

Le bien-être subjectif : *concept novateur en psychologie de l'enfant*



association francophone de
psychologie et psychopathologie
de l'enfant et l'adolescent

WEBINAIRE
Mardi 14 décembre 2021
18h00 - 19h00



Agnès Florin



et

Omar Zanna





Mardi 14 décembre 2021

**Webinaire enregistré pour accès en replay le lendemain.
Le pdf du support Powerpoint également disponible en ligne sur
www.appea.org**

Rappel : nous ne pouvons pas délivrer d'attestation de formation ou de suivi pour ce format de webinaire gratuit. Notre conseil, si nécessaire pour votre service, votre CPF ou votre employeur : enregistrer le mail info de connexion et faire une capture d'écran durant le webinaire.

Le bien-être subjectif : *concept novateur en psychologie de l'enfant*



association francophone de
psychologie et psychopathologie
de l'enfant et l'adolescent

WEBINAIRE
Mardi 14 décembre 2021
18h00 - 19h00



Agnès Florin



et

Omar Zanna





Le bien-être subjectif : concept novateur en psychologie de l'enfant

Recherches actuelles et Consultation nationale UNICEF 6-18 ans



Centre
de Recherche
en Éducation
de Nantes



association francophone de
psychologie et psychopathologie
de l'enfant et l'adolescent

Agnès FLORIN & Omar ZANNA
(et équipe CREN, EA 2661)
Universités de Nantes & du Mans

APPEA, 14 décembre 2021



Santé, Qualité de vie, Bien-être subjectif (OMS)



- « La santé est un **état de complet de bien-être physique, mental et social** et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité » (1993). Intérêt pour les facteurs de protection
- « **La qualité de vie**: perception qu'a un individu de sa place dans l'existence, dans le contexte de la culture et du système de valeurs dans lesquels il vit en relation avec ses objectifs, ses attentes, ses normes et ses inquiétudes » (1994)
- **Son évaluation** ne relève pas uniquement d'indicateurs objectifs, mais implique aussi **des dimensions subjectives** : le point de vue des personnes sur leur propre qualité de vie, leur satisfaction de vie.
- **Outils d'évaluation avec les enfants** (adaptés en français): **AUQUEI**, autoquestionnaire pour les 4-12 ans; **KINDL-R** pour les plus de 3 ans; **SWLS-C**: échelle de satisfaction de vie, etc.



Bien-être subjectif / Qualité de vie (QdVie)

- Thématique de recherche assez récente, années 2000 (psychologie, éducation, sociologie)
- Évaluation cognitive et affective faite par une personne de son niveau de satisfaction dans les différents domaines de sa vie
- 2 dimensions :
 - hédonique / plaisir, satisfaction de vie, bonheur subjectif
 - eudémonique / processus permettant d'accéder à un certain bien-être (psychologie positive)
- **Besoins psychologiques fondamentaux** (autonomie, compétence et relation à autrui); leur satisfaction est essentielle au développement et au bien-être
- **Le bien-être subjectif à l'école** est l'une des composantes importantes de la QdVie des enfants



Le bien-être à l'école

- **Les objectifs de l'éducation** : objet de débats; performances scolaires et épanouissement personnel (Commission des communautés européennes, 2007)
- **Ecole** : lieu de vie essentiel pour les enfants et les adolescents
- **Importance des expériences vécues à l'école**
 - *Elèves satisfaits de leur vie à l'école (cas le + fréquent)* : développent des stratégies adaptatives, augmentent leurs ressources personnelles
 - *Elèves insatisfaits de leur vie à l'école* : niveau de satisfaction de vie plus bas, fréquence plus élevée de problèmes de santé et de comportements à risques
- **Des insatisfactions fréquentes, variables selon les pays**
- **Prise en compte du point de vue des enfants:**
question d'éthique et intérêt scientifique

