

Le bien-être au collège

vu par les Conseillers départementaux jeunes

2023-2025

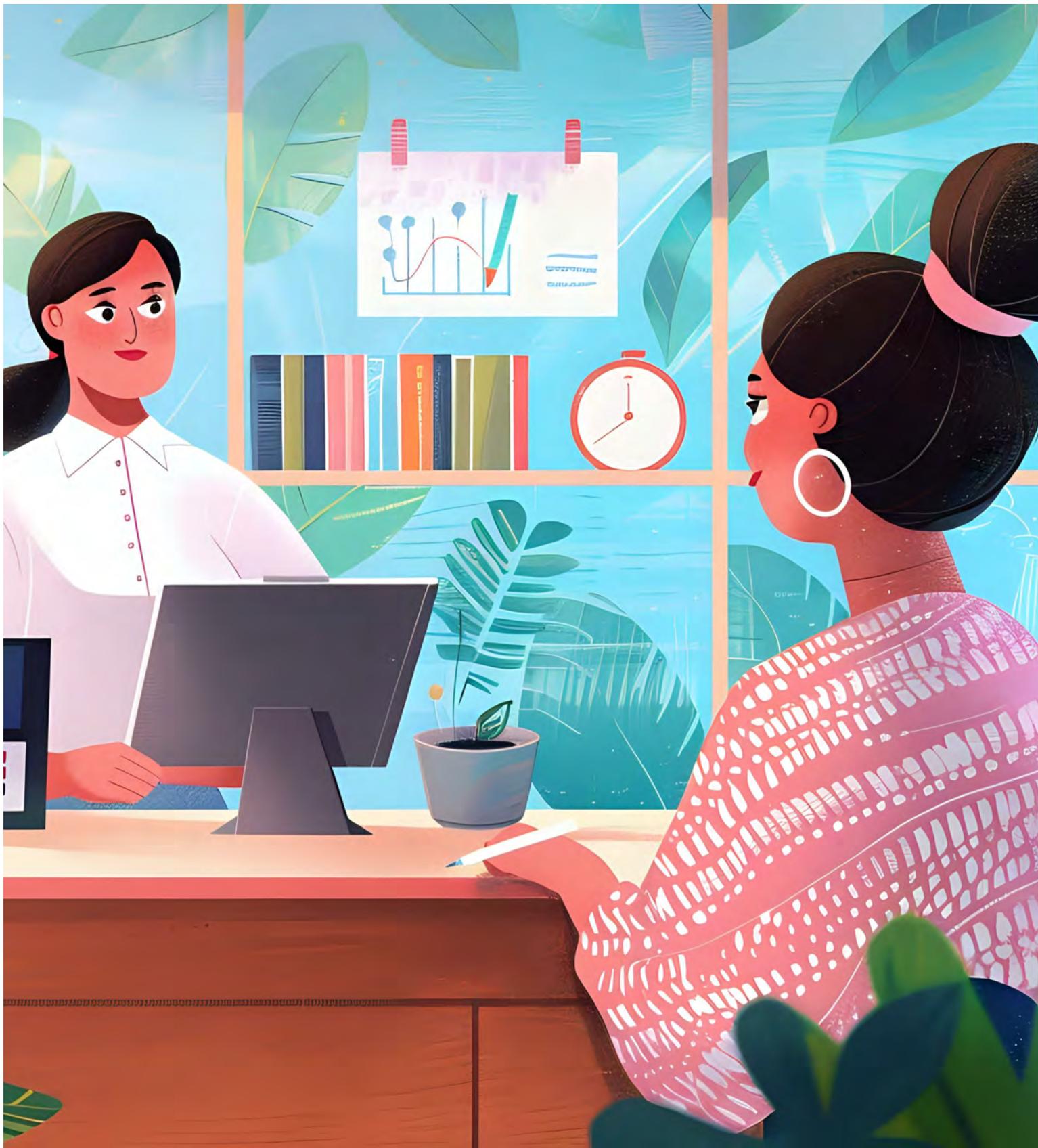




Genèse du projet du mandat

Le Conseil départemental des jeunes 2023-2025 a travaillé sur le thème « Le bien-être au collège » durant les deux ans de mandat. Un thème choisi après concertation avec les collégiens haut-marnais via des boîtes à idées mises en place dans les collèges du département.

Dans ce cadre, les conseillers départementaux jeunes ont réalisé deux questionnaires sur le bien-être au collège, destinés aux élèves, parents d'élèves, personnels de l'Éducation nationale et personnels du Département. Ce questionnaire est l'espace d'expressions à propos du quotidien au collège. Les réponses permettront de guider des actions destinées à améliorer le bien-être de tous les acteurs au sein du collège et à co-construire le collège de demain en Haute-Marne.



Le bien-être au collège

**Questionnaire à destination
des parents d'élèves et des personnels des collèges**

Le bien-être au collège

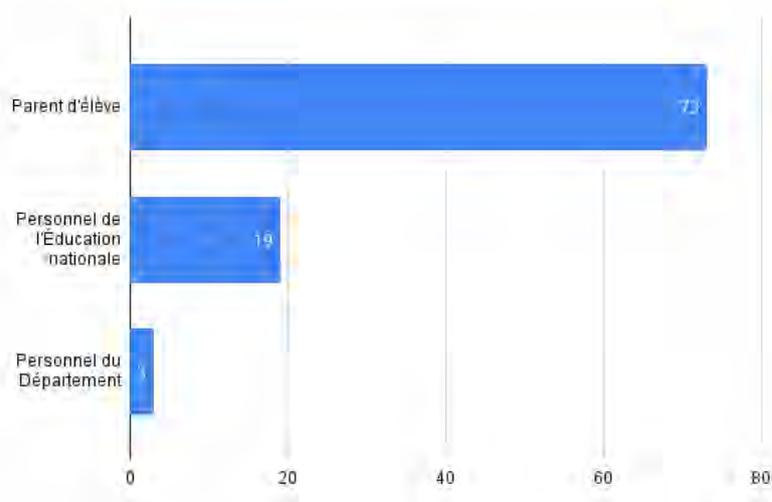
Questionnaire à destination des parents d'élèves et des personnels des collèges haut-marnais

Du 3 octobre 2024 au 12 mars 2025 : 22 questions / 95 réponses

Je suis :

95 réponses

- Parent d'élève : 73 (76,8%)
- Personnel de l'Éducation nationale : 19 (20%)
- Personnel du Département : 3 (3,2%)



Âge : 28 – 55 ans

95 réponses

Sexe :

93 réponses



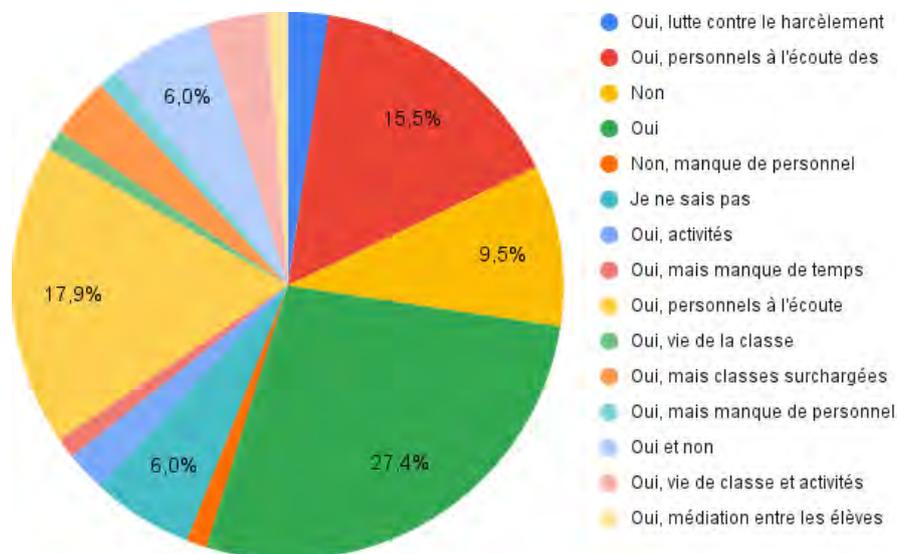
Collège :

90 réponses

1. Camille Flammarion, Val de Meuse
2. Les Vignes du Crey, Prauthoy
3. Henry Vincenot, Chalindrey
4. Les Trois Provinces, Fayl-Billot
5. René Rollin, Chevillon
6. Françoise Dolto, Nogent
7. Camille Saint-Saëns, Chaumont
8. La Rochotte, Chaumont

Le bien-être des élèves est-il pris en compte au collège ? Comment ?

84 réponses



Oui

- Lutte contre le harcèlement - activités pause méridienne - club – CVC ;
- En respectant les dossiers concernant la difficulté de certains élèves.
- Médiation entre les élèves.
- Une écoute attentive de la part de toute l'équipe enseignante et les personnels.
- Proposition d'activités, clubs, UNSS.
- De l'écoute de la part des adultes, les différents clubs ou activités en dehors des cours qui permettent aux uns et aux autres d'être détendus, de se sentir respectés et écoutés.
- En Vie de classe et si difficulté, échanges avec équipe éducative (CPE, directeur adjoint, etc.)
- Intervention de l'infirmière si besoin ou encore des délégués de parents d'élèves
- Oui, en grande partie. Suivi des élèves, quelques espaces pour eux, temps des récréations, atelier méditation, beaucoup de clubs, rôle de l'UNSS sur le temps de midi, sorties et compétitions sportives (déplacements), cross événement local, des événements importants (chorale, spectacle musicaux), bcp de sorties, voyages (bonne ouverture culturelle), des interventions nombreuses (en interne, avec des acteurs extérieurs, dont des spectacles de sensibilisation) dans le cadre du CSCE.
- Oui, des informations concernant le harcèlement sont mises en place. L'AS organise des séances le temps de midi. Il y a également un club « lecture ». Les enfants sont écoutés.
- Ils ont des espaces de travail dédié et adapté pour étudier.
- Oui, par le biais de la vie de classe, des différentes activités proposées (réunion des maisons).
- Oui, au quotidien par l'accueil bienveillant de tout le personnel. Les instances d'écoute auprès des adultes. Projet Nefle en cours pour améliorer le bien-être des élèves.
- Il est pris en compte au maximum, malgré le fait qu'il y ait peu de temps pour mettre en place de nouvelles choses (à cause du système en général et non de l'établissement, qui fait de son mieux).
- Oui et non car il y a de l'écoute mais pas de sanctions radicales pour les éléments qui nuisent au bien-être des autres.

