

# Fortifier les facteurs protection chez les élèves - impact sur / du climat scolaire

Handout conférence Titus Bürgisser, 18. Novembre 2010

## 1. Facteurs de protection

Les concepts des facteurs de risques et de protection se sont établis dans le domaine de la prévention et sont également utilisés pour la promotion de la santé. En étudiant les déterminants qui influencent la santé on a remarqué, qu'il y a des facteurs qui augmentent le risque pour un comportement qui nuit à la santé, et que de autres favorisent un comportement sain. Pour comprendre les facteurs qui influencent la consommation de drogue, il faut examiner plusieurs aspects de la vie de la personne, notamment sa famille, la collectivité et l'ensemble de la société. Il faut également évaluer les facteurs de risque et de protection qui ont une incidence sur chaque aspect. Autrement dit, les facteurs de risque accroissent les risques qu'une personne prenne de la drogue et les facteurs de protection réduisent ces risques.

Les stratégies de la prévention et de la promotion de la santé tentent de diminuer les facteurs de risque et de promouvoir les facteurs de protection.

### Trois niveaux de facteurs de protection

- Facteurs de protection individuels
- Facteurs de protection interpersonnels
- Facteurs de protection de la collectivité et de la société

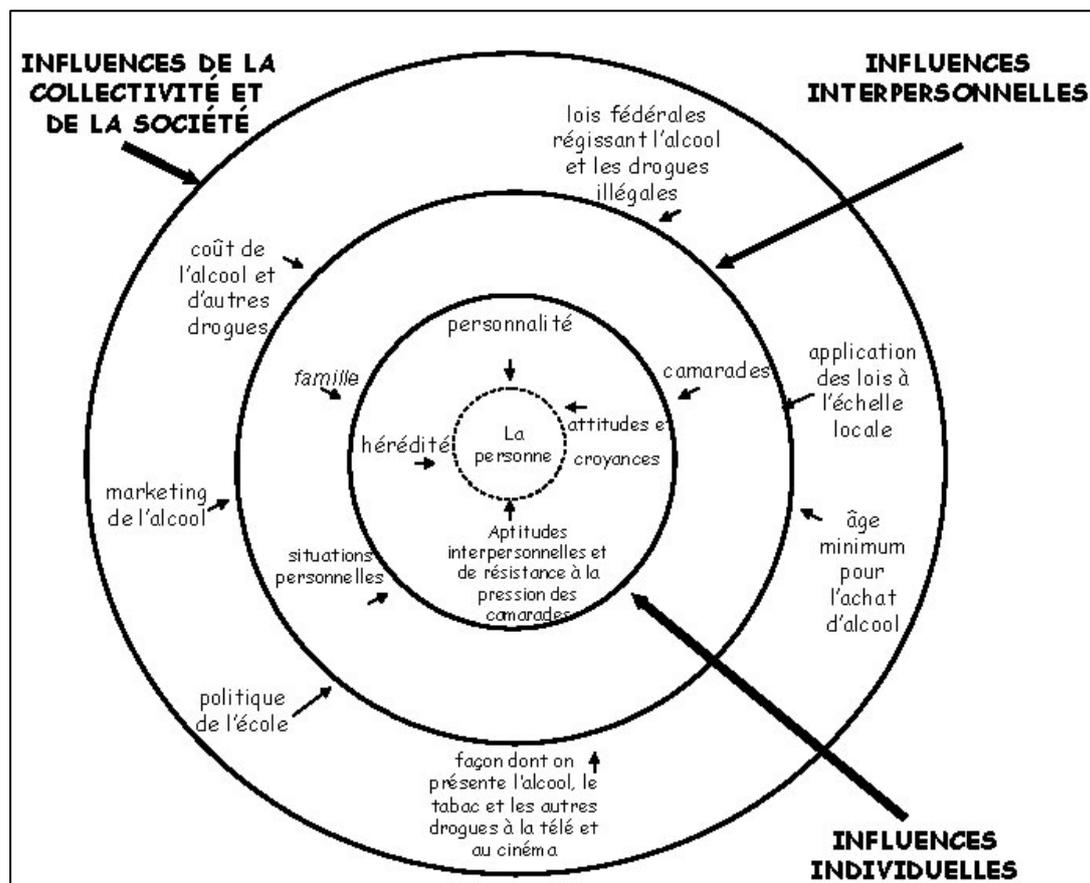


Illustration: Centre de toxicomanie et de santé mentale, Toronto, Canada

### 1.1. Facteurs de protection personnels

- L'estime de soi
- Les compétences psychosociales
- Résilience (La résilience est la capacité d'un individu à rebondir, à se construire, à poursuivre un développement normal malgré des conditions difficiles, à retrouver une existence positive malgré un traumatisme psychique).
- Empowerment (l'autonomisation)
- Coping (stratégies pour maîtriser les stress)

liste de Dr. Corinne Roehrig, © CoDES 06 - Comité Départemental d'éducation pour la santé des Alpes-Maritimes  
<http://www.codes06.org/> visité le 12.11.2010

## 1.2. Facteurs de protection interpersonnels

A part les compétences et les dispositions individuelles, les contacts sociaux ont une grande influence sur la santé et le bien-être des hommes.

Un exemple de la prévention: «Le meilleur indice permettant de prédire si un jeune développera une dépendance à la drogue est le fait que des membres de la famille aient pris ou prennent de la drogue. La capacité générale des parents d'assumer leur rôle et le fonctionnement de la famille exercent également une influence considérable. La perturbation de la "gestion familiale", par exemple sous forme de désorganisation ou de chaos, des règles mal définies et une communication inadéquate peuvent entraîner des problèmes de comportement. La structure ou la composition de la famille (c.-à-d. famille biparentale ou monoparentale) peut avoir une incidence sur les agents stressants (facteurs de risque) auxquels les membres de la famille sont exposés, au même titre que les forces (facteurs de protection) de la famille étendue et sa participation à la vie du jeune.» (Centre de toxicomanie et de santé mentale, Toronto, Canada)