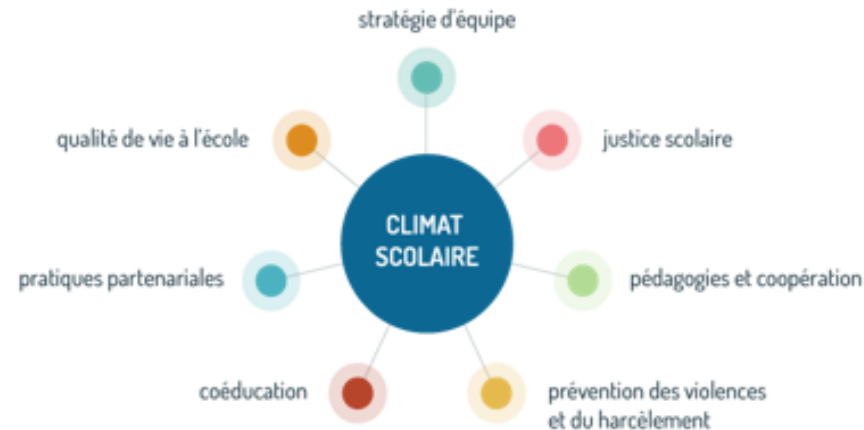




Le bien-être subjectif à l'école: 3 composantes

- **Satisfaction scolaire:** apprentissages scolaires, relations enseignant-élève, relations avec les pairs, etc. ;
- **Affects positifs** : se sentir détendu, à l'aise ou heureux ;
- **Affects négatifs**: se sentir déprimé, bouleversé ou s'ennuyer.

- **Concevoir des outils d'évaluation,**
- en identifiant le degré de satisfaction des enfants / expériences affectant leur vécu à l'école,
 - chaque expérience constituant une dimension particulière de leur bien-être subjectif





Domaines associés au bien-être à l'école

- **Satisfaction de vie globale**
 - Niveau de satisfaction de vie plus élevé
- **Santé**
 - Moins de problèmes de santé et de comportements à risque
- **Environnement de la classe / de l'école**
 - Atmosphère positive en classe, assistance mutuelle des élèves, etc.
- **Relations sociales**
 - Soutien de la part des enseignants et des élèves, pas d'intimidation
- **Caractéristiques individuelles**
 - Jeunes > plus âgés; Filles > garçons
 - Baisse de la satisfaction au cours de la scolarité

Facteurs non associés:

Caractéristiques socioculturelles des élèves

Performances scolaires évaluées au même moment



Structure de BE-scol

30 items

6 dimensions x 5 items

Evaluations majoritaires :

4 positives et 2 négatives

□

1. Relations avec les pairs
2. Satisfaction / activités scolaires
3. Satisfaction / classe
4. Rapport aux évaluations
5. Relations avec l'enseignant
6. Sentiment de sécurité

Vraiment comme moi	A peu près comme moi				A peu près comme moi	Vraiment comme moi
		Certains enfants sont contents de faire du sport	MAIS	D'autres n'aiment pas tellement faire du sport		



Adaptation de BE-Scol au contexte de la pandémie: au collège et à domicile



422 collégiens
en France

- Enquête numérique, France et Vietnam
- Approche comparative
- 2 contextes pour un même item : au collège et à domicile
(fermeture des écoles dans 188 pays, avec ou sans continuité pédagogique / fracture numérique)
- Auto-évaluation en ligne (contraintes sanitaires) : biais ?





Principaux résultats de BE-scol Covid (France)



Collège > domicile

- bien-être
- environnement de travail
- relations avec enseignants
- relations paritaires