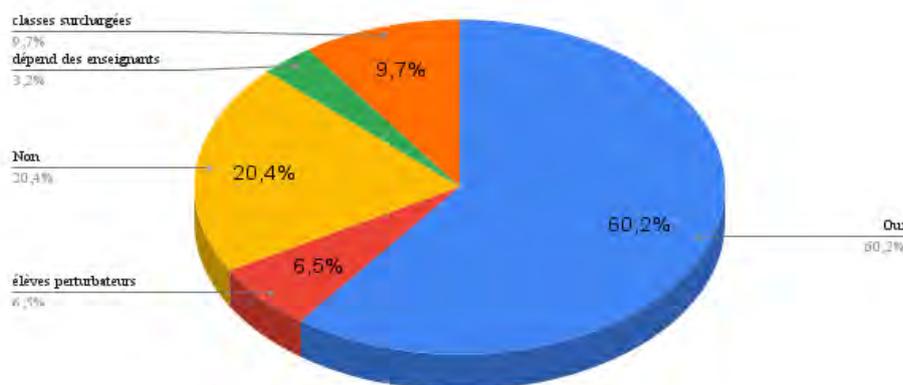
Non

- Pas tout le temps, trop d'élèves indisciplinés créent un contexte compliqué pour les autres élèves et professeurs.
- Manque évident de personnel et de liberté d'action.
- Oui, mais le mauvais comportement de certains élèves joue sur le bien-être des autres (élèves et enseignants) par manque de moyens. Plus de personnel encadrant pourrait remédier au problème.
- Pas de foyer pour être au chaud le temps de midi.
- Les emplois du temps sont mal répartis dans la semaine.
- Beaucoup de violence dans la cour.
- Classes surchargées
- Non. Lorsqu'il fait froid par exemple, le CDI est fermé pour ne pas que les élèves s'y rendent. Les toilettes sont fermées à clefs. Le gymnase n'est pas chauffé et il pleut à l'intérieur. Il n'y a pas d'électricité dans les vestiaires. Les casiers sont cassés et les affaires volées.
- Il n'y a pas de réels locaux adaptés pour les élèves (qui leur soient vraiment destinés).
- Ils sont écoutés mais surtout lorsqu'il y a de vrais problèmes, peu d'écoute en amont.

Est-ce que l'atmosphère de la classe est propice aux apprentissages ?

94 réponses

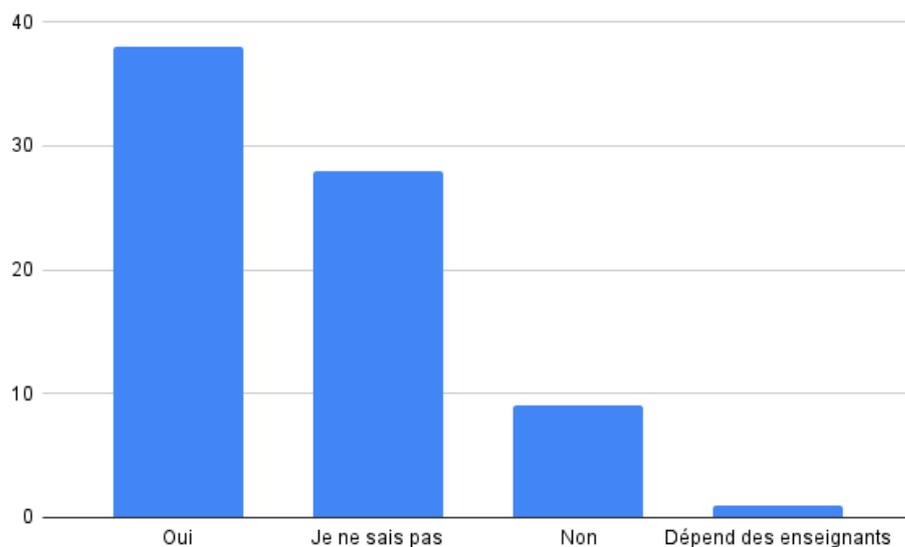
- Oui : 60,2%
- Non : 20,4%
- Classes surchargées : 9,7%
- Elèves perturbateurs : 6,5%
- Dépend des enseignants : 3,2%



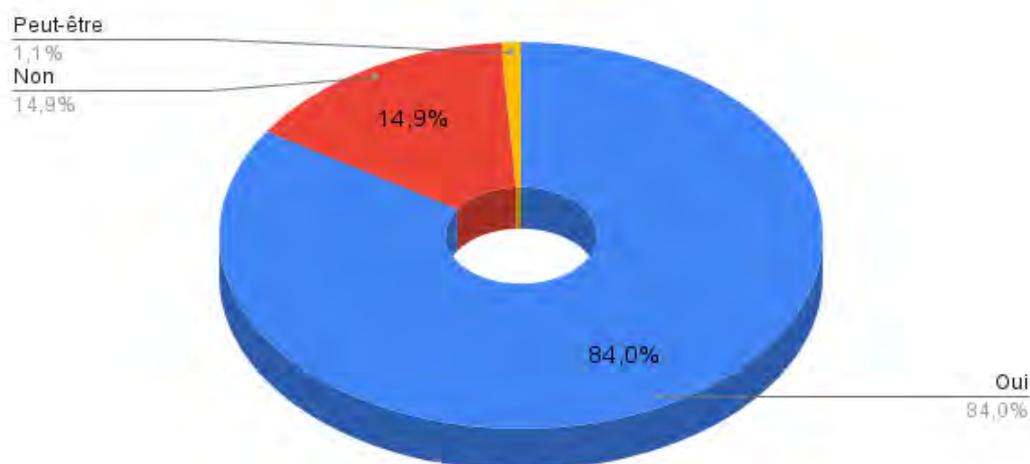
Est-ce que le collège est organisé pour favoriser le bien-être pédagogique des enseignants ?

77 réponses

- L'organisation en interne favorise le bien être pédagogique mais les locaux ne permettent pas ce bien-être. Tout est vétuste, les bâtiments et le matériel.
- Oui, chef et gestionnaire sont à l'écoute des enseignants sur les besoins pédagogiques.
- Bonne ambiance, familiale déjà, bons rapports avec la direction sérieuse et transparente, qui soutient ses équipes, temps de convivialité réels.
- Je ne pense pas car les élèves perturbateurs ne sont pas assez sanctionnés.
- Je ne sais pas trop, je dirais plutôt oui, différents projets semblent avoir lieu.
- Je ne sais pas vraiment... classes trop chargées, ce qui nuit au bon déroulement de certains cours.
- Manque de moyens pour mener certains projets à terme.
- Non, élèves trop nombreux par classes.



Pensez-vous que l'aménagement des espaces scolaires affecte le bien-être et le climat scolaire ?
95 réponses

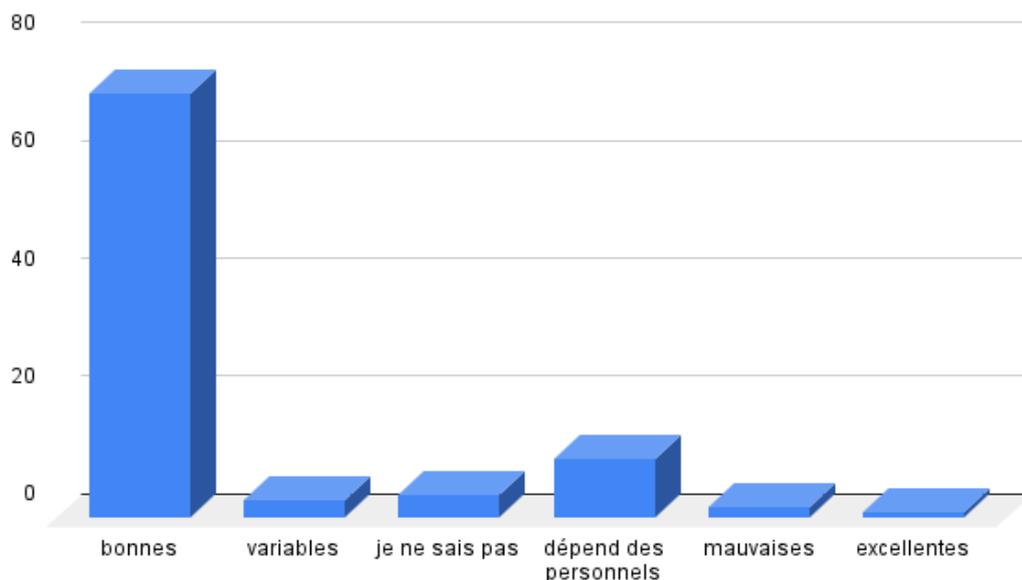


Est-ce qu'il y a suffisamment d'espaces adaptés pour les moments de détente au sein du collège ?
92 réponses



Comment sont les relations entre élèves, enseignants et personnels ?

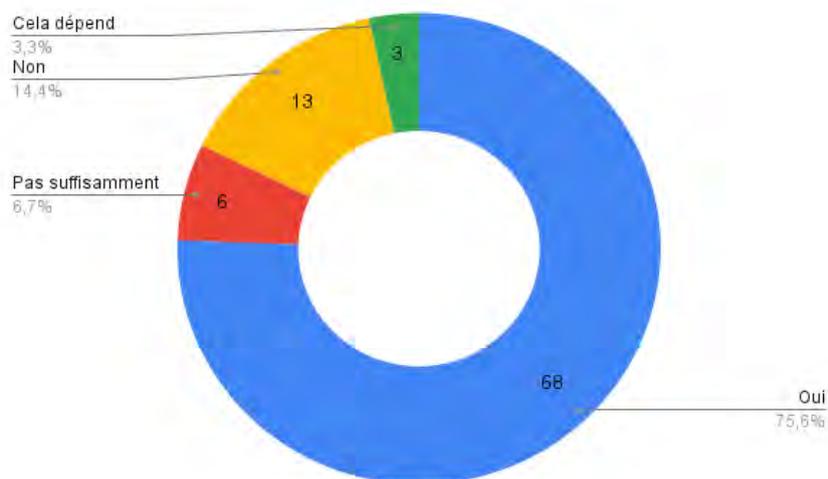
93 réponses



- Bonnes sauf pour certains élèves qui n'ont aucun respect.
- Beaucoup de harcèlement entre élèves.
- Assez bonnes mais cela dépend des individualités spécifiques dans les classes.
- Assez bonnes ; tout le monde se connaît ; un adulte peut aisément remarquer si un élève ne se sent pas bien et ouvrir le dialogue.
- Manque de distance parfois.
- Le respect n'est pas toujours présent de la part des parents et des élèves envers les enseignants.
- Cela dépend des cas. Plutôt bonnes mais pas systématiquement.
- Plus compliqué avec le personnel de la vie scolaire.
- Assez bonnes dans l'ensemble grâce à l'investissement personnel de certaines personnes.
- Plutôt bonnes, mais quelques cas de harcèlement, et certains professeurs ne sont pas très à l'écoute des élèves.

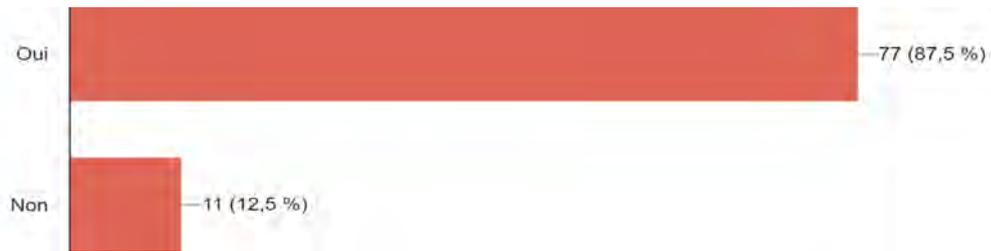
Vous sentez-vous écoutés ?

91 réponses



Est-ce que les conflits sont gérés rapidement ?

