



Appui



Observatoire



Recherche



Information



Concertation

Santé mentale dans la Cité - 2016

« Santé mentale et Ecole »
Points d'attention et pistes d'action

Audrey Crucifix

Avec la contribution de Marie Lambert et Julie Delbascourt

Sous la direction de Christiane Bontemps

Juin 2017





Concertation

L'importance de créer du lien autour de l'enfant
Les enjeux de pouvoir et la mé-connaissance des acteurs
L'implication des parents
Intégrer la mission de collaboration dans le descriptif de fonction des professionnels
Impliquer les parents dès qu'une difficulté a été constatée



Continuité des liens

L'articulation hôpitaux/écoles
Veiller au maintien du lien entre l'école et le jeune pendant l'hospitalisation



Santé mentale et bien-être dans les écoles

La prévention chez les jeunes enfants
La disponibilité des adultes
La mission de l'enseignant et le soutien de la direction
Mettre des outils à disposition des instituteurs maternels
Sensibiliser les enseignants à la question du bien-être, dans le cadre de formations continuées
Inviter les écoles à retravailler régulièrement leur règlement d'école/projet pédagogique
Privilégier des moments structurés de prise de parole et d'écoute entre enseignants, élèves et direction
Souligner le rôle des directions d'école dans ce processus
Privilégier les approches généralistes afin d'éviter toute forme de stigmatisation



Information sur les ressources disponibles

La sensibilisation et l'information des élèves et des enseignants
Informers les jeunes sur l'existence de lieux et de personnes-ressources
Continuer à organiser des animations en classe et créer un répertoire des outils d'animation disponible sur internet

Contexte



Le colloque « Santé mentale et Ecole » organisé le 13 octobre 2016 dans le cadre de la semaine de la santé mentale, avait pour ambition d'ouvrir la réflexion des uns et des autres sur la santé mentale des jeunes et les souffrances qu'ils peuvent rencontrer dans le cadre scolaire.

Selon une enquête réalisée en 2016 auprès des 18-34 ans en Belgique francophone, un jeune sur quatre s'est senti « en souffrance » à l'école¹. La semaine, et le colloque en particulier, avait pour objectif d'interroger les causes et les conséquences de ce mal-être et de mettre en évidence les approches et initiatives à soutenir pour y faire face. La thématique étant relativement vaste, différentes facettes ont été évoquées.

Fort des données recueillies, le CRéSaM a relevé une série de points d'attention, visant à mener, dans un processus dynamique, une réflexion sur les orientations politiques à soutenir, sur les évolutions possibles du travail des équipes et sur les projets à mettre en chantier au CRéSaM.

Points d'attention

Concertation

L'importance de créer du lien autour de l'enfant

Les évolutions récentes qui ont marqué les soins en santé mentale témoignent d'une volonté, tant au niveau politique qu'au niveau des acteurs de terrain, de mener des actions pour intensifier la mise en réseau des institutions sur les plans organisationnel, sectoriel ou intersectoriel. Le colloque « Santé mentale et école » a, à tous niveaux, pointé l'intérêt et la nécessité de la rencontre entre les différents partenaires dans un objectif d'amélioration des actions. Mettre différents acteurs autour de la table, qu'ils proviennent du monde scolaire (direction, professeurs et PMS), de la santé mentale, mais aussi du handicap, de la justice, du social... offre plus d'efficacité dans les stratégies de prévention et dans la recherche de solutions face à une problématique. C'est aussi largement encouragé par la nouvelle politique de santé mentale pour les enfants et les adolescents.

Dans les situations de fragilité, la lecture des difficultés de l'enfant par le corps enseignant est d'une grande richesse, celle-ci est complémentaire à celle de l'équipe soignante. Faire du lien entre intervenants, parents, école, etc. autour de l'enfant donne la possibilité à chacun de s'exprimer sur leur compréhension de la situation et permet de confronter les points de vue.

¹ Quittelier Ch., L'école... Alerte niveau 4. Louvain-la-Neuve, Academia-L'Harmattan, 2017, p. 15.

Pouvoir croiser les regards pour percevoir l'élève dans sa globalité et pouvoir s'appuyer sur les ressources des uns et des autres ouvre à plus de fluidité et de créativité, mais également à plus de cohérence.