Collège = domicile

- relations école-famille

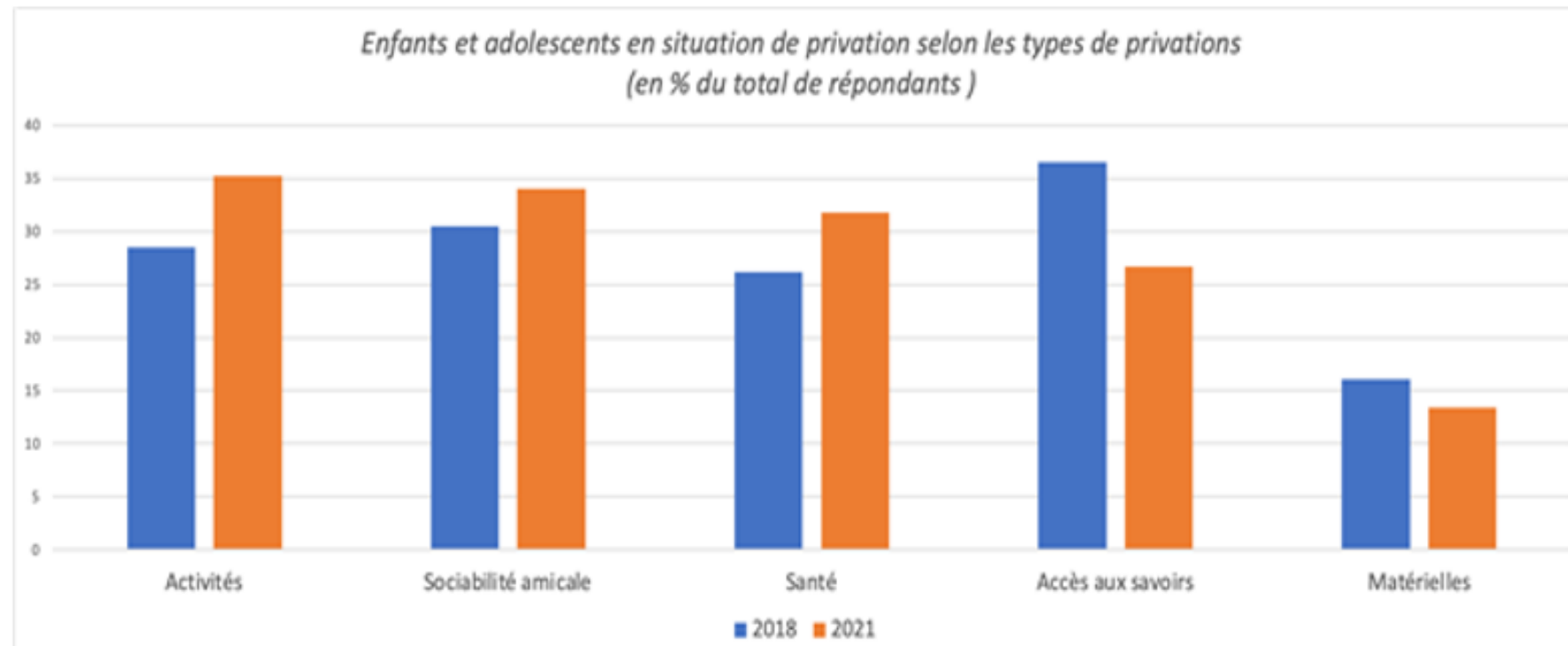
Domicile > collège

- évaluations



Consultation nationale Unicef 2021 des 6-18 ans (> 25 300 répondants)

- Des privations en augmentation
- Chômage parental : la variable la plus pénalisante





Consultation nationale Unicef 2021 des 6-18 ans (> 25 300 répondants)



- **Peur de l'avenir** : près d'1/3 angoissé de ne pas réussir à l'école; > 50% angoissé de ne pas réussir dans la vie
- **Peur de l'échec** / manque de sens donné aux apprentissages; estiment ne pas être assez préparés par l'école pour aborder leur avenir sereinement
- **Seul 1 sur 2 estime apprendre vraiment des choses pour plus tard à l'école.** Les 13-18 ans sont les moins optimistes.
- **C'est la famille qui accompagne le mieux vers la vie d'adulte.** 85% la valorisent en matière d'apprentissage (émotions, compétences psychosociales).
- **Impact négatif des privations** (activités, sociabilité amicale, santé) sur les apprentissages
- **27 % n'ont pas un adulte de confiance** à qui se confier dans leur établissement scolaire.



