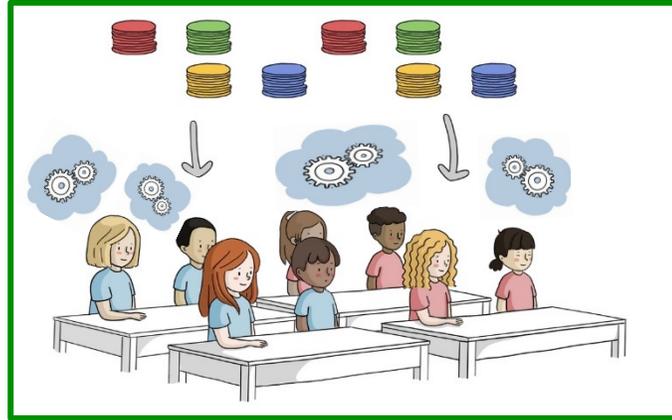
Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS



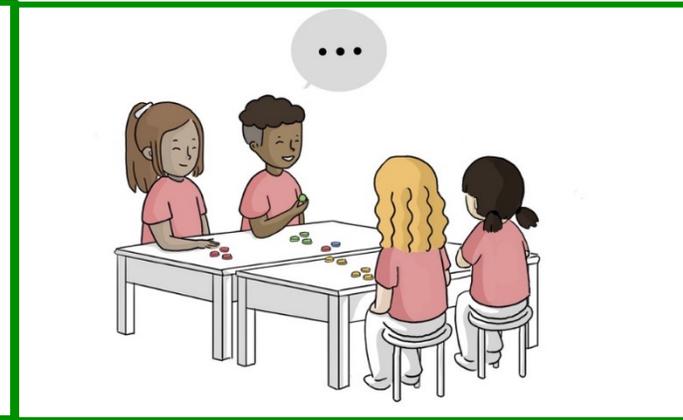
Baromètre corporel



Starter



Jetons de conversation



Séance

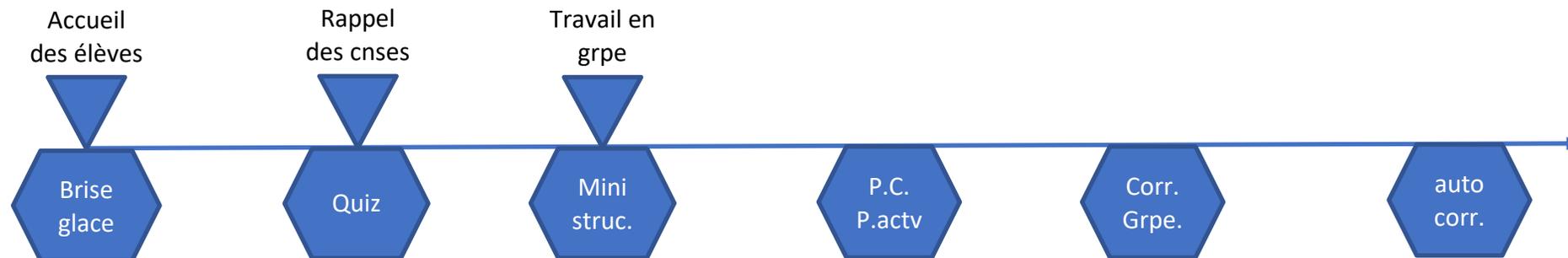
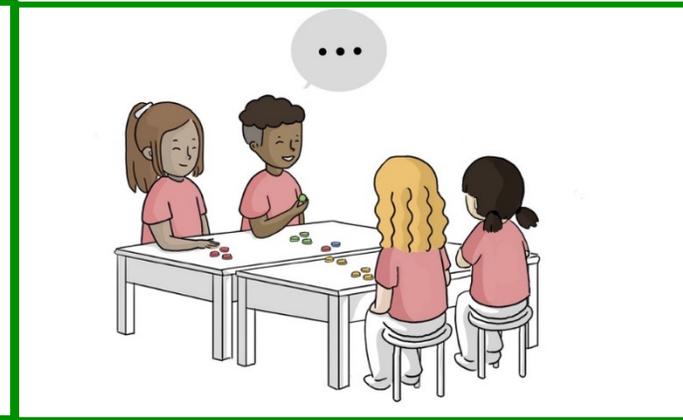
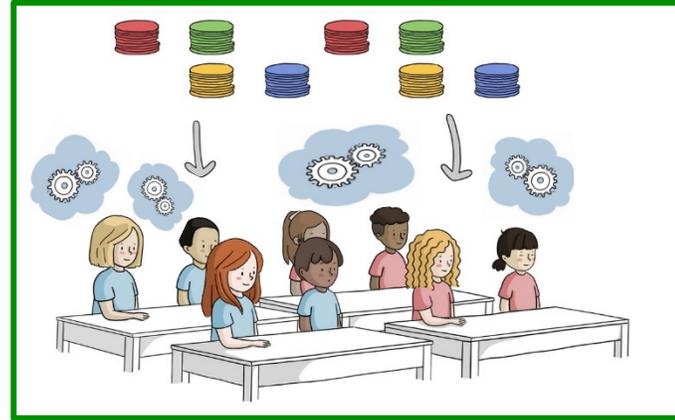


Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS



Baromètre corporel

Starter

Jetons de conversation



Météo intérieure

Stop - Feel - Go

Séance

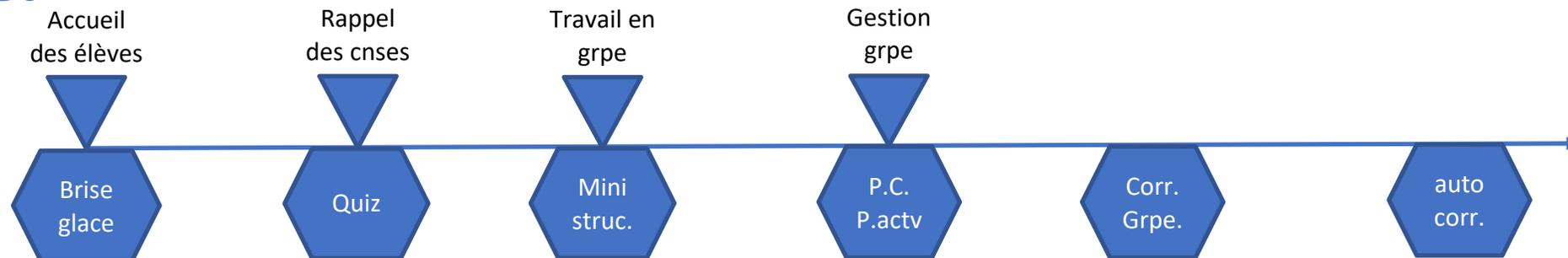
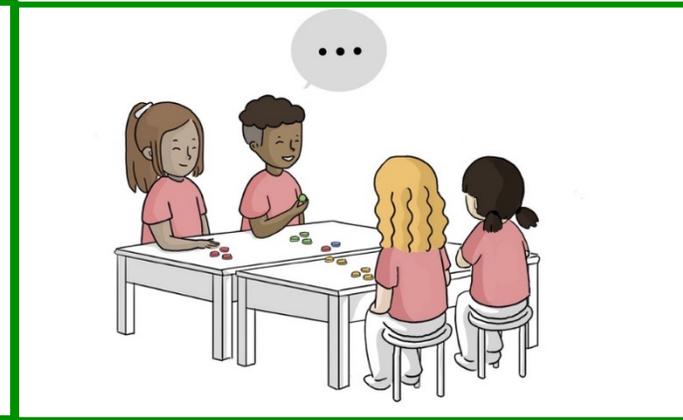
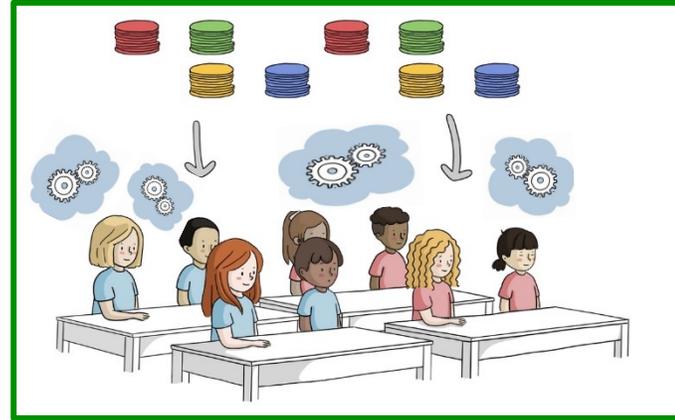


Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS



Baromètre corporel

Starter

Jetons de conversation




7
Partager
(Enthousiasme)

Météo intérieure

N1 - Consolidation des bases

- . Exercices de 5^{ème} (e.g., simplifier un fraction)
- . Exercices de 4^{ème} (e.g., additionner des fractions)

⇒ Réponses au verso

N2 - Applications variées

Savoir mobiliser le cours (e.g., savoir développer les 3 identités remarquables, savoir les retrouver)

⇒ Réponses au verso

N3- Défis personnels

Exercices plus difficiles dont la démarche de résolution est moins guidée.