## 1.3. Facteurs de protection communautaires/sociétaux

Les structures, les lois, les règles aux niveaux différents de la société in une influence importante sur le comportement sain des gens. On sait, que les stratégies préventives au niveau structurel ont les effets les plus forts. L'augmentation des prix des cigarettes par exemple a un effet beaucoup plus fort que des centaines de leçons de prévention. «L'exposition à la vente ou à la consommation de drogue dans la collectivité, la perception selon laquelle une consommation élevée de drogue dans la collectivité constitue la "norme", une application inadéquate de la loi et les difficultés économiques sont autant de facteurs de risque au niveau communautaire. On doit tenir compte de ces facteurs lorsqu'on travaille avec des jeunes ou qu'on élabore des politiques. Les facteurs de risque et de protection peuvent influencer les jeunes à diverses étapes de leur vie. Les risques qui se manifestent à chaque étape peuvent être modifiés grâce à des mesures de prévention. Par exemple, les risques présents pendant la petite enfance, comme les comportements agressifs, peuvent être modifiés ou évités si la famille, l'école et la collectivité interviennent en aidant les enfants à adopter des comportements appropriés et positifs. Si on ne prend aucune mesure pour les rectifier, les comportements négatifs peuvent faire apparaître d'autres risques comme l'échec scolaire et les difficultés sociales, qui accroissent les risques que les enfants prennent de la drogue plus tard au cours de leur vie. Par conséquent, un des objectifs importants de la prévention est de faire pencher la balance en faveur des facteurs de protection plutôt qu'en faveur des facteurs de risque.»

(Centre de toxicomanie et de santé mentale, Toronto, Canada)

Une récente recherche longitudinale suisse «Facteurs de réussite dans la formation professionnelle des jeunes à risque» identifie les facteurs suivis:

Facteurs de risque	Facteurs de protection
<b>Facteurs externes</b>	
statut socio-économique faible	
mauvaise relation avec les parents	présence de proches et de voisins offrant un soutien affectif
grave maladie physique ou troubles psychiques chez le père / la mère	bonne relation durable avec au moins une personne (parent psychologique)
criminalité, dissocialité ou alcoolisme chez l'un des parents	personne(s) servant de parent(s) psychologique(s) présente(s) à l'âge adulte
pas de participation à des groupes de loisirs structurés	stimuli sociaux (par ex. groupes jeunesse, école, église)
<b>Facteurs internes</b>	
garçons plus fragiles que les filles	filles moins fragiles
complications à la naissance, retards dans le développement	présence de proches et de voisins offrant un soutien affectif
manque de confiance en soi	opinion de soi positive
personnalité timide et anxieuse	tempérament solide et sociable
capacités cognitives faibles	capacités cognitives supérieures à la moyenne
manque d'habileté, aptitudes manuelles faibles	capacités sensorielles et motrices conformes à l'âge