Se donner les moyens pour construire des collaborations solides et qui tiennent dans la durée reste une priorité. Les collaborations entre différents acteurs varient d'un endroit à l'autre. Parfois, elles sont peu nombreuses pour différentes raisons (manque de temps, d'effectif, d'intérêt...). Ailleurs, des solutions sont envisagées mais ne sont pas efficaces car elles ne prennent pas en compte la réalité de terrain et le vécu des jeunes. Collaborer ne va pas de soi et n'est pas acquis une fois pour toutes. Soutenir des collaborations formalisées est un objectif pour y arriver, sans négliger l'importance des contacts et échanges informels.

Les enjeux de pouvoir et la mé-connaissance des acteurs

Certaines collaborations sont mises à mal par des enjeux de pouvoir, certaines institutions cultivant un sentiment de toute-puissance. Bien souvent, les rivalités prennent le dessus dans les réseaux, mais aussi parfois au sein des équipes. **La méconnaissance, les préjugés et les difficultés de communication entre institutions appartenant à différents secteurs sont identifiés comme des causes importantes de dysfonctionnement.** Trop souvent, les équipes ont l'impression de connaître les partenaires, mais cette connaissance des différentes ressources peut être incomplète et même obsolète car les équipes changent régulièrement. L'interconnaissance demande donc une mise à jour permanente des informations. La nécessité de pouvoir se remettre en question et de continuer à se rencontrer est donc bien réelle. Le partage d'informations favorise un décloisonnement des pratiques et des acteurs.

L'implication des parents

Adopter une approche collective dans la recherche de solutions face à une problématique vécue par un enfant ou un adolescent nécessite d'impliquer les parents. Le réseau doit donc se penser avec les familles et les proches. Un travail avec l'enfant sans ses parents est souvent illusoire et peu utile. Les parents restent responsables de leur enfant et ce sont eux qui prennent les décisions qui les concernent. Les intégrer dans la recherche de solutions leur permet de devenir acteurs de la réflexion. Les rencontres régulières entre parents et équipes pédagogiques et de soins permettent aux membres de la famille de rompre l'isolement et de livrer leurs difficultés sans se sentir jugés. L'objectif est de créer, avec les parents et avec l'école, une situation où l'aide va percoler entre les acteurs concernés. Cependant, une réflexion doit être menée sur la manière de les impliquer au mieux. Bien souvent, les enseignants contactent les parents très tard, lorsqu'une difficulté est constatée chez l'enfant, ce qui n'est pas une garantie de succès. Pour favoriser la communication avec les parents, il est donc nécessaire d'y réfléchir en amont pour définir qui intervient, comment et pourquoi.

Continuité des liens

L'articulation hôpitaux/écoles

Un des points d'attention soulignés par les centres PMS porte sur le retour d'un élève après une hospitalisation. Tous les hôpitaux n'ont pas les moyens de travailler en partenariat avec les écoles - et vice versa -, malgré l'intérêt de maintenir le lien tout en évitant la stigmatisation du jeune liée à son parcours de soins. Dans certains cas particulièrement lourds, il est difficile de réinsérer l'enfant dans son cadre scolaire, avec le risque, après une hospitalisation, de le voir passer d'une école à l'autre dans un parcours qui peut être chaotique. Une autre difficulté exprimée concerne le retard de l'élève qui est prêt à reprendre sa scolarité, mais reste généralement en décalage en termes d'apprentissage, avec, à la clef, son lot de frustrations. Des expériences montrent pourtant que des enfants hospitalisés peuvent très bien reprendre par la suite un cursus scolaire ordinaire.