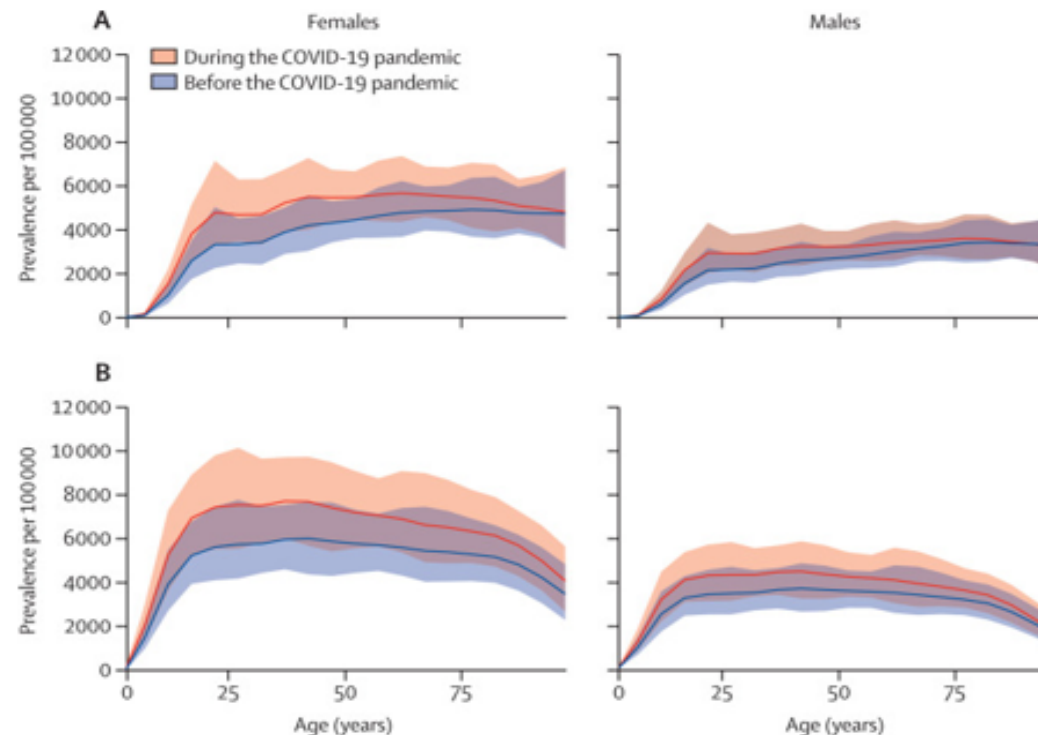
Ma santé (UNICEF 2021)

- **Plus de la moitié des enfants inquiets du coronavirus**
- **Une souffrance psychique importante**; il leur arrive...
 - 77 % : d'être triste ou cafardeux,
 - 53 % : de n'avoir plus goût à rien
 - 64 % : de perdre confiance en eux.
 - 35 % seulement ont pu rencontrer un médecin ou un psychologue pour en parler
 - 61 % ont parlé de leur mal-être à leurs parents ou à un membre de leur famille.
- **Détresse et soutien psychologique** : situations différentes pour filles et garçons et selon l'âge
- **Important mal-être chez les adolescents** :
 - 27 % : il leur est déjà arrivé de penser au suicide
 - 10 % : ils ont déjà tenté de se suicider
- **Une attention nécessaire au rapport des adolescents à l'alcool**



Impact de la pandémie sur la dépression et l'anxiété (étude mondiale, The Lancet, octobre 2021)

- **204 pays**
(âge, sexe, localisation)
- **France**, parmi les pays dont les augmentations de prévalence sont les + élevées
+ **29 à 35% de dépression**
+ **32 à 36% de troubles anxieux**
- **Les + concernés:**
- **Femmes** / hommes
- **Jeunes** / âgés