⇒ Réponses au verso

Stop – Feel - Go

Séance

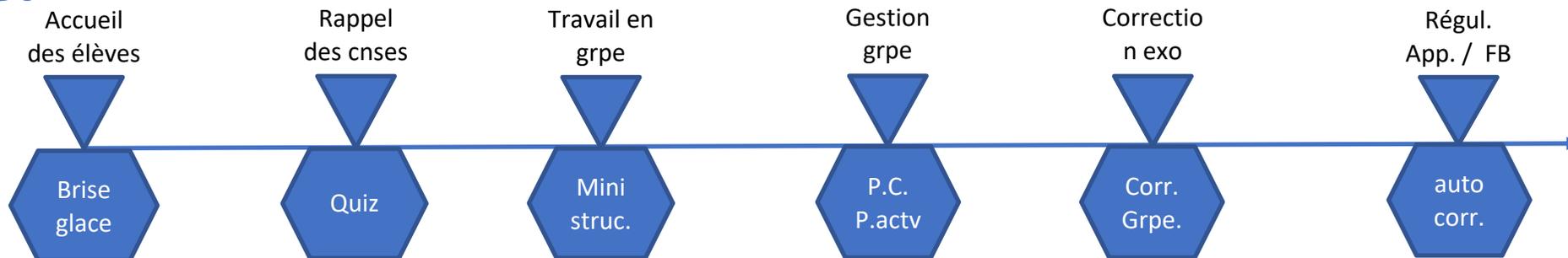
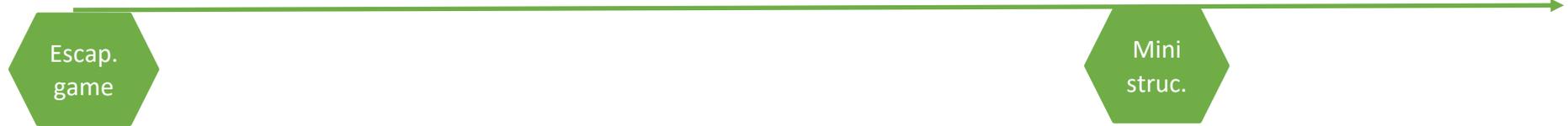


Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS

Séquence



Séance

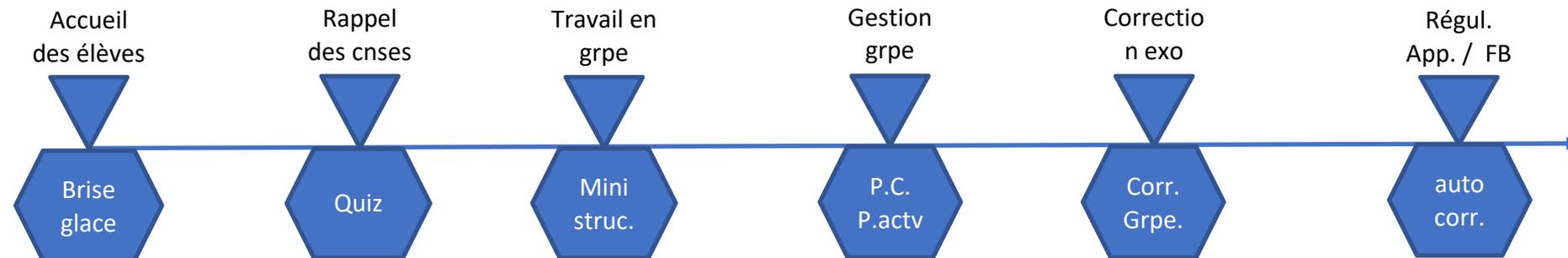


Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS



Escape game

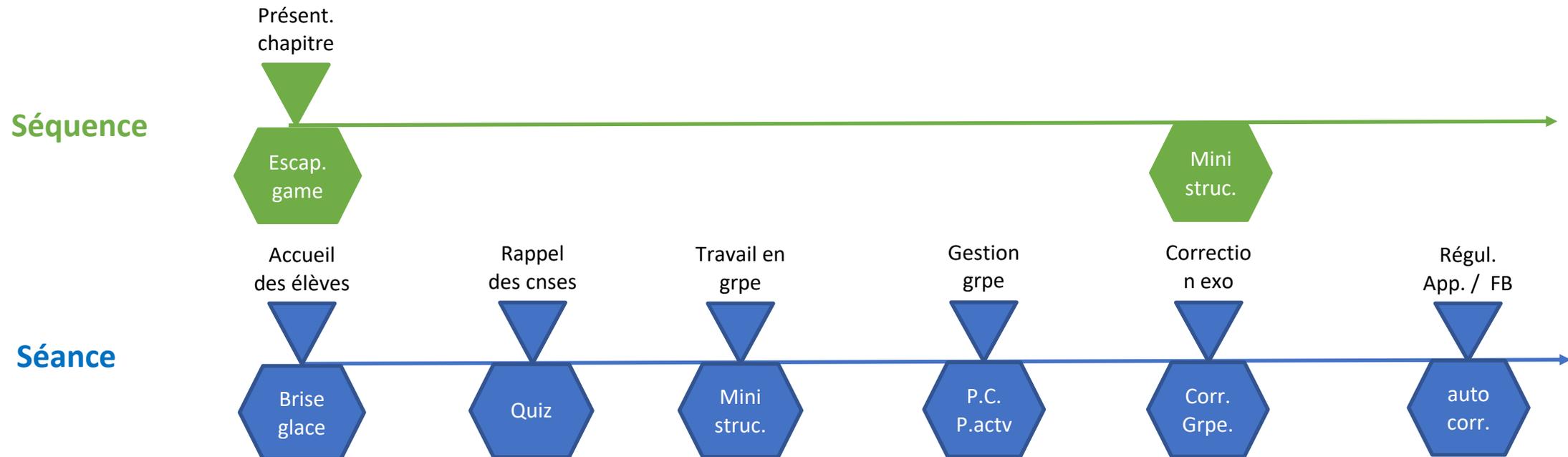
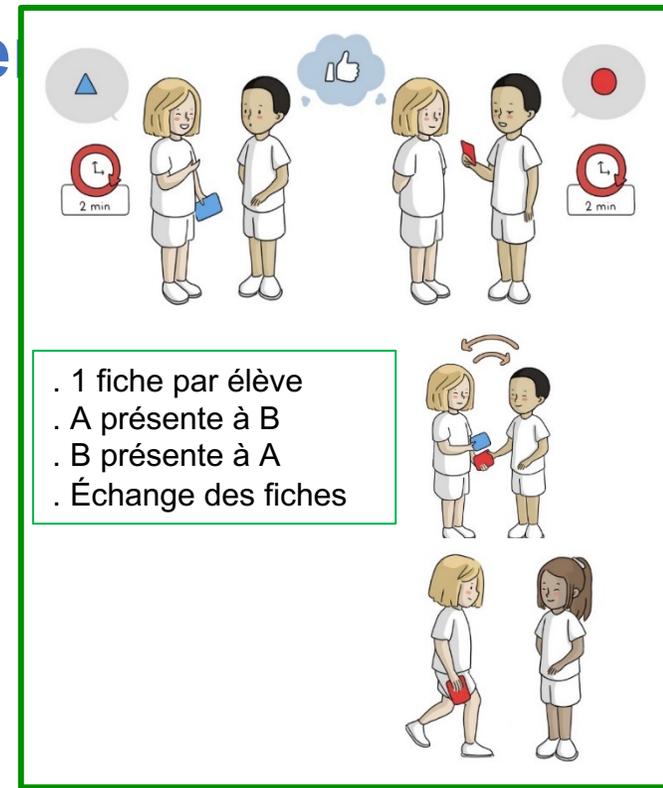


