

# Favoriser le bien-être à l'école pour soutenir la motivation des élèves

**Julien Masson,**

École supérieure du professorat et de l'éducation (Espé), université Claude-Bernard – Lyon 1, laboratoire *Health Services and Performance Research (Hesper)*,

**Fabien Fenouillet,**

université Paris-Nanterre, laboratoire *Cognitions humaine et artificielle (Chart)*.

Lorsque l'on parle de climat scolaire, il est impossible de dissocier ce concept de la notion de bien-être [1]. Concernant le bien-être à l'école, le Programme international pour le suivi des acquis des élèves (Pisa) consacre un volume complet au bien-être des élèves [2]. Les travaux scientifiques [3] soulignent la nécessité de développer les compétences cognitives, expressives et sociales des élèves, et également de favoriser leur bien-être ; ils reconnaissent là un enjeu fondamental pour les acteurs du monde éducatif. Bien que la vocation initiale de l'école soit la transmission du savoir, la notion de bien-être y a été intégrée en 1989, à la suite de la Convention internationale des Nations unies relative aux droits de l'enfant : l'école « doit viser à favoriser l'épanouissement de la personnalité de l'enfant et le développement de ses dons ». En complément, l'enquête internationale *Health Behavior in School-Aged Children (HBSC)* – qui analyse de multiples dimensions de la santé chez les élèves âgés de 11, 13 et 15 ans dans 41 pays – souligne que de faibles scores de bien-être



© Jean-Benoît/Picure-Tan/MEN

chez ces enfants auront un impact direct sur leur santé. Cette enquête fait d'ailleurs du bien-être une question prioritaire de santé publique [4].

## Le concept de bien-être

Le concept de bien-être est, selon Diener [5], composé des affects positifs ou négatifs que l'individu ressent en fonction de la situation vécue, et également d'une composante « satisfaction de vie » qui serait une appréciation de sa propre vie. Cette conception du bien-être subjectif repose donc sur « l'appréciation que la personne fait subjectivement de son bien-être [6] ». Pour Diener, « chaque individu fait également une évaluation plus large de sa vie dans son ensemble, ainsi que sur différents domaines de vie comme le mariage et le travail. Ainsi, il existe un certain nombre de composantes séparables du bien-être subjectif : la satisfaction de vie (jugements

globaux sur sa vie), la satisfaction à l'égard de domaines importants (par exemple la satisfaction au travail), les affects positifs (éprouver de nombreuses émotions agréables et peu d'émotions désagréables) » et également, bien sûr, les affects négatifs. À l'école, le bien-être subjectif des élèves repose donc sur l'auto-évaluation qu'ils font de leur satisfaction

## L'ESSENTIEL

► Les recherches démontrent le cercle vertueux que représente la combinaison entre d'une part un climat scolaire favorable et d'autre part le bien-être ainsi que la motivation des élèves qui en résulte. Une recherche menée dans neuf écoles primaires des départements de la Loire et du Rhône corrobore ces résultats.



© Magali Delaporte/Picture Alliance

concernant les différents domaines qu'ils considèrent importants. L'élève analyse donc chaque contexte dans lequel il évolue et attribue à chacun un niveau de satisfaction. C'est sur cette conception que repose d'ailleurs l'échelle multidimensionnelle de satisfaction de vie chez l'élève [7], qui regroupe cinq domaines de bien-être (ou de satisfaction de vie) :

- le bien-être en famille ;
- le bien-être à l'école ;
- le bien-être avec les amis ;
- le bien-être dans son habitat ;
- le bien-être par rapport à soi-même.

Pour ce qui concerne la motivation, les définitions sont multiples – plus d'une centaine, selon Fenouillet, 2015 – mais une des théories semble être particulièrement pertinente lorsque l'on se situe dans le milieu scolaire et que l'on évoque en plus le bien-être : le sentiment d'efficacité personnelle. Le psychologue et professeur canadien Albert Bandura, spécialiste de la théorie sociale

cognitive et l'auto-efficacité, le définit comme « la croyance en sa propre capacité à organiser et exécuter une série d'actions nécessaires pour parvenir à la situation visée [7 ; p. 3] ». Ce chercheur conclut que le comportement d'une personne peut le plus souvent être mieux prédit par la croyance (dans le sens « confiance ») qu'il possède en ses compétences, plutôt que par ce qu'il est intrinsèquement capable d'accomplir.