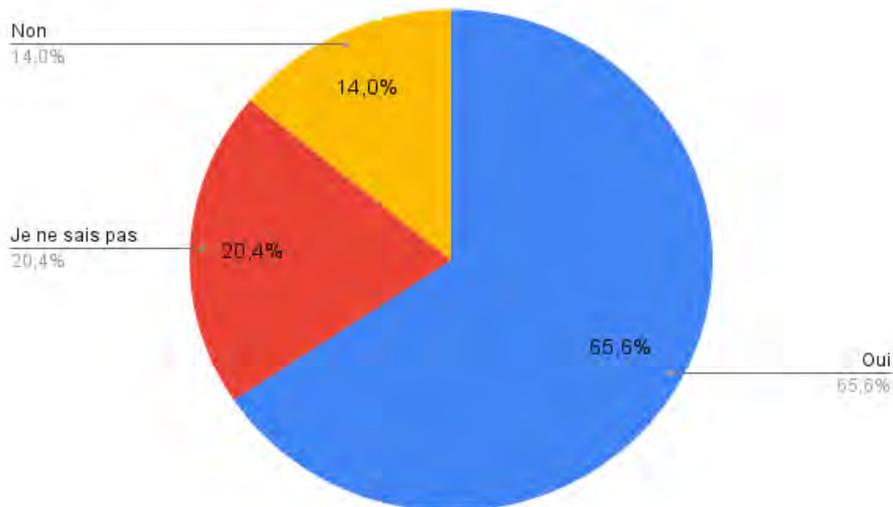
88 réponses



Est-ce que le collège a mis en place des médiateurs pour gérer les conflits ?

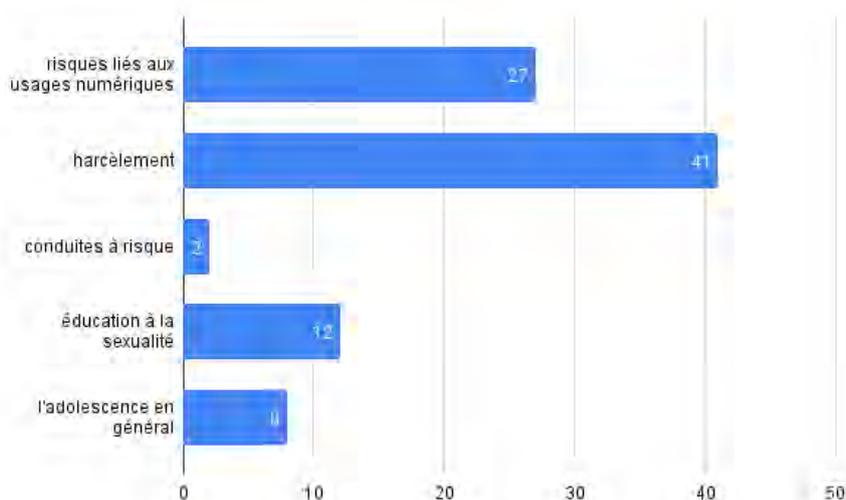
94 réponses

- Non, les médiateurs sont les médiateurs institutionnels.
- La prise en charge de harcèlement et d'autres conflits est trop longue.



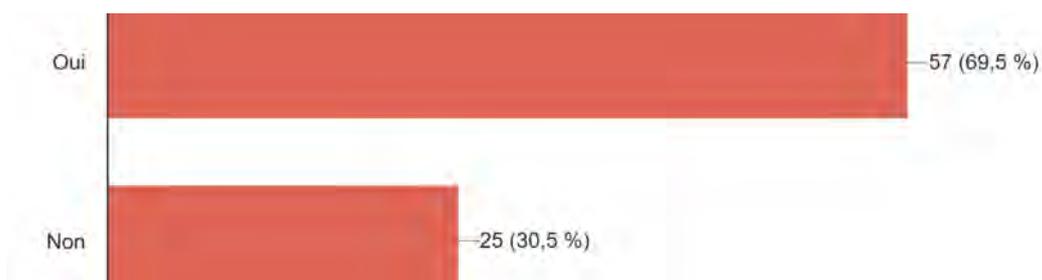
Avez-vous connaissance d'actions de prévention engagées au sein du collège en matière de :

90 réponses



Existe-t-il pour les élèves un moyen sûr et confidentiel de signaler les incidents ?

82 réponses



AXES D'AMÉLIORATION

Que proposeriez-vous pour améliorer le bien-être des élèves et des personnels au sein du collège (avoir confiance, se sentir bien, etc.) ?

63 réponses

Espaces

- Foyer des élèves accessible depuis l'extérieur.
- Ouvrir les toilettes en permanence.
- Avoir accès plus souvent au CDI, au foyer (car toujours fermé)
- Aménagement d'espaces pour les élèves : foyer, cour de récréation... (détente et activités).
- Aménagement sportif dans la cour type city.
- Mettre des tables de ping-pong.

Activités

- Proposer des journées à thème.
- Une journée cohésion à destination des élèves, des professeurs et des personnels.
- Réaliser des activités fédératrices avec des objectifs communs pour souder les groupes.
- Mettre en place des ateliers détente, paroles et théâtre pour améliorer la cohésion et la prise de parole face aux autres (à destination des élèves et les personnels).
- Proposer des ateliers de confiance en soi.
- Intervention de sophrologue.
- Former des collégiens Médiateurs.
- Activités fédératrices pour le personnel : visite médicale chaque année, banaliser des temps d'échanges entre personnels, arrêter de toujours en demander plus aux professeurs.
- Comme pour le quart d'heure lecture, instaurer une fois par jour des exercices de méditation (respiration lente, posture ...).
- Favoriser des actions collectives/coopératives en intégrant le personnel enseignant, pédagogique et administratif.
- Des assistants d'éducation disponibles pour proposer des activités hors UNSS.
- Davantage de moments de convivialité partagés entre les enseignants et les élèves.
- Travail en petits groupes plus souvent, favoriser des moments d'échanges avec les enseignants.
- Des classes moins surchargées permettraient aux élèves d'avoir une plus grande proximité avec le corps professoral, notamment en 6^e qui est un changement important.

- S'inspirer des pays nordiques (Finlande) : moins de devoirs, moins de cours et plus d'activités manuelles (cuisine, métiers d'art, artisanat).
- Responsabiliser davantage les élèves, interdire les téléphones portables.
- Revenir à une cantine d'avantage locale et avec la participation des élèves à la préparation des repas.
- Limiter le nombre d'élèves par classe, baisser le nombre d'heures de cours, restreindre les évaluations beaucoup trop importantes.
- Rituels permettant aux élèves de bénéficier d'un temps calme ou au contraire de défoulement.
- Pouvoir se défouler lors de la récréation, mettre en place une boîte à hurlement.
- Organiser des ateliers de yoga.
- Laisser aux élèves un accès à des espaces de travail et de détente auto gérés.
- Organiser des voyages avec projets construits par les élèves afin de permettre aux élèves de se sentir valorisés autrement qu'avec des notes.
- Du respect mutuel, de l'écoute.
- Permettre aux élèves de se sentir en sécurité (lutte contre les violences entre les élèves et le harcèlement).

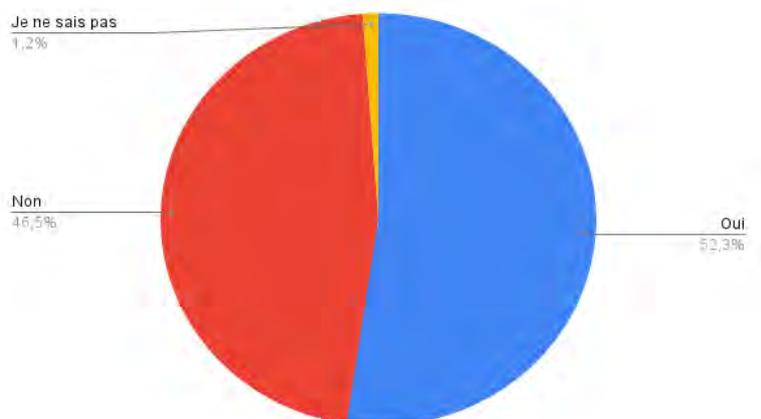
Informier / se confier

- La mise en place de sanctions plus adaptées.
- Un programme de bonne conduite au moindre écart : exclusion temporaire ou du Travail d'Intérêt Général entre midi et 14h, voir une journée de retenue dans le couloir de l'administration pendant les vacances scolaires lorsque l'administration est présente. En cas d'absence, passage en conseil de discipline.
- Installer des caméras dans les salles de classes et dans le reste de l'établissement.
- Surveillance accrue pendant les temps de pause.
- Le harcèlement devrait être davantage pris au sérieux.
- Les mêmes règles pour tous, pas de favoritisme.
- Écouter tous les élèves sans différence, respect élève/enseignant et enseignant/élève.
- Proposer des interventions sur le harcèlement avec (cas concrets), des témoignages et les solutions trouvées.
- Plus de dialogue.
- Une assistante sociale et l'infirmière qui convoqueraient une fois par mois ou par trimestre l'élève pour évaluer son ressenti et son bien-être au collège.
- Mettre en place des groupes de paroles car beaucoup d'enfants n'osent pas parler de peur de représailles.
- Une surveillance renforcée lors des intercourts et récréations.
- Des surveillants un peu moins proches avec certains enfants.
- Avoir une boîte à idées et boîte à incidents pour déposer anonymement des propositions et des constats de faits indésirables, injustes, non pris en compte ou non observés par les adultes (relevé tous les matins à 8h).
- Des questionnaires anonymes réguliers sur le bien-être.
- Conseil de Jeunes pour écouter les idées des élèves.
- Préconiser, guider et accompagner les parents dans la recherche de professionnels tel que : éducateurs, psychologues, spécialistes selon la problématique de l'enfant comme ergothérapeute, orthophoniste... ou même organismes spécialisés.
- Plus de communication avec les parents dont les enfants sont en grande difficulté scolaire ou en mal-être personnel.

Pensez-vous que le rythme scolaire devrait être modifié ? Comment ?

74 réponses

- Oui : 52,3%
- Non : 46,5%
- Je ne sais pas : 1,2%



- Il faudrait d'abord se poser la question des objectifs : favoriser les apprentissages, s'adapter aux rythmes biologiques des enfants, faciliter la vie des familles, etc.
- Suivre le modèle allemand et des pays scandinaves (la Finlande en particulier) : cours le matin et activités l'après-midi (activités sportives et artistiques, temps d'écoute, temps d'aide aux devoirs...)
- Mieux alterner dans la journée les matières « fondamentales » et d'autres activités (arts, sport) pour maintenir l'attention.
- Commencer plus tôt le matin et finir plus tôt l'après-midi (14h30).
- Le temps de midi et le repas doivent faire partie de l'éducation pour responsabiliser les élèves.
- Le rythme actuel ne permet pas aux élèves de se retrouver vraiment. Les programmes sont trop chargés et les horaires ne respectent pas les besoins des élèves.
- En diminuant le nombre de matières par semaine : regrouper sur un trimestre les heures de SVT, puis sur un autre les heures de physique et technologie, par exemple.
- Supprimer les cours le mercredi, passer en semaine à 4 jours.
- Trop de devoirs dirigés ou étude.
- Mieux organiser les devoirs : par exemple faire les exercices en cours pour se concentrer en priorité sur les contrôles à la maison.
- Les élèves ont un emploi du temps surchargé et anxiogène.
- Éviter plus de 2 évaluations la même journée.
- Donner plus d'exercices pour vérifier si l'élève a compris la leçon et surtout corriger les exercices en classe.
- Pour certains élèves 1h30 de trajet par jour se rajoute aux journées surchargées et aux devoirs à faire à la maison le soir.
- Les élèves ont environ 30 heures en présentiel au collège plus le travail à la maison.
- 2 heures de devoirs le soir après une journée surchargée de cours ne laissent pas de temps libre aux élèves. Les élèves ont environ 30 heures en présentiel au collège plus le travail à la maison.
- Accorder plus de délais pour la réalisation des devoirs.
- Réduire le nombre et la durée des vacances, jugées trop longues et sources de décrochage, pour les étaler plus régulièrement. Par exemple 7 semaines de cours suivies de 2 semaines de vacances.
- Raccourcir la pause méridienne et terminer plus tôt l'après-midi. Cela impliquerait de repenser les activités périscolaires.
- Étaler les évaluations pour que les enfants puissent apprendre tranquillement, éviter les nombreuses évaluations avant les vacances (fatigue accumulée).
- Prévoir au minimum une heure d'étude ou de soutien encadré.
- Privilégier un travail avec des manuels et non avec des ordinateurs pour limiter le temps d'écran.
- Plus d'heures en début de semaine et plus éparpillées en fin de semaine. L'heure de latin en dernière heure le vendredi n'est pas propice à l'arrivée de nouveaux latinistes.