Illustration de l'approche intégrée du développement

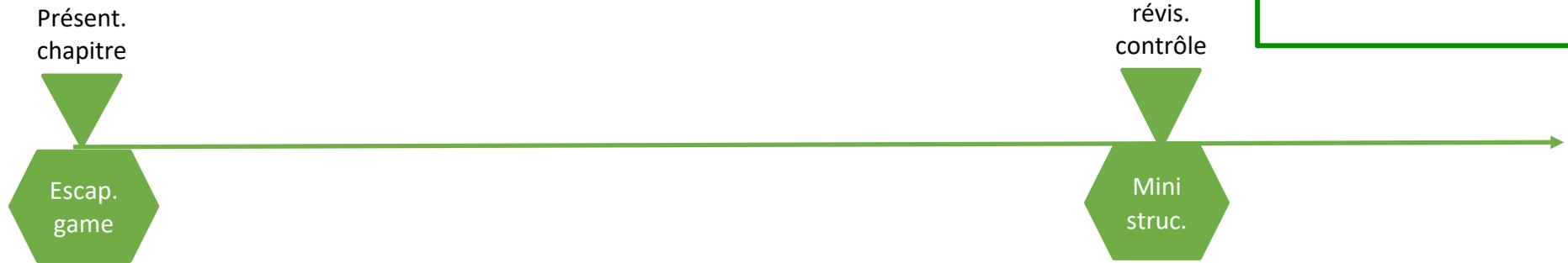


Escape game

Révisions coopératives



Séquence



Séance

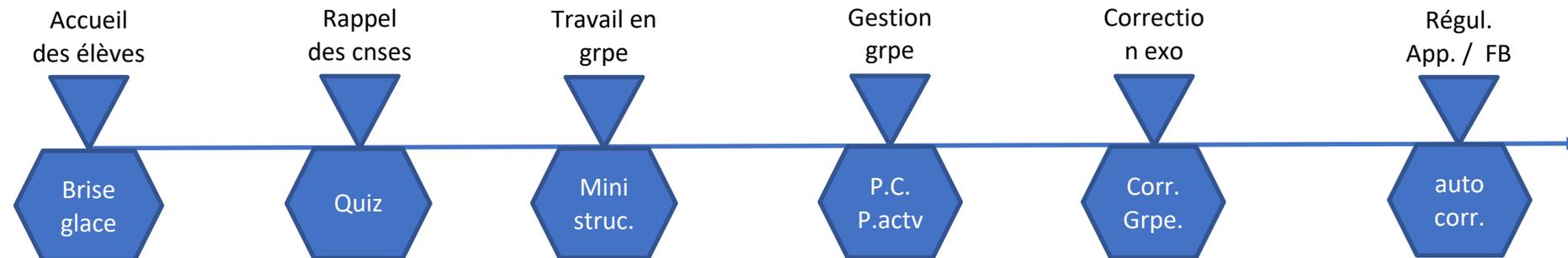


Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS



Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS

règles vie
classe

Année

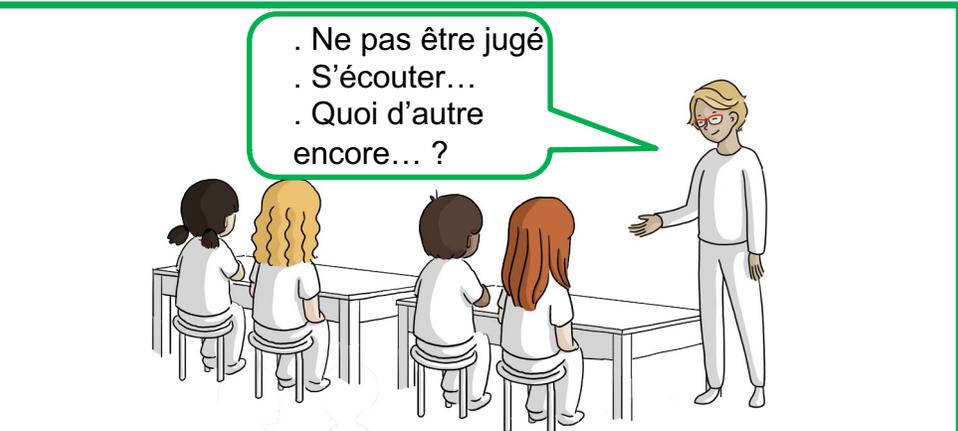
Cons.
cadre

Débat
philo

Mini
struc.