### **Une théorie de la motivation : le sentiment d'efficacité personnelle (SEP)**

Dans le domaine scolaire, de nombreuses recherches [9] ont montré que le jugement que les élèves possèdent de leur efficacité personnelle affecte directement les choix qu'ils effectuent tout au long de leur scolarité, les efforts qu'ils déploient pour effectuer les différentes tâches qui leur sont proposées et la persévérance dont ils font preuve.

Or, Bandura nous indique que ce sentiment d'efficacité personnelle n'apparaît pas *ex-nihilo*, mais qu'il serait le fruit d'une construction, facilitée (ou empêchée) par quatre sources principales :

- les apprentissages énatifs (le fait d'être en réussite sur la tâche que l'on accomplit). Comme le rappelle Bandura, « les expériences actives de maîtrise constituent la source la plus influente d'information sur l'efficacité parce que ce sont elles qui démontrent le plus clairement que la personne peut rassembler ce qui est nécessaire pour réussir [10 ; p. 125] ». Alors que les succès renforcent le sentiment d'efficacité, ce dernier est mis à mal en cas d'échecs ;

- les expériences vicariantes (par observation des autres). Les individus ne se fondent pas seulement sur leurs propres expériences pour obtenir des informations sur ce qu'ils sont capables de faire. Ils vont s'appuyer sur la comparaison sociale pour savoir où leur niveau de compétence se situe. Dans une classe cela fonctionne à peu près de la même façon : « les réalisations des autres personnes similaires à soi sont considérées [...] comme des diagnostics de ses propres capacités. Ainsi, voir ou imaginer des individus similaires à soi agir avec succès augmente ses propres croyances d'efficacité à réaliser les mêmes activités. Ils se persuadent que si les autres y arrivent, ils peuvent eux aussi élever leur performance [10] » ;

- la persuasion verbale. Il s'agit ici de l'effet que peuvent constituer sur le comportement de l'individu les encouragements, qui permettent de renforcer les croyances de l'individu en ses capacités à obtenir ce qu'il souhaite ;

- l'état physiologique de l'individu, qui peut, lui aussi, amener le sentiment d'efficacité personnelle à changer selon que l'individu se sent stressé ou anxieux ou au contraire dans un état de bien-être, apaisé.

### **Motivation (= sentiment d'efficacité personnelle) et bien-être : une association vertueuse ?**

Il paraît donc clair, au travers des sources de cette motivation qu'est le sentiment d'efficacité personnelle (être en réussite, voir les autres

réussir, être encouragé, se sentir bien), que la motivation semble bien liée au bien-être des élèves.

Pour vérifier cette hypothèse, nous avons mené une étude auprès de près de 300 élèves de classes de CM1-CM2, issus des 9 écoles primaires des départements de la Loire et du Rhône.

Nous avons mesuré leur bien-être selon les cinq dimensions évoquées précédemment (soi, pairs, famille, école, habitat) à l'aide de l'échelle de bien-être scolaire [8], ainsi que leur motivation sous la forme de leur sentiment d'efficacité personnelle dans certains domaines, le français, les mathématiques et le domaine scolaire en général grâce à l'échelle de sentiment d'efficacité personnelle scolaire [11]. Nous présentons ici quelques résultats importants :

- il existe un lien entre le sentiment de bien-être que peuvent ressentir les élèves lorsqu'ils sont à l'école et leur motivation pour l'école en général, et aussi plus spécifiquement pour les mathématiques et pour le français ;
- dans une approche plus globale, c'est le bien-être scolaire et le bien-être par rapport à soi (dans une moindre mesure) qui a le plus

d'impact sur la motivation à l'école. Le bien-être que peuvent ressentir les élèves par rapport à leur famille, leur milieu de vie et leurs amis n'a pas d'impact sur leur sentiment d'efficacité personnelle scolaire. Dit autrement, c'est bien le fait de ressentir du bien-être lorsqu'ils sont dans leur établissement qui va accroître leur motivation et ce indépendamment de comment ils se sentent dans leur famille. Les impacts les plus importants sur la motivation sont bien ceux du bien-être à l'école ;

- enfin, par rapport au constat que le bien-être à l'école est un facteur déterminant de la motivation, c'est avec les mathématiques qu'un petit bémol peut être émis, puisque le bien-être à l'école ne semble ici ne pas avoir d'impact sur la motivation. Les maths paraissent donc avoir un statut particulier à l'école au niveau du bien-être et de la motivation.