Quels aménagements pour rendre le collège idéal ?

58 réponses

- Que chacun s'écoute et fasse preuve d'empathie, bienveillance et exigence.
- Réduire les effectifs d'élèves par classe.
- Une adéquation entre tous les personnels.
- Un investissement plus important des familles dans la vie du collège.
- Renforcer la communication entre les parents et les personnels.
- Proposer des cours plus ludiques, pour apprendre en pratiquant.
- Varier les supports d'apprentissage : vidéos, audio, jeux...
- Des effectifs réduits par classe (20-25 élèves maximum) pour favoriser un suivi personnalisé et une bonne dynamique de groupe.
- Des enseignants formés et motivés, pratiquant une pédagogie bienveillante et différenciée.
- Chaque élève doit pouvoir progresser à son rythme.
- Un accompagnement éducatif renforcé : vie de classe, médiation par les pairs, suivi par les CPE et les psychologues de l'Éducation nationale en cas de difficulté.
- Une large place donnée aux activités sportives, artistiques et culturelles, sur le temps scolaire et périscolaire, pour développer des compétences transversales.
- Des liens étroits avec les acteurs locaux : projets avec les associations et entreprises locales, découverte des métiers.
- Une sensibilisation aux sujets de société : développement durable, égalité filles-garçons, lutte contre les discriminations, éducation aux médias et au numérique.
- La participation des élèves aux décisions via des éco-délégués, une mise en pratique de la citoyenneté pour responsabiliser les jeunes.
- Des voyages scolaires et sorties pédagogiques réguliers pour ouvrir les élèves au monde et favoriser la cohésion.
- Un soutien aux élèves à besoins spécifiques (en difficulté, en situation de handicap, intellectuellement précoces) pour assurer l'égalité des chances.
- L'objectif serait de faire du collège un lieu de vie et d'apprentissage épanouissant, donnant à chaque élève les moyens de réussir scolairement et personnellement, dans un esprit coopératif et ouvert sur le monde.
- Classe de niveau de la 6^e à la 3^e sur plus de matières.
- Arrêter les permanences libres dehors parce qu'il manque de surveillants pour les salles de permanence.
- Projets dynamiques avec collaboration élèves/enseignants, écoute et bienveillance de chacun.
- Rendre la vie quotidienne agréable avec de bonnes relations : respect, amitié, écoute, bienveillance et confiance.
- Meilleure gestion de la cantine : repas de qualité (produits bio et locaux), quantité suffisante pour le dernier service, convivialité, insonorisation des espaces.

Des espaces agréables et fonctionnels

- Meilleure réflexion sur l'aménagement des espaces extérieurs.
- Un parking pour les personnels.
- Des toilettes propres et accessibles en permanence, conçues sans ouvertures en bas et en haut.
- Aménagement de vraies infrastructures sportives (chauffées en hiver).
- Rénovation complète du collège.
- Mieux aménager le foyer, le CDI (plus accueillant) et la cours de récréation.
- Végétalisation de la cour.
- Installer des jeux en extérieur.
- Installer davantage d'espace de détente, d'isolement et de partage.
- Un espace de partage et de cocréation : des mini-espaces pour permettre à 1 ou 2 élèves de réviser ou relire au calme avant une évaluation (midi-récré).
- Une salle de jeux avec Baby-foot, table de ping-pong.

- Des casiers pour chaque élève en bon état avec fermeture fonctionnelle.
- Mobilier plus confortable (intérieur et extérieur) : bancs, tables, transats, fauteuils, canapés, poufs...
- Plus de couleurs dans le bâtiment.
- Laisser accès à des salles en autogestion pour travailler ou se détendre selon l'objectif.
- Proposer un abri pour les récréations quand le temps est mauvais.

Comment renforcer l'image positive du collège ?

48 réponses

- Reconnaissance des actions menées par les personnels et les élèves.
- Intéresser les élèves autant au programme scolaire qu'aux relations inter-collégiennes
- Rendre vivant certains cours avec plus de pédagogie et former les professeurs à cette nouvelle jeunesse.
- Journée portes ouvertes. Actions avec les parents.
- Développer un site web où on y retrouverait le collège et ses débuts et ce qu'il est devenu avec les années : des photos des anciens élèves, professeurs, personnels et le taux de réussite des examens de 3^e par exemple.
- Une communication plus externalisée afin de faire connaître les projets de l'établissement et des élèves.
- Montrer que le collège pense à nos jeunes en allégeant les cartables.
- Faire attention aux fournitures demandés à la rentrée, tout n'est pas utilisé.
- En faisant un blog et en montrant le quotidien des élèves et des personnels.
- Faire des activités extra-scolaires.
- En faisant plus de prévention, car malgré tout, le harcèlement est toujours là.
- Une meilleure intégration des parents dans la vie du collège.
- Avoir un nombre suffisant d'encadrants et faire respecter les règles.
- Communiquer davantage avec les jeunes.
- Renforcer le dialogue avec les parents.
- Faire des expositions.
- Communiquer sur les réussites : valoriser les projets et réalisations des élèves (expositions, spectacles, compétitions sportives).
- Communiquer sur les parcours d'anciens élèves. Utiliser les réseaux sociaux et le site web de l'établissement.
- Ouvrir le collège sur l'extérieur : organiser des portes ouvertes, participer aux événements locaux (fête de la science, journées du patrimoine), développer des partenariats avec les acteurs locaux (associations, entreprises, artistes).
- Impliquer les parents : proposer des temps d'échange conviviaux, les inviter à participer à des activités avec leurs enfants, les associer aux projets et aux instances de l'établissement.
- Soigner l'accueil et le cadre de vie : rendre les locaux accueillants et décorés par les élèves, avoir une attention pour chaque élève et sa famille dès l'entrée en 6^e.
- Prévenir le harcèlement et la violence : mener des actions de sensibilisation, former les élèves à la médiation par les pairs, sanctionner fermement les auteurs de violence.
- Accompagner l'orientation : développer les liens avec les lycées, faire intervenir des professionnels pour présenter leurs métiers, organiser un forum des métiers.
- Donner une image moderne et dynamique : équiper l'établissement en outils numériques, proposer des options attractives (langues rares, art, numérique), avoir une association sportive dynamique.
- Obtenir un label : de type « éducation prioritaire », « internat d'excellence », « développement durable », cela valorise les actions menées.
- Avoir une politique éducative et pédagogique claire et cohérente, portée par toute la communauté éducative afin de créer un sentiment d'appartenance.

- Valoriser l'engagement des élèves : encourager l'investissement dans la vie du collège (éco-délégués, conseil de vie collégienne, médiation), leur donner des responsabilités adaptées.
- Mener des actions concrètes et cohérentes en impliquant toute la communauté éducative. C'est un travail de longue haleine qui demande l'engagement de tous, mais qui peut vraiment changer le regard sur le collège. L'objectif est que chacun, élève comme adulte, soit fier de son établissement.
- Il faudrait que le collège devienne un lieu de vie et non un lieu de cours.
- Maintenir les clubs, voyages, rencontres parents/professeurs, aménagements des locaux pour les jeunes.
- Nous sommes censés travailler ensemble pour le bien de l'élève et certaines fois en tant que parent on peut ressentir une certaine supériorité au sein de l'établissement.
- En mettant l'accent sur l'écoute, la sécurité et le bien-être des élèves.
- En sanctionnant les élèves perturbateurs.
- Redynamiser le collège, remettre l'accent sur l'alimentation et l'anti-gaspillage, sensibiliser davantage les élèves à l'usage d'internet et des réseaux sociaux.
- Plus de discipline et peut-être le port de l'uniforme.

Comment créer des liens entre l'école, les familles et les élèves ?

52 réponses

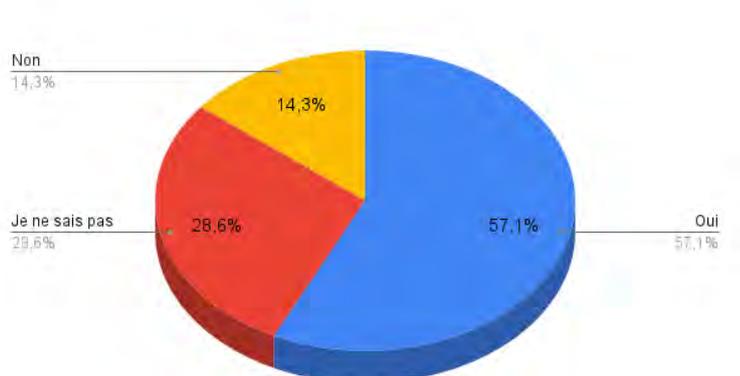
- Faire participer les familles à l'élaboration et la mise en place du projet d'établissement.
- L'écoute et communication des éléments positifs aux familles.
- Plus de communication sur la vie au quotidien du collège, les projets en cours ou à venir, les actions menées dans le cadre du bien-être et de la pédagogie en général.
- Développer les outils de communication : site web de l'école avec des actualités régulières, liste de diffusion, réseaux sociaux, applications dédiées aux échanges collège-famille.
- Plus d'actions impliquant les familles, pas forcément scolaires.
- Faire intervenir les parents au sein du collège.
- Mise en place d'un lieu d'accueil pour les parents.
- Organiser des événements conviviaux (café des parents, soirée portes ouvertes, loto, repas partagés, kermesse, marché de Noël, spectacles des élèves, expositions, sorties)
- En développant l'établissement pour en faire un tiers-lieu, un centre social majeur.
- La création d'une association des parents et des élèves.
- Temps d'accueil, collège ouvert, journées portes ouvertes.
- Utilisation des applications comme skolengo ou pronote.
- Un compte Instagram pour les informations générales.
- Des groupes de paroles pour parler librement des problèmes que les parents rencontrent avec leurs enfants, mais aussi les conflits à gérer à la maison car l'enfant n'ose pas en parler.
- Proposer des activités parents-enfants : ateliers lecture, jeux de société, défis sportifs. Cela renforce les liens et implique les parents dans les apprentissages.
- Développer les rencontres individuelles : entretien parents-professeurs réguliers, prise de rendez-vous facilitée, espaces de dialogue dans le carnet de correspondance et l'ENT.
- Associer les délégués de parents à la vie de l'établissement : conseil d'école, conseil d'administration, commissions éducatives, pour faire le lien avec les autres parents.
- Former les enseignants à la relation avec les familles : posture bienveillante, prise en compte des différences culturelles, entretien d'écoute.
- Impliquer les parents dans les projets pédagogiques : ils peuvent partager leurs talents, savoirs et expériences professionnelles.
- Proposer des temps de formation pour les parents : sur le suivi de la scolarité, l'usage du numérique, l'orientation, afin de les aider dans leur rôle éducatif.
- Solliciter l'avis des élèves : conseil de vie collégienne, boîte à idées, sondages. Ils se sentiront écoutés et impliqués dans leur collège.
- Nommer des référents pour les familles : enseignant, CPE ou autre personnel dédié pour accompagner les familles les plus éloignées du collège.