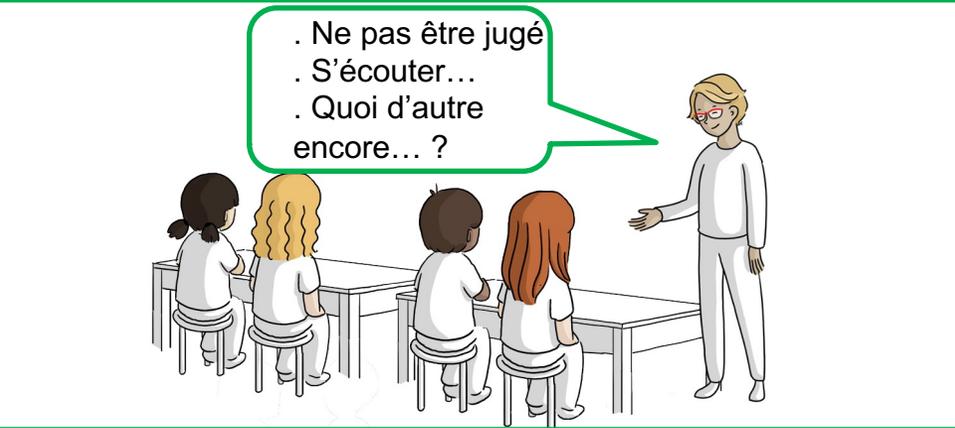
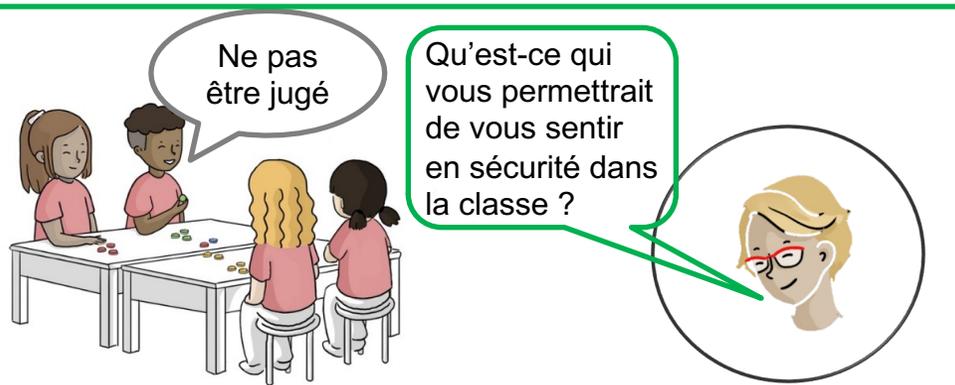
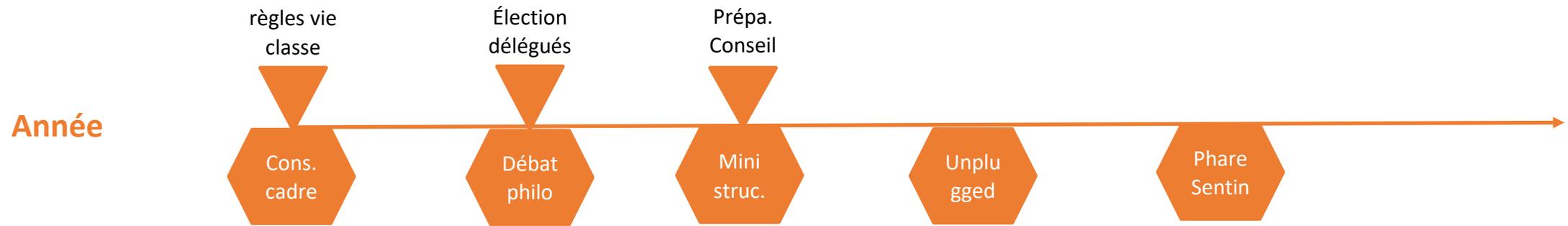
Unplu
gged

Phare
Sentin



Co-construction du cadre

Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS

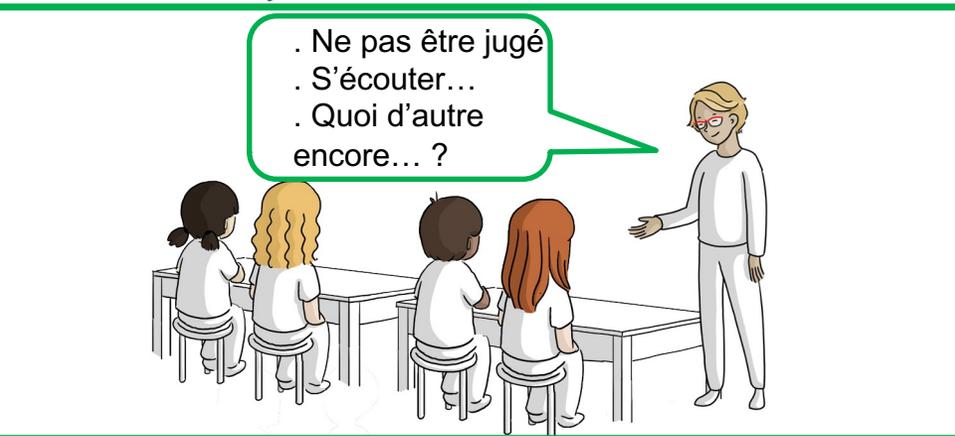
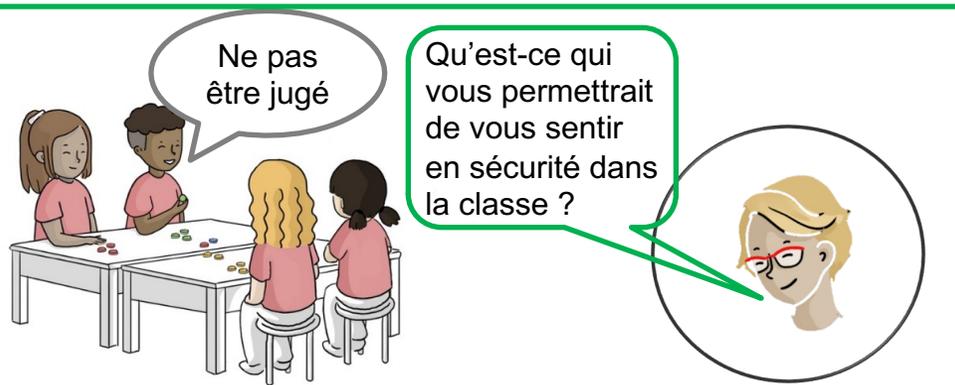
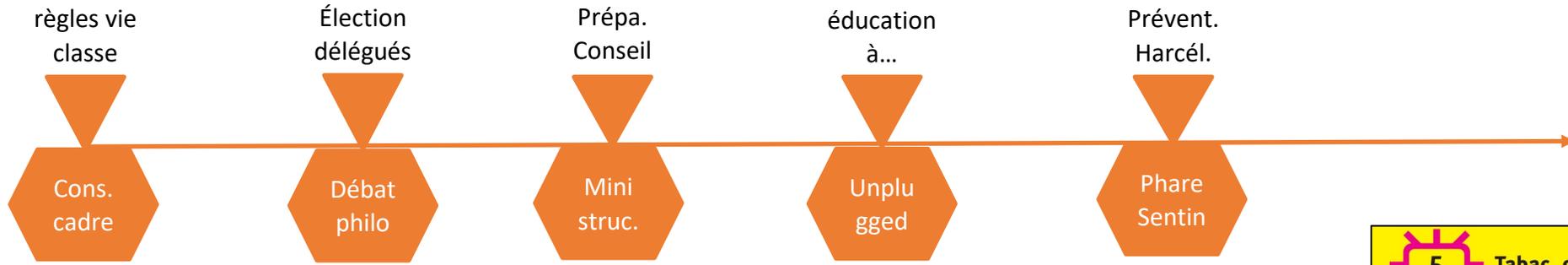