Kurt Häfeli. Les facteurs de risque chez les jeunes et leurs répercussions à l'âge adulte. En danger un jour – en danger toujours? Article sur la recherche: Häfeli / Schellenberg (2009). Facteurs de réussite dans la formation professionnelle des jeunes à risque. <http://edudoc.ch/record/35457/files/StuB29B.pdf>

## 2. Détails: Facteurs de protection personnels

### 2.1. Compétences psychosociales selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS)

- Avoir conscience de soi, avoir de l'empathie
- Savoir gérer son stress, savoir gérer ses émotions
- Avoir une pensée critique, avoir une pensée créative
- Savoir communiquer, développer des relations interpersonnelles harmonieuses
- Savoir résoudre les problèmes, savoir prendre des décisions

„L'art de bien conduire sa vie personnelle, professionnelle et sociale

L'art de se gérer soi-même avec efficacité“

Peyre P., 2000

### 2.2. Le sens de la cohérence

Aaron Antonovsky décrit trois facteurs importants pour la santé (surtout la santé psychosociale) et les nomme «Sens de la cohérence» (1988).

Le sens de la cohérence est un sentiment dynamique de la confiance et la capacité des individus de:

- **Comprendre** (compréhensibilité) ...que les exigences de la vie sont prédictibles, explicables, compréhensibles
- **Maîtriser** (Manageability) ...que les ressources pour maîtriser la situation sont disponibles
- **Donner une signification motivante** (meaningfulness) ...qu'il vaut s'engager / accepter l'enjeu de maîtriser la situation

Le sens de la cohérence est un concept qui peut bien être adapté à la pédagogie. C'est un instrument pour l'analyse et la planification des actions si des élèves ont des problèmes scolaires, si quelqu'un a du stress etc. Avec des simples questions selon les trois dimensions on peut rapidement trouver des solutions avec les élèves.

### 2.3. Les compétences émotionnelles

#### L'alphabétisation émotionnelle

Le psychiatre américain Claude Steiner (un des fondateurs de l'analyse transactionnelle AT) développe la notion d'«alphabétisation émotionnelle». Celle-ci se compose de 3 capacités: comprendre ses émotions, écouter d'autres personnes et entrer en empathie avec leurs émotions, enfin exprimer des émotions de façon productive. «Être émotionnellement alphabétisé», explique Steiner, c'est "savoir que nous-mêmes et les autres ressentons, c'est être capable de gérer des situations émotionnelles difficiles qui vont souvent jusqu'à l'affrontement, le mensonge, l'attaque et les blessures." (Steiner (2005), page 30). Il explique que l'«alphabétisation émotionnelle» est un processus par lequel la personne acquiert 5 compétences :

- 1) Connaître ses propres sentiments
- 2) Savoir ce que les autres ressentent
- 3) Apprendre à gérer ses émotions
- 4) Réparer les dégâts émotionnels
- 5) Tout intégrer

(Steiner, Claude (2005). ABC des émotions. Un guide pour développer son intelligence émotionnelle. Paris: InterEditions, Claude Steiner)

## 4. Le climat scolaire et les facteurs protection

Le climat = personnalité d'une organisation (Halpin & Croft. In : Bessoth 1989)

Cinq facettes du climat scolaire doivent être distinguées selon [Janosz et al. \(1998\)](#):

- **Le climat relationnel ou social** (aspects socio-affectifs des relations au sein de toute la population scolaire) est marqué par la chaleur des contacts, la qualité du respect mutuel et l'assurance d'un soutien d'autrui.
- **Le climat éducatif** (valeur accordée à l'éducation) est déterminé par le dévouement de l'école envers la réussite des élèves et par la valeur et le sens accordés aux apprentissages.
- **Le climat de sécurité** (ordre et tranquillité) renvoie au sentiment de sécurité ou, à l'inverse, aux risques de victimisation.
- **Le climat de justice** dépend de la reconnaissance des droits de chacun, de par l'existence de règles justes, légitimes et équitables, et une application cohérente des sanctions.
- **Le climat d'appartenance** se manifeste par l'importance accordée à l'institution comme milieu de vie et par une adhésion à ses normes et à ses valeurs.