- Donner la possibilité aux parents de venir au collège pour participer avec leurs enfants aux cours d'arts plastiques, éducation musicale ou sport.
- Partager des repas à la cantine.
- Proposer des soirées à thèmes : le numérique, les addictions, la sexualité, un escape game (parents - élèves - personnels).
- Des projets pédagogiques permettant à tous de travailler ensemble.
- Mieux accompagner les élèves en difficulté, avec des cours adaptés, un soutien scolaire renforcé, et des échanges réguliers avec les parents.

Est-ce que les différents personnels et services du collège sont parties prenantes du bien-être ?

Comment ?

52 réponses



- Absolument, le bien-être au collège est l'affaire de tous les acteurs : enseignants, direction, vie scolaire, mais aussi personnels administratifs, de santé, d'entretien et de restauration. Chacun à son niveau contribue au climat scolaire et au bien-être.
 - Pour ce faire, comme les enseignants sont en première ligne. Par leur bienveillance, leur écoute, leurs encouragements, ils créent un climat de classe favorable aux apprentissages et à l'épanouissement des élèves.
 - Le chef d'établissement et son adjoint donnent le cap, arbitrent, apaisent les tensions. Leur leadership bienveillant et leur écoute des différents acteurs sont essentiels.
 - La vie scolaire (CPE et assistants d'éducation) assure le suivi des élèves en difficulté, prévient le décrochage, anime des activités périscolaires fédératrices. Ce sont des médiateurs précieux.
 - Les personnels de santé (médecin, infirmier) repèrent les souffrances physiques et psychologiques, sensibilisent aux questions de santé, orientent vers des prises en charge spécialisées.
 - Les psychologues accompagnent les élèves dans leur projet d'orientation et peuvent faire de la médiation école-famille en cas de difficultés.
 - Les assistants sociaux suivent les élèves en grande difficulté sociale ou familiale, et font le lien avec les services sociaux extérieurs.
 - Les personnels administratifs sont le premier contact des familles. Leur disponibilité et leur écoute contribuent à un climat accueillant.
 - Les agents d'entretien et de restauration rendent l'environnement agréable et sain. Les temps de repas sont des moments importants de convivialité et d'éducation.
-
- Au-delà de leur rôle spécifique, c'est l'exemplarité et la cohésion de toute l'équipe qui crée un climat scolaire serein. Les adultes doivent incarner les valeurs du collège au quotidien. Un sourire et un bonjour et la journée débute bien. Prise en compte de chacun dans sa spécificité.
 - Oui, le personnel du collège est bienveillant et à l'écoute.
 - Oui, nombreux clubs lors de la pause méridienne.

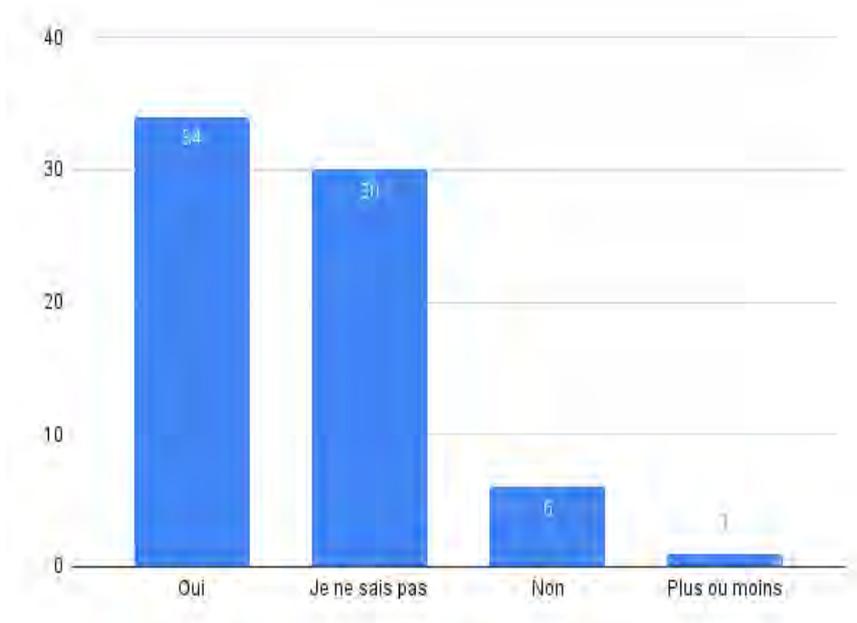
- Ils s'investissent au mieux avec les moyens disponibles.
- Oui car les conflits sont réglés rapidement.
- Malheureusement non. Le personnel a déjà une charge de travail énorme et n'est que rarement récompensé pour le travail supplémentaire. La vision négative de l'école a un impact sur le moral des personnels, qui donnent beaucoup et reçoivent peu. S'ensuit une baisse de moral et d'investissement qui semble compréhensible.
- Non, cela dépend des profils des personnels.

Comment ?

- Des formations communes sur le bien-être et le climat scolaire.
- Des réunions régulières pour partager les situations difficiles.
- Des projets fédérateurs impliquant toute la communauté éducative.
- Des temps conviviaux pour souder l'équipe.
- Une charte du bien-vivre et de la bientraitance au collège.
- En étant bienveillant, à l'écoute, en coopérant et en se formant, chaque adulte du collège contribue à l'épanouissement des jeunes qui lui sont confiés. C'est une responsabilité partagée et un engagement quotidien au service de leur réussite globale, scolaire et personnelle.
- En participant activement à toutes les actions menées au sein du collège.
- Eviter les « copinages » affichés de certains surveillants avec certains élèves.

La convivialité entre l'ensemble des personnels est-elle entretenue régulièrement ?

71 réponses





Le bien-être au collège

Questionnaire à destination des élèves

Le bien-être au collège

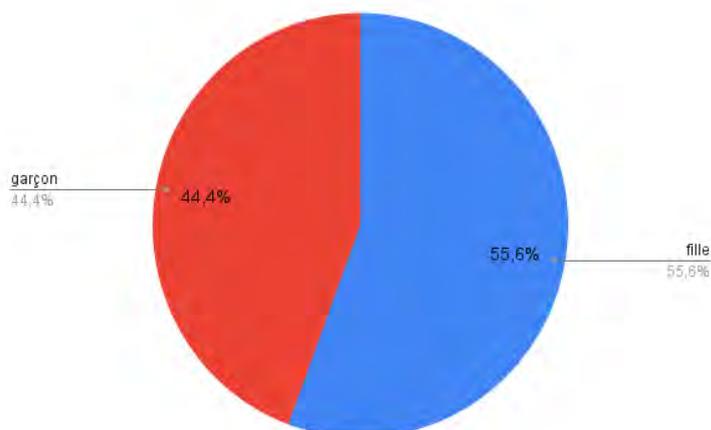
Questionnaire à destination des élèves

Du 3 octobre 2024 au 12 mars 2025 : 26 questions / 157 réponses

Âge : de 11 à 15 ans

Sexe :

- 85 filles (55,6%)
- 70 garçons (44,4%)

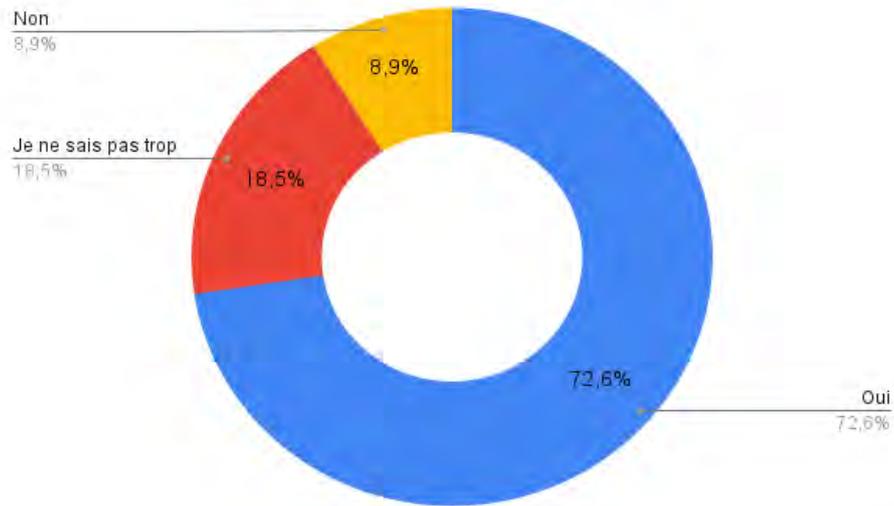


Collèges :

- Camille Saint-Saëns, Chaumont
- Louise Michel, Chaumont
- Oudinot, Chaumont
- Collège de Colombey-les-Deux-Églises
- Sacré-Cœur Jeanne Mance, Langres
- Montmorency, Bourbonne-les-Bains
- Henry Vincenot, Chalindrey
- Les Vignes du Crey, Prauthoy
- Les Trois Provinces, Fayl-Billot
- Camille Flammarion, Val-de-Meuse
- Joseph Cressot, Joinville
- René Rollin, Chevillon
- Estic, Saint-Dizier
- Anne Frank, Saint-Dizier
- Luis Ortiz, Saint-Dizier

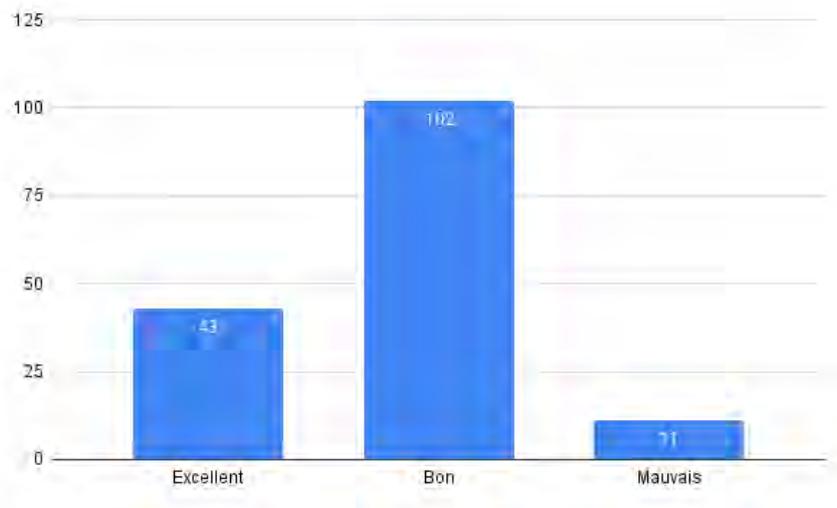
Est-ce que tu te sens en forme ?