Quelques études sur pandémie et bien-être (BE) des enfants

- **Chine**: symptômes d'anxiété et dépression / pb relationnels famille, faible résilience (11000 ados, 12-18 ans); dépression et anxiété après confinement associées à difficultés de concentration pour apprendre (5175 enfants et adolescents)
- **Norvège**: légère augmentation de dépression entre 2019 et 2020, liée à augmentation en âge? Surtout pour filles, en foyer monoparental, avec pbs santé mentale préexistants (3572 ados, 13-16 ans)
- **France**: vécu (selon leurs parents) du confinement par enfants avec TDAH (N=538). BE- (35%); BE= (34%); BE+ (31%), moindre tension/école, horaires flexibles, meilleure estime de soi.
- **Méta-analyse** de 15 études (22996 enfants et ados) sur difficultés psycho/pandémie: 30 à 42% souffrent d'anxiété, dépression, irritabilité et inattention. Les enfants avec problèmes comportementaux préexistants (autisme, TDAH) ont une forte probabilité d'aggravation de leurs symptômes.
 - **Importance des situations de vie antérieures à la pandémie**
 - **Rôle des inégalités sociales**
 - **Impact de la fracture numérique**



Améliorer le bien-être subjectif des jeunes

« Les politiques devraient prendre en compte l'influence indiscutable des facteurs psychologiques et culturels dans la perception du bien-être. Et comme ceux-ci sont en partie acquis à l'école, et dans d'autres instances de socialisation, cela pointe **de nouveaux aspects des politiques publiques liés aux aspects qualitatifs de notre système éducatif.** »

(Claudia Senik, 2012)

- Dispositifs évalués : pour les jeunes, pour les adultes (enseignants, familles)
- **Développement des compétences psychosociales**: nombreux programmes. Modèle PERMA, 5 conditions essentielles, favorables au bien-être des enfants et des adultes
 - Émotions positives
 - Engagement
 - Relations positives
 - Sens (poursuivre un but dans sa vie)
 - Accomplissement
- **Savoir identifier et valoriser les progrès, encourager**, plutôt que repérer les manques



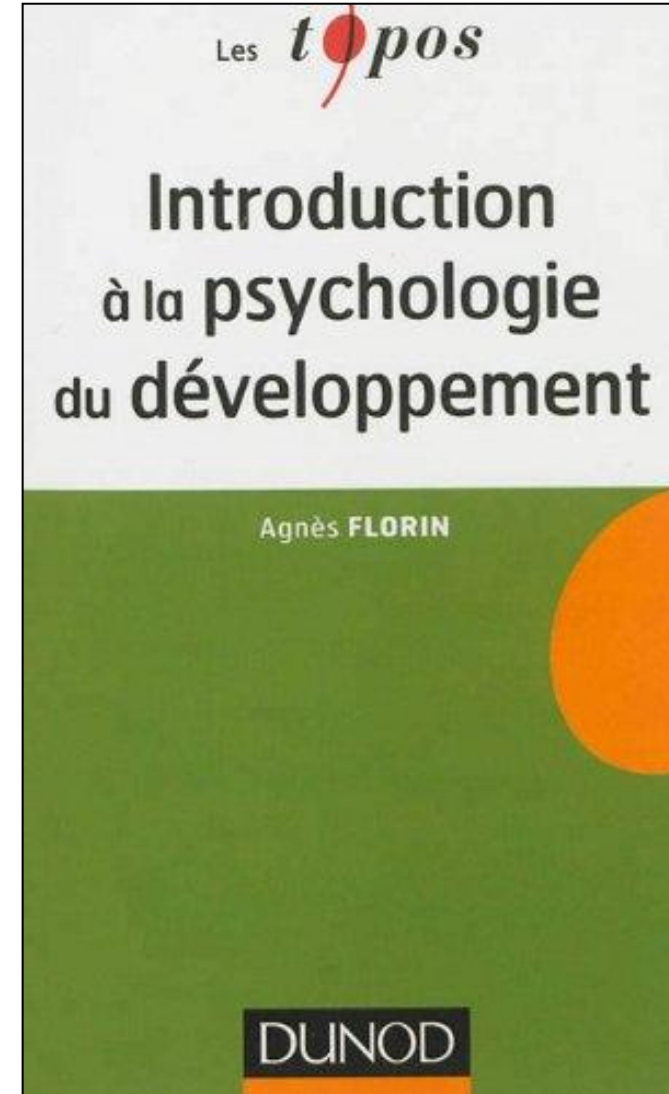
RAPPORT SCIENTIFIQUE

Otc. 2017

**QUALITÉ DE VIE
À L'ÉCOLE**

COMMENT L'ÉCOLE PEUT-ELLE PROPOSER
UN CADRE DE VIE FAVORABLE À LA RÉUSSITE
ET AU BIEN-ÊTRE DES ÉLÈVES ?