Débats à visée philosophique

Co-construction du cadre

Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS

Année



Co-construction du cadre



Débats à visée philosophique

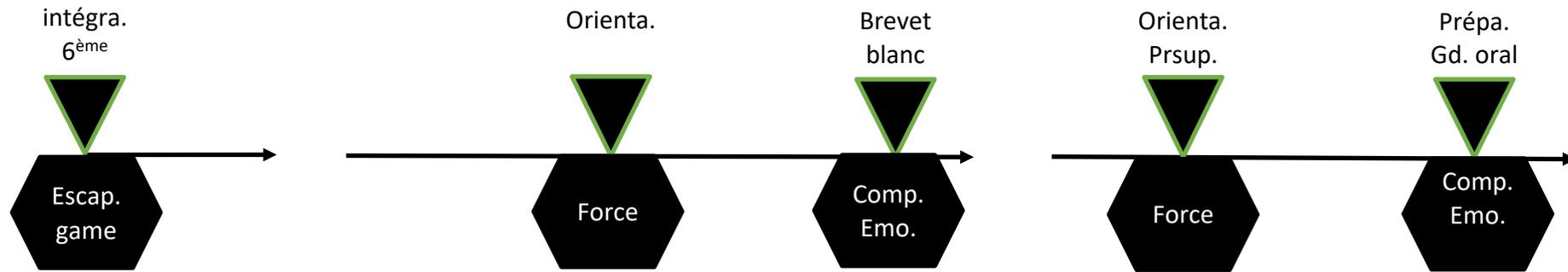
5 Tabac, chicha – que sais-je?

Tu as sans doute déjà entendu parler du tabac (de la cigarette ou de la chicha par exemple) et de ses effets. Tu as pu recueillir des informations issues de sources variées, mais aussi développer des croyances sur les conséquences de la consommation de tabac. Cette séance te propose de faire le point et d'exercer ton esprit critique par rapport au tabac, en faisant la différence entre les effets que tu imagines et les effets réels.

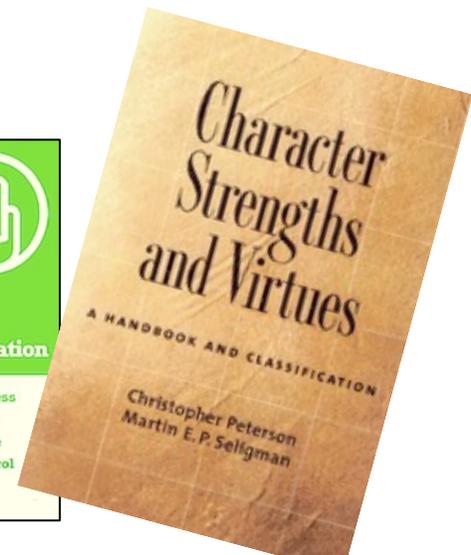
Séances Unplugged sur les comportements à risques