Santé mentale et bien-être dans les écoles

La prévention chez les jeunes enfants

La prévention doit débiter au plus tôt, dès la maternelle. « *Les interventions les plus efficaces concernant les troubles des conduites, sont, comme souvent, celles qui visent la prévention. Pour prévenir l'apparition de ces troubles, il est d'abord fondamental de s'assurer, dès le plus jeune âge des enfants, de leur bien-être et de celui de leur famille².* »

La disponibilité des adultes

Accorder une place importante au climat scolaire est primordial en vue de favoriser une culture de l'école axée sur la bienveillance et le bien-être de tous ; élèves et tous les acteurs (direction, personnel enseignant...). En d'autres termes, **la question de la disponibilité des adultes est cruciale. Il y a moins de difficultés dans les classes lorsque les adultes se préoccupent aussi du bien-être des enfants et sont attentifs aux signes de violences physiques ou symboliques.** A titre indicatif, une bonne gestion de la cour de récréation permettrait de réduire de 50% la violence. « *L'école ne trouve plus dans le discours sociétal ce qui légitime ses exigences de socialisation et de prévalence du collectif sur l'individuel. Si le harcèlement prend autant d'importance à l'école, c'est parce que la génération du dessus n'est plus là pour véritablement faire face et tenir quelque chose par rapport à ceux du dessous.* » (Jean-Pierre Lebrun). Les meilleurs acteurs de prévention en matière d'assuétudes, pour ne citer qu'une problématique parmi d'autres, ne sont pas les experts en la matière mais ceux qui vivent au quotidien avec les jeunes. « *Un prof de math qui encourage un élève en difficulté ou un éducateur qui met en place des activités de découverte de soi et des autres, font – souvent sans le savoir - de la prévention assuétudes.* ». Précisons que cette attention au bien-être des enfants doit pouvoir s'appuyer sur une bienveillance entre adultes, entre enseignants et avec les directions.

² Rapport de mars 2011 « Enfants et Adolescents : Troubles des conduites dans leur contexte » dans la section « Santé mentale » du Conseil Supérieur de la Santé. Dans : Pelc I., A l'École du bien-être : éduquer pour vivre ensemble. Bruxelles, Marque Belge Pymédic, 2016, p. 22.

La mission de l'enseignant et le soutien de la direction

Depuis le décret de 1997, **la mission de l'enseignant** va au-delà du fait de donner de la matière. Il ne doit bien sûr pas se substituer au thérapeute, mais s'outiller pour pouvoir entendre et réagir aux difficultés des jeunes. L'expérience montre que les animations proposées par un service extérieur ont beaucoup plus de poids quand les professeurs sont intégrés à la démarche et y participent activement. Lorsqu'un travail avec l'enseignant est possible, on arrive à de meilleurs résultats.

Pour y arriver, **le soutien et la participation de la direction** sont indispensables, afin de dégager le temps nécessaire et de valoriser les enseignants qui s'inscrivent dans cette démarche. La direction impulse la dynamique de l'école. Il est donc impératif qu'elle adopte elle-même un comportement bienveillant et qu'elle fasse du bien-être à l'école une priorité.

Information sur les ressources disponibles

La sensibilisation et l'information des élèves et des enseignants

Il importe de sensibiliser les enseignants... mais également les élèves. Bruno Humbeeck (UMons) propose, autour de discussions régulées par un adulte, des groupes de parole dans lesquels les enfants vont apprendre à dire leurs émotions, à exprimer ce qui a été difficile pour eux, et à trouver ensemble des solutions à leurs problèmes.

L'importance de sensibiliser les jeunes au travers d'animations est bien réelle, mais elle reste insuffisante si ceux-ci ne connaissent pas l'existence des ressources qui peuvent les aider. Les enfants et les adolescents doivent donc pouvoir identifier les personnes et les lieux-ressources lorsqu'ils sont confrontés à une difficulté. Le passage d'un psychologue de planning familial ou d'un assistant social dans l'école, par exemple, ouvre des perspectives aux jeunes quant aux ressources existantes en dehors du milieu scolaire. À en croire les chiffres, 89% des jeunes connaissent l'existence des PMS et 86% connaissent les plannings familiaux. Par contre, seulement 21% de ceux-ci connaissent les maisons médicales et 16% les services de santé mentale (Pascal Minotte, CRÉSaM).

Pistes d'action :

Sur base de ces constats, une série de pistes d'actions pourraient être soutenues auprès des enseignants, des écoles et des élèves, pour autant qu'elles puissent être encouragées par les directions et pouvoirs organisateurs ainsi que par les autorités de tutelle. Le CRÉSaM est prêt à contribuer à la mise en œuvre de ces pistes d'actions.