Pour aller plus loin: principales références utilisées

- Bacro, F., Coudronnière, C., Gaudonville, T., Galharret, J.M., Ferrière, S. Florin, A. & Guimard, P. (2020). The French adaptation of the Satisfaction With Life Scale for Children (SWLS-C): Factorial structure, age, gender and time-related invariance. European Journal of Developmental Psychology. Taylor & Francis (Routledge), pp.307-316.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Florin, A., Galharret, J.M., Mercier, C., Toussaint, E. & Zanna, O. (2021). Rapport sur la consultation nationale 2021 Unicef des 6-18 ans. La jeunesse à bonne école ? www.unicef.fr/article/consultation-nationale-des-6-18-ans-2021
- Florin, A. Guimard, P. (2017). La qualité de vie à l'école. Rapport scientifique au Cnesco www.cnesco.fr/fr/qualite-vie-ecole
- Florin, A., Mercier, C., Ngo, H.T., Bui, T.T.H., Zanna, O. (2021). Bien-être scolaire et satisfaction de vie des collégiens en France et au Vietnam au temps de la Covid-19. *Enfance*, 73 (4), 337-362.
- Gauthier, R-F. & Florin, A. (2016). Que doit-on apprendre à l'école ? Savoirs scolaires et politique éducative. Rapport pour Terra Nova. <http://tnova.fr/rapports/que-doit-on-apprendre-a-l-ecole-savoirs-scolaires-et-politique-educative>
- Guimard, P., Florin, A., Bacro, F., Ferrière, S., Gaudonville, T., Le Cam, M., Andreu, S. & Rocher, T. (2022, à paraître). Relations entre estime de soi et performances scolaires à l'école élémentaire : analyse des données du panel CP 2011. *Education & formations*.
- Huebner, E. S., Ash, C., & Laughlin, J. E. (2001). Life experiences, locus of control, and school satisfaction in adolescence. *Social indicators research*, 55(2), 167-183
- OCDE (2015). Relations enseignants-élèves : quelle incidence sur le bien-être des élèves à l'école ? *Pisa à la loupe*, n° 50, Edition de l'OCDE.
- Santomauro, D.F., Mantilla Herrera, A.M., Shadid, J. & al. (2021). Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *The Lancet*, 8 octobre.



**LE BIEN-ÊTRE SUBJECTIF :
CONCEPT NOVATEUR EN PSYCHOLOGIE DE L'ENFANT
RECHERCHES ACTUELLES ET CONSULTATION NATIONALE UNICEF 6-18 ANS**





CULTIVER LE BIEN-ÊTRE, OUI MAIS COMMENT?



Observation 1

Le bien-être n'est pas un état mais un mode de relation avec autrui.



Observation 2

L'entrée en relation nécessite la compréhension des cadres de référence des autres.

Hypothèse :

Une manière d'améliorer le bien-être consiste à développer l'empathie.



« Se mettre à la place de l'autre! »



L'EMPATHIE



L'EMPATHIE ÉMOTIONNELLE (1 an):
 Identifier les émotions d'autrui.



L'EMPATHIE COGNITIVE (2/3 ans) :
 Comprendre ce que l'autre comprend / pense.



L'EMPATHIE MATURE (7-8 ans) :
 Conjugaison de l'empathie émotionnelle
 et de l'empathie cognitive
(Martin Hoffman, 2008)

**EMPATHIE
 FERMÉE**
 « IN-GROUP »

VS

**EMPATHIE
 OUVERTE**
 « IN-GROUP
 +
 OUT-GROUP »



COMMENT DÉVELOPPER L'EMPATHIE?