157 réponses



Je dirais que mon moral est :

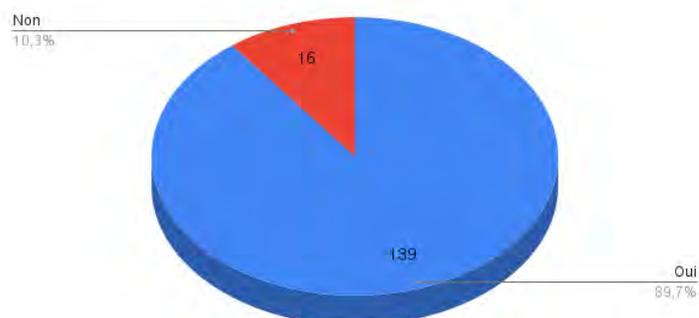
156 réponses



Je me sens bien dans ma classe :

156 réponses

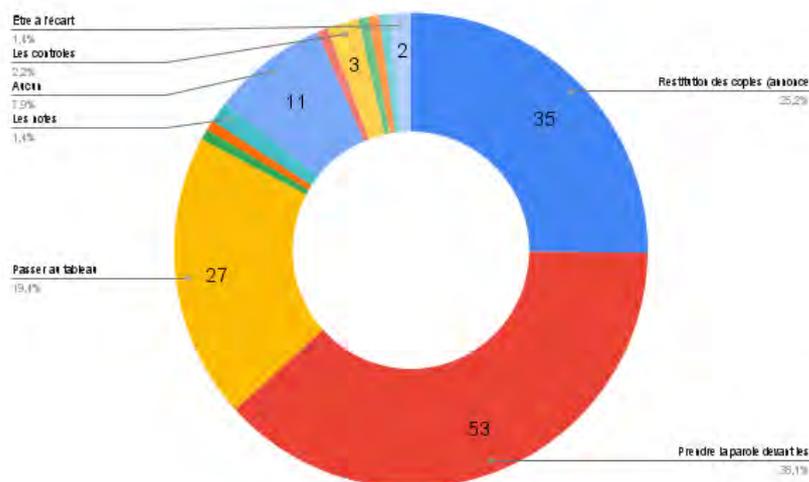
- Oui : 139 (89,7%)
- Non : 16 (10,3%)



Quels sont les moments les plus anxiogènes pour toi au collège ?

144 réponses

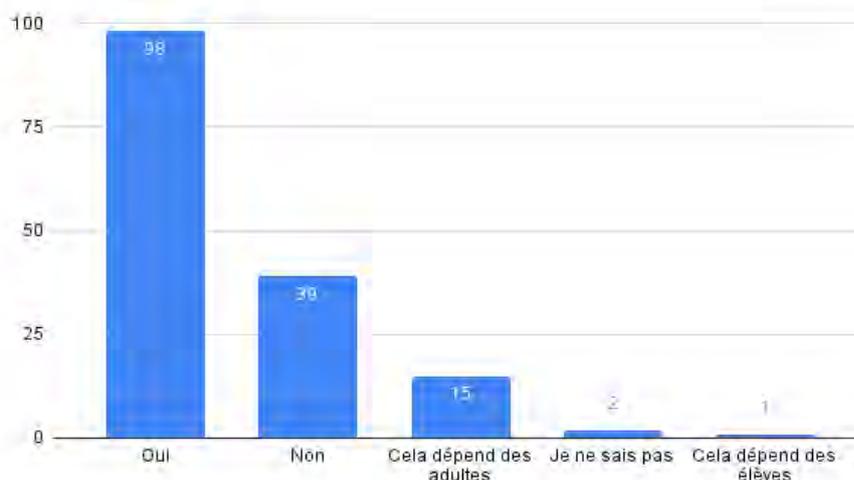
1. Prendre la parole devant les autres : 53 (38,1%)
2. Restitution des copies (annonce des notes à toute la classe) : 35 (25,2%)
3. Passer au tableau : 27 (19,4%)
4. Aucun : 11 (7,9%)
5. Les contrôles : 3 (2,2%)
6. Être à l'écart : 2 (1,4%)
7. Autres ...



Est-ce que d'après toi les adultes du collège prennent soin du bien-être des élèves ?

155 réponses

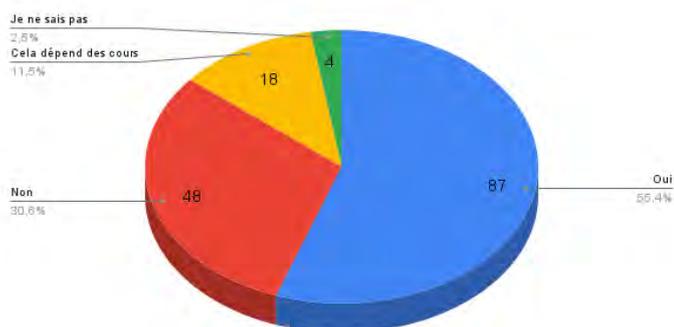
- Oui : 98 (63,2%)
- Non : 39 (25,2%)
- Cela dépend des adultes : 15 (9,7%)
- Je ne sais pas : 2 (1,8%)
- Cela dépend des élèves : 1 (0,1%)



Est-ce que l'ambiance de la classe te permet d'apprendre facilement ?

157 réponses

- Oui : 87 (55,4%)
- Non : 48 (30,6%)
- Cela dépend des cours : 18 (11,5%)
- Je ne sais pas : 4 (2,5%)



Comment imagines-tu le cours idéal ?

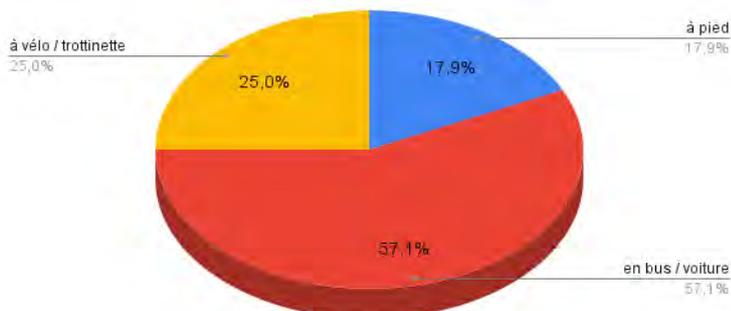
126 réponses

- Des cours ludiques et interactifs ;
- Un cours dans le calme, avec du respect mutuel et de la bienveillance ;
- Un cours sans bavardage et perturbations ;
- Un cours sans jugement où tout le monde est attentif et respectueux ;
- Les élèves et les professeurs sont à l'écoute les uns des autres ;
- Apprendre plein de choses dans une bonne ambiance paisible et avec des élèves motivés et actifs ;
- Un cours où on apprend autrement que par l'écrit, où on apprend en s'amusant en utilisant différents moyens (vidéos, jeux, etc.) pour mieux comprendre ;
- Un cours où les professeurs adaptent leurs explications à tous les élèves ;
- Travail en petits groupes que nous pouvons choisir nous-mêmes ;
- Des cours avec de la pratique (travaux manuels, survie, conseils pratiques pour la vie de tous les jours) ;
- Des cours avec plus d'activités sportives et créatives ;
- Un cours plus libre comme en Allemagne ou dans les pays scandinaves, où on peut se mettre debout et là où on veut pour travailler ;
- Un cours plus décontracté où on peut dessiner, se lever, rigoler ;
- Des cours sans évaluations et devoirs ;
- Un cours où on peut parler sans avoir de mot dans le carnet ;
- Des cours avec un meilleur rythme : commencer plus tard le matin et terminer plus tôt le soir ;
- Apprendre des langues autrement en pratiquant davantage l'oral.

Comment aimerais-tu aller au collège ?

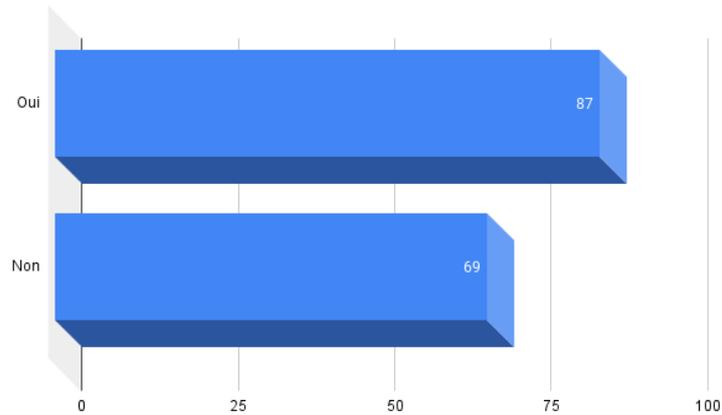
156 réponses

- En bus / voiture : 57,1%
- À vélo / trottinette : 25%
- À pied : 17,9%



Penses-tu que les espaces scolaires (salles de classe, cour, gymnase) sont suffisamment confortables (matériel, chauffage, mobilier) ?

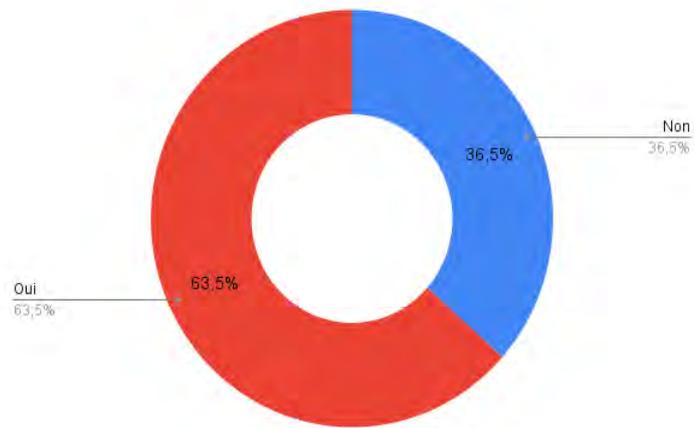
156 réponses



Ton collège dispose-t-il d'espaces pour te détendre ?

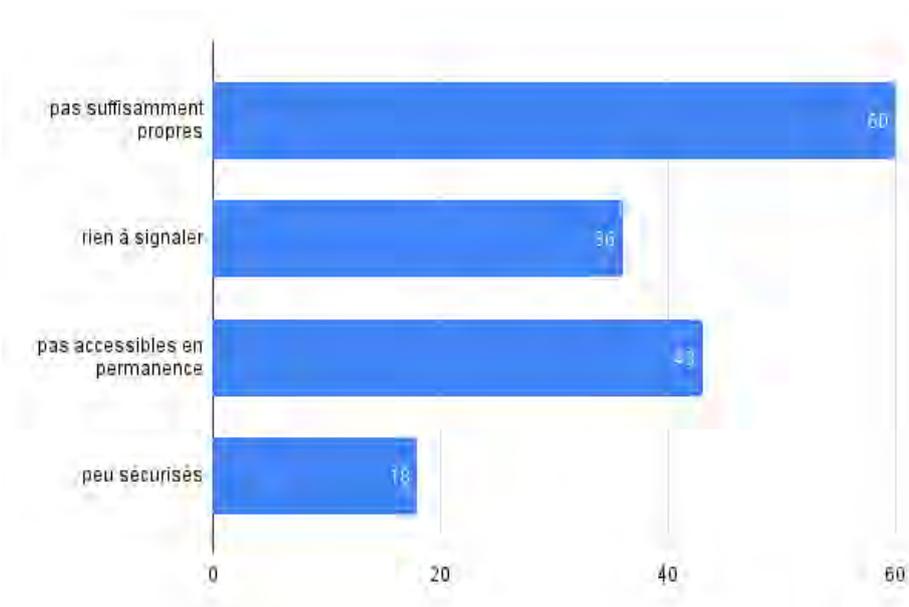
156 réponses

- Oui : 99 (63,7%)
- Non : 57 (36,5%)



Comment sont les toilettes de ton établissement ?