Concertation

- ✓ Continuer à encourager et faciliter la concertation de tous les acteurs à tous les niveaux dans le respect des règles du secret professionnel. Les moments de partage doivent être réguliers et s'étaler sur le long terme. Rendre la rencontre possible est un élément

fondamental dans l'accompagnement du jeune. **Intégrer la mission de collaboration dans le descriptif de fonction des professionnels** qu'ils proviennent du monde scolaire ou du domaine des soins, permettrait de dégager du temps de travail pour la création et le renforcement des collaborations.

- ✓ La recherche de solutions doit s'élaborer en collaboration avec les élèves, les enseignants, la direction, les centres PMS et les parents. **Impliquer les parents dès qu'une difficulté a été constatée chez le jeune** et ce, afin de rendre les parents acteurs de la réflexion est une démarche à encourager. Chaque école trouvera ses « façons de faire » pour les mobiliser au mieux. « Un des blocages principaux entre la famille et l'école reste encore aujourd'hui le fait de ne pas savoir comment réagir face aux problèmes ». Les enseignants mériteraient d'être mieux formés à la gestion d'un entretien et à la communication avec les parents. De nombreux enseignants redoutent les réunions de parents car ils ne savent pas comment aborder les difficultés des enfants en classe. Certains craignent même des réactions agressives de la part des parents. D'autres éprouvent la crainte d'être questionnés sur des choses auxquelles ils ne savent pas répondre. H. Romano livre quelques éléments clés pour atteindre une intelligence relationnelle bienveillante comme ne pas se laisser submerger par le fatalisme, ou encore proposer des temps qui permettent d'accueillir les parents d'élèves dans un cadre qui leur apparaît accueillant et non jugeant.

Continuité des liens

- ✓ Veiller au maintien du lien entre l'école et le jeune lorsque celui-ci est hospitalisé et préparer la réintégration dans le cadre scolaire **après l'hospitalisation**.

Santé mentale et bien-être dans les écoles

- ✓ Mettre des **outils à disposition des instituteurs maternels** pour être attentif au plus tôt aux difficultés des enfants sur le plan relationnel et psychoaffectif, comme au niveau moteur, du graphisme, de la compréhension du langage... sans toutefois pathologiser la moindre difficulté, ni psychiatriser la moindre réaction émotionnelle de l'enfant. Il s'agit donc de leur permettre d'être à l'écoute tout en les encourageant, dans certaines conditions, à prendre du recul face aux difficultés rencontrées et « à faire avec » les situations plus complexes. *« Quand des enfants ou des adolescents montrent des signes de difficultés dans leur comportement, ceux-ci doivent pouvoir être identifiés précocement et les adultes concernés (parents, enseignants, etc.) doivent d'abord tenter d'y remédier avec leurs moyens propres. Les interventions doivent être échelonnées en importance. Il n'est en effet pas toujours nécessaire de faire appel à une aide spécialisée, au risque de surcharger inutilement celle-ci...³ »*

³ Pelc I., A l'École du bien-être : éduquer pour vivre ensemble. Bruxelles, Marque Belge Psymédic, 2016, p. 23