3 composantes pour développer l'empathie

1 Observer les autres pratiquer et pratiquer à son tour,

✓ *Voir le monde avec les yeux des autres*

(Albert Bandura, 1976)



2 Pratiquer ensemble pour entrer en résonance ,

✓ *Tenir compte de la présence des autres*

(Joachim Bauer, 2012)



3 Mettre des mots sur les émotions et en parler,

✓ *Apprendre à apprivoiser ses émotions*

(Lisa Feldman Barrett, 2018)





« LE JEU DES MOUSQUETAIRES »



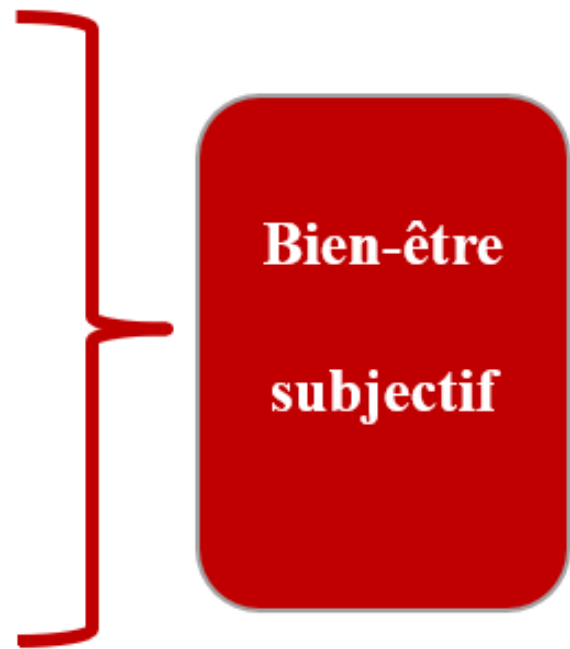


QUELQUES RÉSULTATS DU CÔTÉ DES JEUNES

Les programmes depuis 2002

Mineurs incarcérés (Rennes, 2002, **8**). Mineurs délinquants (Allonnes, 2006, **12**). Adultes incarcérés (Rennes-Vezin, 2010, **40**). Elèves d'écoles primaires (Sarthe, 2012, **450**). Collégiens (Yvelines 2014, **150**). Elèves d'écoles maternelles et primaires (Yvelines, 2019, **2 500**). Elèves de collèges (Le Mans / Angers, 2020, **100**). Elèves d'écoles maternelles, primaires de collèges et de lycées Beauvais (2021, **400**)...

- ✓ Des conflits davantage parlés,
- ✓ Réduction de cas de harcèlement,
- ✓ Amélioration de la compréhension,
- ✓ Sentiment d'appartenance plus important,