Illustration de l'approche intégrée du développement des CPS

Cycle

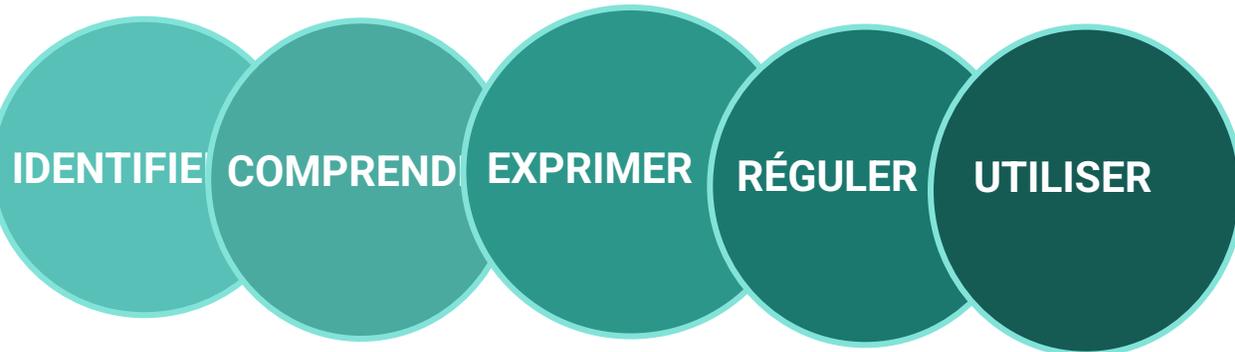


wisdom	courage	humanity	transcendence	justice	moderation
//creativity //curiosity //judgement //love of learning //perspective	//bravery //persistence //honesty //zest	//love //kindness //social intelligence	//appreciation of beauty //gratitude //hope //humour //spirituality	//teamwork //fairness //leadership	//forgiveness //modesty //prudence //self-control



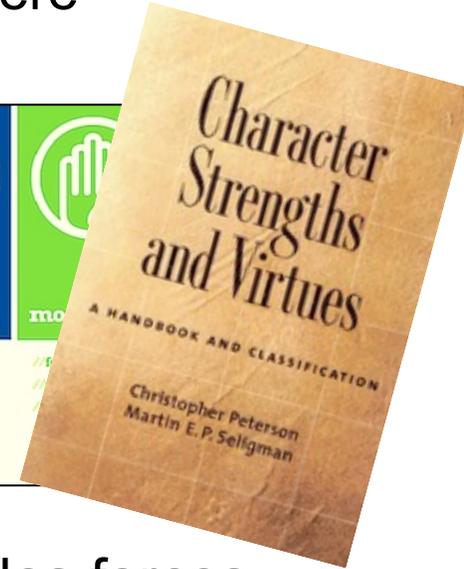
Des pratiques exigeantes

Compétences émotionnelles



Forces de caractère

wisdom	courage	humanity	transcendence	justice	mo...
//creativity //curiosity //judgement //love of learning //perspective	//bravery //persistence //honesty //zest	//love //kindness //social intelligence	//appreciation of beauty //gratitude //hope //humour //spirituality	//teamwork //fairness //leadership	//...



1. Connaître le vocabulaire des forces
2. Identifier les forces d'autrui
3. Identifier ses propres forces
4. Utiliser ses forces dans différents contextes
5. Renforcer la culture des forces en classe

De Pratiques formelles adidactiques préalables vers des pratiques intégrées et didactisées

Pour conclure....

Les pratiques enseignantes qui promeuvent le bien-être des élèves :

Nourrir les **besoins psychologiques** des élèves

- . Remettre en question des **pratiques « contrôlantes »** habituelles
- . Analyser les situations avec **« fortes pressions du dessous »**
- . Persévérer et **améliorer la structure** des pratiques « nouvelles »

Développer les **compétences psychosociales** des élèves

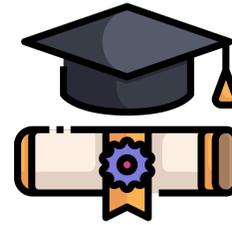
- . Ritualiser les **pratiques actives et brises glace**
- . Intégrer les pratiques formelles dans les **moments clés CPS**
- . Concevoir ces pratiques dans la **durée et au sein de l'équipe**

=> **nécessite un haut niveau d'expertise et de formation**

Merci de votre attention...



Pour aller plus loin...



Diplôme Universitaire ProMoBE



Groupe de formateurs académiques :
• « motivation et engagement »
• « Compétences psychosociales »



Création d'un parcours m@gistère
(en construction... pour 2024)