- ✓ Sensibiliser les enseignants à la question du bien-être, dans le cadre de **formations continuées** (via notamment l'Institut de la Formation en Cours de carrière). Tous les enseignants devraient pouvoir en bénéficier mais une attention particulière pourrait être portée aux situations spécifiques telles l'enseignement spécialisé, les classes pour primo-arrivants, etc. en vue de soutenir ces équipes particulièrement sollicitées. I. Pelc propose d'instaurer une pédagogie et une pratique du bien-être à l'école. « *Le problème est que les enseignants du niveau du secondaire, tout comme ceux des autres niveaux d'enseignement, n'ont aujourd'hui aucune formation de base en ce sens. Pour que cela se fasse, les enseignants ont besoin d'un minimum de compétences pédagogiques autres que celles qu'ils possèdent traditionnellement, et dévolues à la transmission des savoirs*⁴. »
- ✓ Inviter les écoles à retravailler régulièrement leur **règlement d'école (et/ou le projet pédagogique)**. Le règlement d'ordre intérieur permet de créer un cadre structurant, sécurisant et cohérent pour les élèves et les professeurs. En plus d'être connu de tous, il doit également être interprété correctement et faire sens. L'importance de revoir ces règles en fonction notamment de l'évolution de la Société et, idéalement, de **les co-construire avec les professeurs, les élèves et les parents, comme stipulé dans le Pacte pour un Enseignement d'Excellence**⁵, est une démarche à encourager.
- ✓ **Privilégier des moments structurés de prise de parole et d'écoute entre enseignants, élèves et direction. Favoriser un climat scolaire tourné vers la bienveillance** permettrait de soutenir les échanges entre professeurs autour de cas concrets des uns et des autres. Cette démarche permettrait de rompre un sentiment de solitude que nourrissent de nombreux enseignants dans leur pratique professionnelle. Quant aux jeunes, ils auraient dès lors le sentiment de se sentir écoutés. « Or plus on se sent entendu et informé qu'on soit élève, profs ou directeur, plus on se sent concerné »⁶. Un défi particulièrement ambitieux dans un système scolaire encore fort rigide et peu réceptif. En effet, comme l'exprime C. Quittelier, « *comment voulez-vous intégrer par décret un espace de parole et d'écoute dans un système figé où la parole libre et l'écoute ne sont que très rarement pris en compte et ne font pas partie du mental du système, dans un système où les acteurs se sentent en danger, mis en cause personnellement et tombent dans des positions de tranchée parce qu'ils ressentent la parole et l'écoute comme un risque de perdre du pouvoir ?* ». Cette démarche appelle donc à une certaine révolution du système scolaire. La prise de paroles est donc à encourager et bonne nouvelle...Elle s'apprend !
- ✓ Souligner le rôle des **directions d'école** dans ce processus et, en particulier, dans le **soutien** des enseignants qui se mobilisent pour développer les conditions d'une bonne santé mentale. La direction impulsera la dynamique avec d'autant plus d'efficacité qu'elle adoptera elle-même une attitude bienveillante et qu'elle fera du bien-être à l'école une priorité.

⁴ Idem p. 76.

⁵ Pacte pour un enseignement d'excellence : Parents & Elèves. Bruxelles, Fédération Wallonie-Bruxelles, 2017, 11 p.

⁶ Quittelier Ch., L'école... Alerte niveau 4. Louvain-la-Neuve, Academia-L'Harmattan, 2017, p. 52

- ✓ Privilégier les **approches généralistes** afin d'éviter toute forme de stigmatisation. Le risque de stigmatisation est bien réel, même pour les plus jeunes. Certains bulletins scolaires mentionnent la « nécessité d'un suivi pédopsychiatrique ». Les termes utilisés et la manière de faire passer l'information doivent être choisis avec la plus grande prudence.

Information sur les ressources disponibles

- ✓ **Informers les jeunes** sur l'existence de lieux et de personnes-ressources (généralistes et spécifiques) qui peuvent les aider en cas de difficultés.
- ✓ Continuer à organiser des **animations** en classe où les jeunes sont amenés à parler de leurs problèmes en s'appuyant sur l'empathie de groupe. Leur proposer des jeux de rôle pour leur permettre de ressentir des émotions et ce, afin de sortir de la banalisation. Il existe de nombreux outils et animations (cellule EVRAS, jeu Openado...). Les proposer de manière systématique dans les classes afin de travailler les compétences relationnelles chez les enfants et les adolescents. Répertorier les outils et réaliser un listing des sites Internet qui peuvent être utiles pour informer les jeunes dans les classes. Cette démarche permettrait de **centraliser toutes les informations** et donc de les rendre directement accessibles pour les professionnels intéressés.

À travers le Pacte pour un Enseignement d'Excellence, il existe une réelle volonté de renforcer la démocratie scolaire. Un Conseil coopératif et citoyen sera prochainement créé. Des espaces de parole seront organisés. Les éducateurs seront formés pour mieux gérer les conflits et la violence. Un Plan de pilotage élaboré au sein de chaque établissement permettra de rassembler les équipes pédagogiques autour du bien-être à l'école... La route reste encore longue avant que toutes les écoles empruntent ce chemin car tout changement entraîne son lot de résistance. Cependant, il existe déjà une multitude de démarches qui se mettent en place et qui témoignent d'une volonté du système scolaire de tendre vers un idéal de bienveillance et d'écoute partagée que nous ne pouvons qu'encourager.