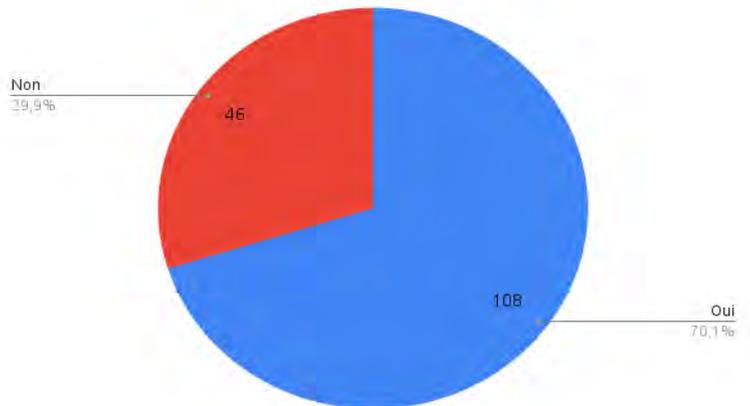
157 réponses



Est-ce que chacun peut s'exprimer librement et te sens-tu écouté ?

154 réponses

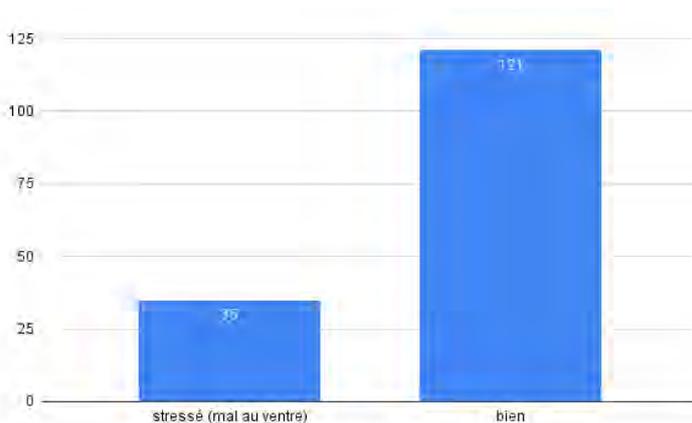
- Oui : 108 (70,1%)
- Non : 46 (29,9%)



Comment te sens-tu avant d'aller au collège ?

156 réponses

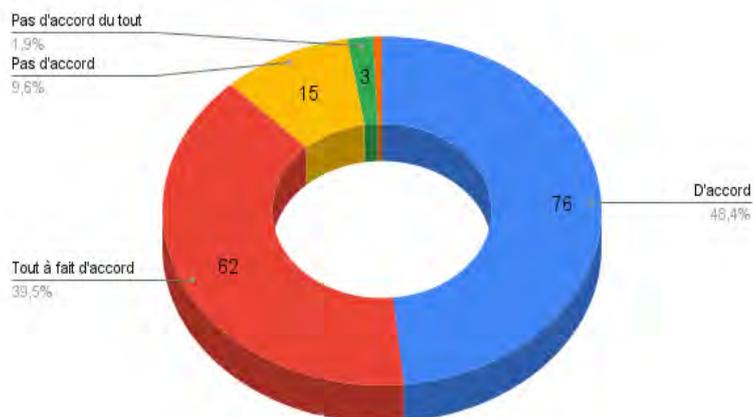
- Bien : 121 (77,6%)
- Stressé (mal au ventre) : 35 (22,4%)



Je me sens en sécurité sur le trajet entre chez moi et le collège :

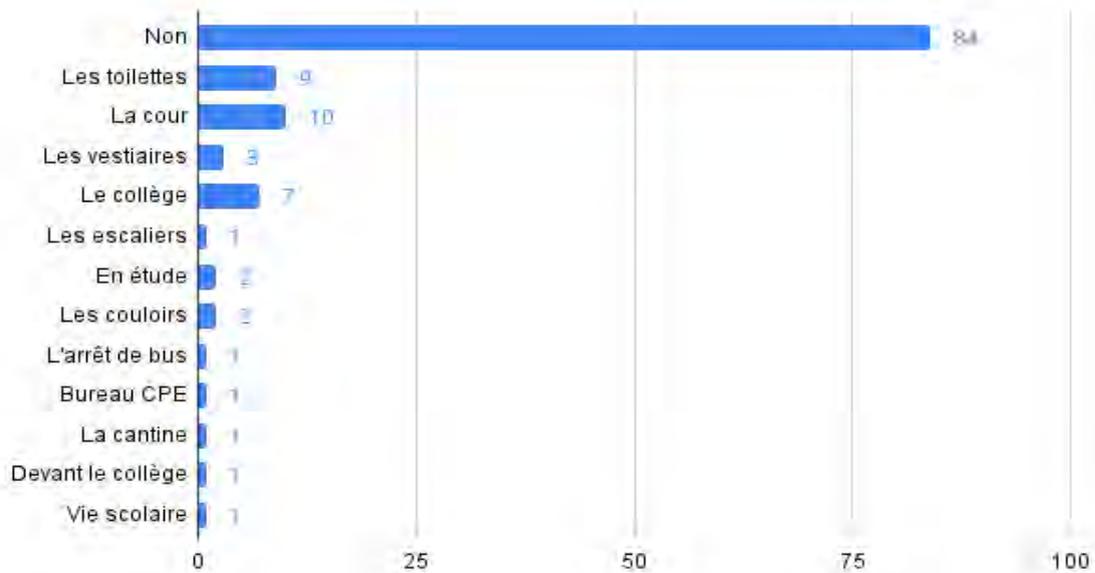
157 réponses

- D'accord : 76 (48,4%)
- Tout à fait d'accord : 62 (39,5%)
- Pas d'accord : 15 (9,6%)
- Pas d'accord du tout : 3 (1,9%)



Y a-t-il un endroit dans le collège où tu ne te sens pas en sécurité ?

123 réponses



Est-ce que les conflits sont gérés rapidement ?

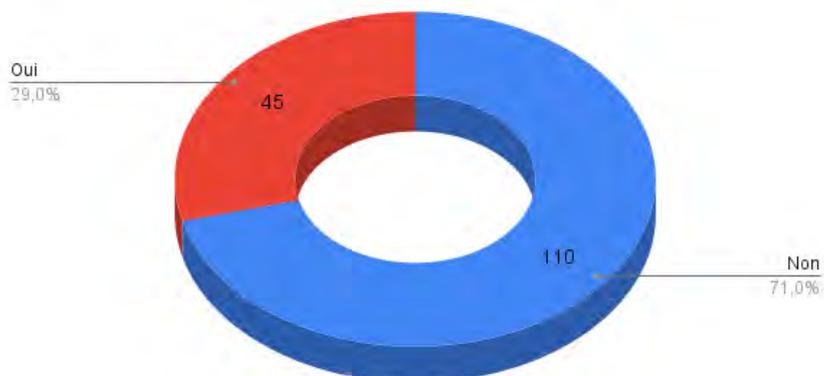
154 réponses

- Oui : 96 (62,3 %)
- Non : 58 (37,7 %)

As-tu déjà été victime de harcèlement ?

155 réponses

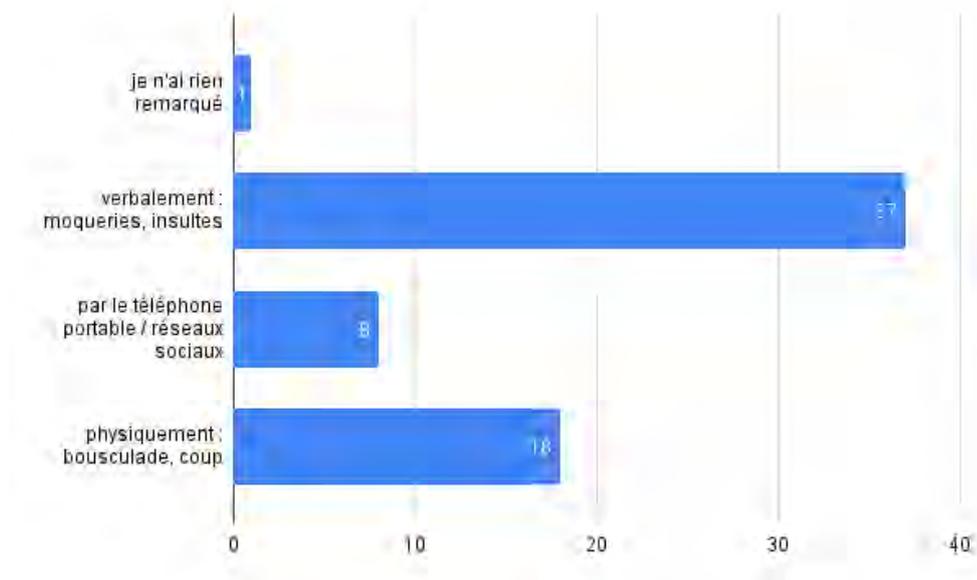
- Non : 110 (71%)
- Oui : 45 (29%)



Si oui, quel type d'harcèlement as-tu subi ?

64 réponses

- Verbalement : moqueries, insultes : 37 (57,8%)
- Physiquement : bousculade, coup : 18 (28,1%)
- Par le téléphone portable /réseaux sociaux : 8 (12,5%)
- Je n'ai rien remarqué : 1(1,6%)

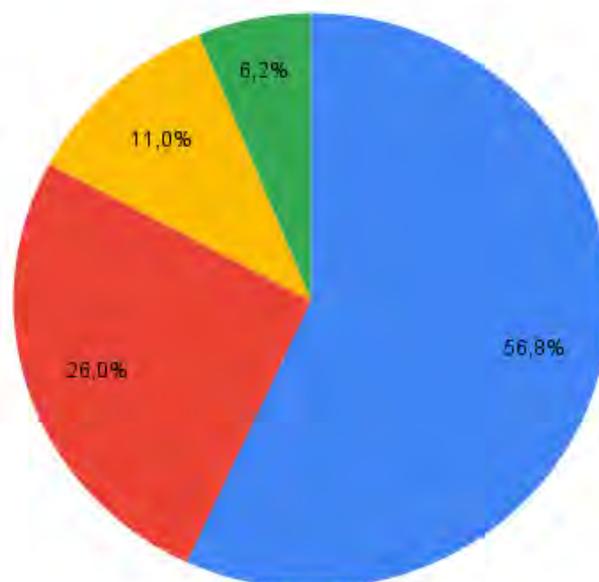


As-tu déjà vu quelqu'un se faire harceler ?