POUR INFORMATION



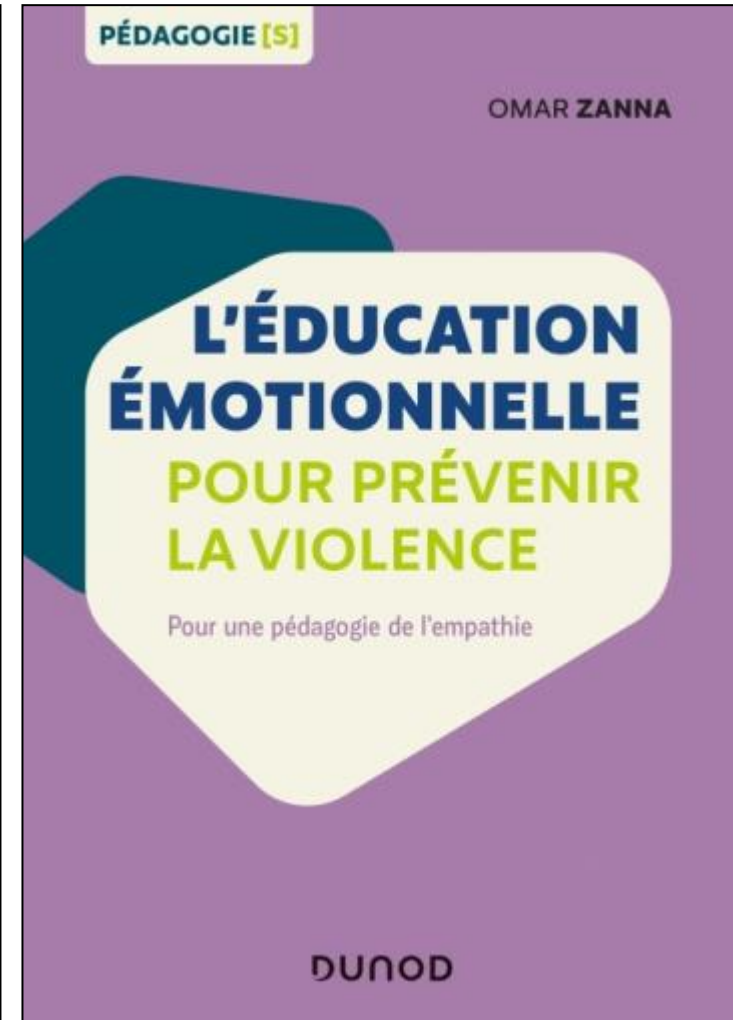
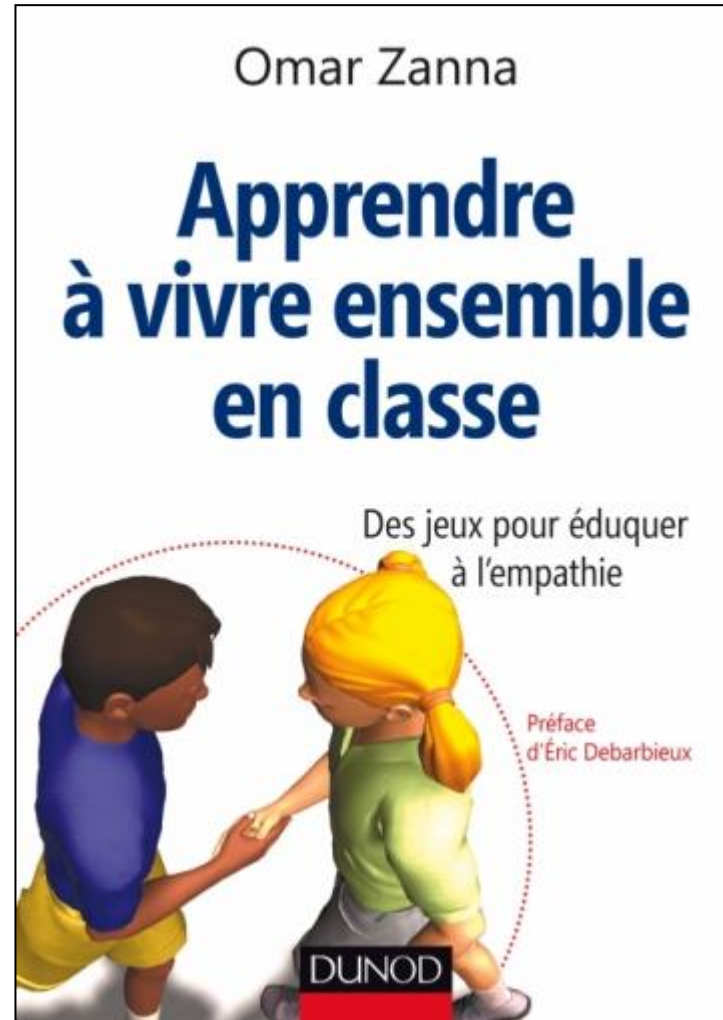
Colloque international

Le bien-être des enfants et des jeunes en contexte de pandémie

2 et 3 juin 2022 à Nantes

Contacts

Cendrine Mercier, cendrine.mercier@univ-nantes.fr, Agnès Florin, agnes.florin@univ-nantes.fr, Omar zanna, omar.zanna@univ-lemans.fr



WEBINAIRE

Mardi 18 janvier 2022

18h00 - 19h00



***Programmes et thèmes de 2022
à l'étude ...
D'ici là , bonnes fêtes
et à bientôt !***