### Un lien fort entre bien-être et motivation

Cette recherche, qui est encore en cours et doit s'achever en 2019, permet tout de même de mettre en lumière le lien qui existe entre le

bien-être et la motivation. Cette dernière est appréhendée ici sous une de ses formes qui est le sentiment d'efficacité personnelle. Or le constat a été fait que plus la motivation était forte chez un individu (et en particulier chez les élèves) plus elle avait un impact sur la réussite de la tâche à accomplir.

Il semble donc bien que lorsqu'un élève ressent du bien-être à l'école, cela influe directement sur sa motivation et par conséquent sur sa réussite. Ainsi, l'objectif des enseignants et des autres professionnels des établissements de préserver, voire de renforcer le bien-être des élèves est complètement en accord avec les missions de l'école quant à la réussite des élèves.

Ces premiers résultats indiquent modestement que tout ce qui pourra être mis en place pour favoriser et soutenir le bien-être des élèves au sein des établissements – et le climat scolaire constitue évidemment un levier – ne pourra que favoriser leur motivation et, par ricochet, leur réussite. Même s'ils vivent des choses difficiles chez eux, l'école semble constituer un lieu à part, qui peut leur permettre de réussir. ■

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

[1] Ministère de l'Éducation nationale, Climat scolaire et bien-être à l'école, *Éducation et Formations*, décembre 2015, n° 88-89 : 220 p. En ligne : [http://cache.media.education.gouv.fr/file/revue\\_88-89/73/2/depp-2015-EF-88-89\\_510732.pdf](http://cache.media.education.gouv.fr/file/revue_88-89/73/2/depp-2015-EF-88-89_510732.pdf)

[2] Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE). *Résultats PISA 2015 (Volume III) : Le bien-être des élèves*. Paris : Éditions OCDE, 2015.

[3] Florin A. Des apprentissages fondamentaux aux compétences de demain : les apports de la psychologie de l'éducation, *Bulletin de psychologie*, 2011, vol. 64, n° 511, p. 15-29. En ligne : <https://www.cairn.info/revue-bulletin-de-psychologie-2011-1-page-15.htm>

[4] *Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)*. Growing up unequal: gender and socio-economic differences in young people's health and well-being. *HBSC study: International Report from*

*the 2013/2014 Survey*. Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, Health Policy for Children and Adolescents, n° 7 : Inchley J et al. (éds.), 2016 : 276 p. En ligne : [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0003/303438/HSBC-No.7-Growing-up-unequal-Full-Report.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/303438/HSBC-No.7-Growing-up-unequal-Full-Report.pdf)

[5] Diener E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, janvier 2000, vol. 55, n° 1 : p. 34-43. En ligne : Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for...

[6] Fenouillet F., Chainon D., Yennek N., Masson J., Heutte J. Relation entre l'intérêt et le bien-être au collège et au lycée, *Enfance*, 2017, n° 1 : p. 81-103.

[7] Bandura A. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman, 1997: 604 p.

[8] Fenouillet F., Heutte J., Martin-Krumm C., Boniwell I. Validation française de l'échelle multidimensionnelle Satisfaction de vie chez l'élève (*Mul-*

*tidimensional Students' Life Satisfaction Scale*), *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, Advance online publication, 2014.

[9] Joët G., Usher E., Bressoux P. Sources of self-efficacy: An investigation of elementary school students in France, *Journal of educational Psychology*, 2011, vol. 103, n° 3 : p. 649-663. En ligne : <https://pdfs.semanticscholar.org/6928/1b136d034f19867e43bfb060d40f1c67bcd.pdf>

[10] Bandura A. *Auto-efficacité. Le sentiment d'efficacité personnelle*. Paris : De Boeck Université, coll. Ouvertures psychologiques, 2007, 2<sup>e</sup> édition : 859 p.

[11] Masson J., Fenouillet F. Relation entre sentiment d'efficacité personnelle et résultats scolaires à l'école primaire : Construction et validation d'une échelle. *Enfance*, 2013, n° 4 : p. 374-392. En ligne : <https://www.cairn.info/revue-enfance2-2013-4-p-374.htm>