Cité d'un article de Marc Thiébaud (2005). Un questionnaire est à disposition des écoles de Suisse romande pour évaluer les différents aspects du climat scolaire : le [questionnaire sur l'environnement socio-éducatif](#).

Selon Marcus Freitag (1998, S. 32 f.) on peut distinguer six critères du climat scolaire:

1. **Critères individuels des enseignants**, du comportement des enseignants et de l'enseignement (Sexe, âge, expérience, engagement, qualité de l'enseignement, critères individuels des enseignants)
2. **Critères individuels des élèves** (sexe, âge, milieu, compétences sociales, l'amour-propre, composition et grandeur de la classe)
3. **Critères de l'établissement scolaire** (position géographique, grandeur, structure de l'organisation p.ex. curriculum, style de direction, formation continue des enseignants, participation des parents, ouverture de l'école envers la société, coopérations etc.).
4. **Critères de l'interaction et des relations entre les élèves et les enseignants.** (Discipline, familiarité, style de discussion etc.)
5. **Critères de l'interaction et des relations entre les élèves** (cohésion, concurrence, discipline, harcèlement moral etc.)
6. **Critères de l'interaction et des relations entre les enseignants** (confraternité, respect, coopération)

#### Des impacts réciproques

- Un bon climat scolaire a des impacts sur le sentiment de l'efficacité personnelle des élèves, sur leur bien-être et sur leur motivation. Il a un effet indirect sur leur performance et le succès scolaire. (Markus Studie 2002, Satow 2002)
- «la santé et de bons résultats scolaires vont ensemble. Des élèves sains arrivent aux meilleurs résultats, les élèves de haute performance ont un comportement plus sain.»
- «La santé des élèves dépend du climat scolaire (...). Le plus les résultats du climat scolaire sont augmentés, le plus les élèves ont des facteurs de protection.»
- Aux écoles avec un bon climat scolaire, les élèves fument moins, boivent moins d'alcool et ils consomment moins de marijuana et des médicaments. Ils ont moins de problèmes psychosomatiques et moins des troubles du comportement alimentaire
- Un bon climat scolaire crée un potentiel préventif / salubre de plus de 30% (Vuille, 2002)

#### 5. Comment fortifier les facteurs protection à l'école?

- Les facteurs de protection chez les élèves sont le résultat, pas le contenu du travail quotidien en classe!
- Il faut vivre les valeurs qui sont la base des facteurs de protection: Fondation du travail pédagogique sur les ressources des élèves, le respect et l'autonomisation ou la capacitation de l'individu.
- Apprendre / vivre les compétences psychosociales: Communication, médiation, compétences émotionnelles
- Commencer par les enseignants dans les établissements scolaires!
- Etablir des structures et des procès participatifs (à tous les niveaux)
- Créer des conditions pour un bon climat scolaire dans la classe et dans les écoles : des activités communes, des rituels quotidiens, hebdomadaires, annuels etc. des règles pour la vie sociale
- Investir dans les capacités transversales du PER: La collaboration, la communication, les stratégies d'apprentissage, la pensée créatrice, la démarche réflexive qui sont presque identique avec les facteurs protection au niveau individuel et social!

#### Titus Bürgisser

Directeur du centre pour la promotion de la santé, HEP PHZ Lucerne  
PHZ Luzern, Zentrum Gesundheitsförderung, Sentimatt 1, 6003 Luzern, Tel +41 (0)41 228 69 51  
[titus.buergisser@phz.ch](mailto:titus.buergisser@phz.ch) <http://www.wbza.luzern.phz.ch> <http://www.bildungundgesundheit.ch>

Wicki, W., Bürgisser, T. (2008). **Praxishandbuch Gesunde Schule**. Gesundheitsförderung verstehen, planen und umsetzen. Bern: Haupt