146 réponses

- Je n'ai rien remarqué : 83 (56,8%)
- Verbalement : moqueries, insultes : 38 (26%)
- Physiquement : bousculades, coup : 16 (11%)
- Par téléphone portable / réseaux sociaux : 9 (6,2%)

- je n'ai rien remarqué
- verbalement : moqueries, insultes
- physiquement : bousculade, coup
- par le téléphone portable / réseaux sociaux



Sais-tu à qui parler en cas de besoin ?

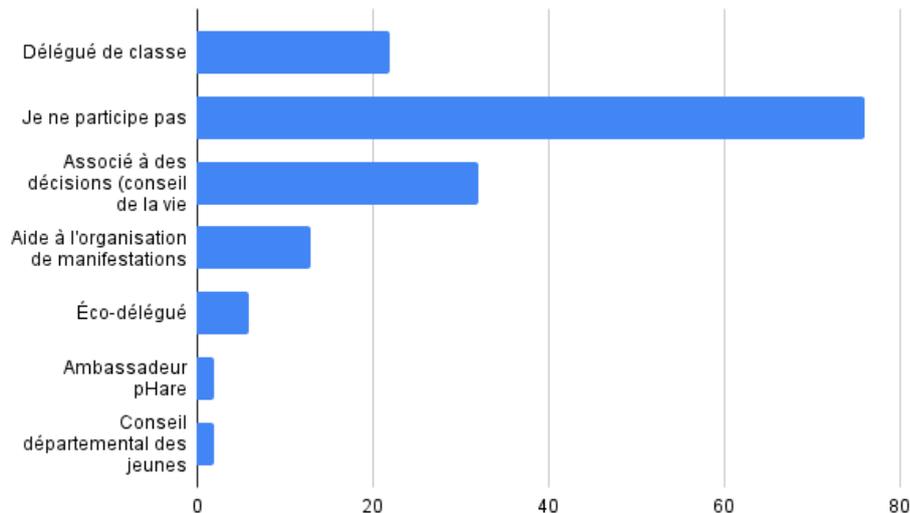
153 réponses

- Oui : 142 (92,8%)
- Non : 11 (7,2%)

Comment participes-tu à la vie de l'établissement ?

153 réponses

- Je ne participe pas : 76 (49,7%)
- Associé à des décisions (conseil de la vie collégienne, conseil de classe, etc.) : 32 (20,9%)
- Délégué de classe : 22 (14,4%)
- Aide à l'organisation de manifestations : 13 (8,5%)
- Éco-délégué : 6 (3,9%)
- Ambassadeur pHare : 2 (1,3%)
- Conseil départemental des jeunes : 2 (1,3%)



Que proposes-tu pour améliorer le bien-être au collège ? 119 réponses

Quel serait d'après toi le collège idéal : rythme scolaire, cours, activités, aménagement d'espaces ?

121 réponses

(Réponses regroupées, les résultats étaient similaires)

- Un collège sans violence (bagarres, disputes, harcèlement) ;
- Des sanctions plus sévères à destination des élèves harceleurs, et ceux qui ne respectent pas le règlement du collège ;
- Se respecter mutuellement ;
- Des personnels à l'écoute qui aident à résoudre les problèmes ;
- Des enseignants plus attentionnés ;
- Des surveillants plus agréables et plus réactifs lorsqu'il y a un problème ;
- Avoir une infirmière en permanence au sein du collège ;
- Créer des boîtes anonymes pour confier ses problèmes et se sentir moins seul ;
- Aider à améliorer la santé mentale des élèves ;

- Impliquer les élèves dans les décisions les concernant : les aménagements des bâtiments et de la cour, la proposition des menus à la cantine, les activités, les sorties et les évaluations ;
- Mettre en place l'uniforme pour éviter les moqueries et effacer les différences sociales ;
- Alléger les cartables.

Aménagements :

- Mobilier plus confortable et adapté ;
- Des canapés, des poufs dans le CDI, de la musique en études et 5 minutes de plus à chaque pause pendant chaque cours ;
- Des espaces de détente et des jeux ;
- Plus de bancs dans la cour (à l'ombre et au soleil), plus de végétation ;
- Un collège mieux aménagé et équipé pour les activités sportives ;
- Des paniers de basket, cages de but, tyroliennes ;
- Toilettes accessibles pour tous en permanence, propres et sécurisées ;
- Pouvoir se mettre au chaud (en hiver), à l'abri (en cas de pluie) ou au frais (en été) pendant les récréations ;
- Chauffage dans les gymnases ;
- Mettre des horloges dans les classes ;
- Mettre en place des distributeurs de fruits bio et des fontaines à eau.

Cours, pauses et activités :

- Avoir des cours plus ludiques et plus de pauses afin de pouvoir mieux se concentrer ;
- Réduire ou supprimer les devoirs pour permettre de pratiquer des activités sportives et artistiques et se reposer ;
- Modifier le rythme scolaire, avoir des journées moins chargées pour avoir le temps de se reposer et de faire d'autres activités (9h30-15h30).
- Ne plus avoir deux heures de suite la même matière pour rester concentrer et mieux apprendre.
- Un emploi du temps mieux organisé pour éviter de rester en permanence entre les cours et pouvoir rentrer plus tôt ;
- Supprimer la notation pour rendre les cours moins stressants ;
- S'inspirer d'Allemagne, des Pays-Bas et des pays scandinaves pour le rythme scolaire, plus adapté au bien-être des élèves ;
- Avoir au moins une heure pour le déjeuner ;
- Proposer une alternative végétarienne pour chaque repas à base de viande dans les cantines.
- Avoir des cours en extérieur pour varier et mieux apprendre ;
- Des activités pendant la récréation : clubs (échecs, jeux de société, yoga, théâtre, etc.)
- Proposer des activités en extérieur pour améliorer la cohésion de la classe (pique-nique, jeux d'orientation, courses) ;
- Il faudrait proposer plus souvent des activités extra scolaires (cinéma, spectacles, expositions, patinoire, etc.) ;
- Des cours pratiques qui nous apprennent à mieux se débrouiller dans la vie de tous les jours, des activités plus diversifiées et des salles mieux organisées.
- Des petites formations pour apprendre à gérer son argent et ses dépenses.



Propositions des Conseillers jeunes à destination des Chefs d'établissement

Propositions des Conseillers jeunes à destination des Chefs d'établissement

Le bien-être avant tout : faire du collège un lieu accueillant

Pendant leur mandat, les conseillers départementaux jeunes ont travaillé sur de nombreux supports : livres, site internet.... Ci-dessous, la compilation de deux années de recherches passées sur la thématique du bien-être au collège.

Leur monde idéal : des élèves heureux d'aller au collège, des enseignants contents de retrouver leurs classes, des relations bienveillantes au sein de l'établissement. Ils rêvent à une éducation positive reposant sur la bienveillance, l'encouragement, la relation de confiance entre élèves et enseignants.

Ils souhaiteraient placer la « joie d'apprendre » au cœur du projet d'établissement.

Ils aspirent à être considérés comme des êtres humains qu'il faut écouter, avec des besoins et un rythme à respecter.

La réussite scolaire et le bien-être au collège sont étroitement liés, tous en sont convaincus !

Qu'est-ce que le bien-être au collège ?

- Le respect des droits fondamentaux des élèves : le droit d'être protégé contre toute forme de discrimination, le droit à la liberté d'information, le droit d'expression et de participation.
- Le respect et la satisfaction de ses besoins psychologiques fondamentaux : sécurité, appartenance, reconnaissance, écoute, estime, justice, réalisation du soi ;
- Donner l'envie de venir au collège et l'envie d'apprendre
- Donner la possibilité aux élèves de participer véritablement à la prise de décision au collège.
- Un environnement accueillant où chacun au collège se sent soutenu et en confiance (des clubs, où les élèves peuvent aborder les questions qui les concernent.
- Mettre les élèves à égalité face aux attentes de travail personnel
- Aider chaque élève à trouver sa voie en sortant du collège
- Développer les échanges avec les écoles et les associations partenaires
- Mieux communiquer à destination des élèves et les familles
- Ouvrir le collège aux familles

Inscription du bien-être dans le projet de l'établissement : les propositions des élèves

- **Donner la possibilité à tous les membres de la communauté scolaire de participer véritablement à la prise de décision au collège.**
Comment ? En organisant des consultations, des enquêtes d'opinion et des référendums, en constituant des parlements d'élèves, des groupes de réflexion, en organisant des séances de rétroaction en classe sur les activités pédagogiques et en donnant la possibilité aux élèves de choisir des enseignements et des méthodes pédagogiques.
- **Créer un environnement accueillant où chacun au collège se sente soutenu et en confiance**
Comment ? En proposant des activités, des clubs, et des associations où les élèves peuvent aborder les questions qui les concernent, notamment celles de la santé.
- **Réduire l'anxiété des élèves liée aux examens et aux contrôles en introduisant des formes d'évaluation moins stressantes**
Comment ? Par la mise en place d'évaluations par les pairs par exemple, et en associant les élèves à l'identification de leurs propres besoins en la matière.

- Elargir **les méthodes pédagogiques favorisant la création d'un climat positif en classe et le bien-être** par un apprentissage coopératif, des méthodes axées sur l'élève, de l'autogestion du temps, des activités extérieures.
- Introduire **des méthodes de gestion des conflits et des approches du harcèlement mises en œuvre par les élèves eux-mêmes** : médiation par les pairs, justice réparatrice.
- **Travailler en collaboration avec les parents** pour améliorer les résultats et la motivation des élèves, sur des questions comme une alimentation saine, une utilisation sûre d'internet et la communication entre la maison et le collège.

1. L'ORGANISATION SPATIALE POUR AMELIORER LE BIEN-ETRE SCOLAIRE

Faire des collèges des lieux adaptés aux changements climatiques et durables, performants et confortables, privilégiant les ressources renouvelables (panneaux solaires, récupérateurs d'eau de pluie, etc.), les élèves ont des pistes à soumettre.

Un rapport parlementaire de 2023, montre que **seuls 14 % des bâtiments scolaires répondent aux normes basse consommation**. Les aménagements des espaces éducatifs favorisant le bien-être et un environnement apaisé seraient également à prioriser (traitement phonique, espaces de repli, agrément visuel, aménagement et entretien des toilettes, etc.)

- 92% des collèges n'ont pas une température des salles adaptée
- 75% des collèges n'ont pas suffisamment de luminosité dans leurs salles
- 55% des collèges ont des salles mal insonorisées



Comment faire ?

- **Impliquer tous les acteurs dans les réflexions sur l'aménagement des espaces pour permettre à chacun de se les approprier**
 - ➔ Projets de fresques collectives et de décoration
- **Mettre en place des espaces dédiés au bien-être des élèves et des espaces dédiés au bien-être des personnels :**

À l'extérieur :

- Aménager des pistes cyclables aux abords des collèges afin de renforcer les mobilités douces et actives.
- Végétaliser les cours des collèges permettrait notamment d'apporter ombrage et fraîcheur pour améliorer le confort thermique, la qualité de l'air et de désimperméabiliser les sols « cours

Oasis ». Plantations d'arbres, toitures et murs végétalisés, jardins pédagogiques, vergers, cabanes végétales, composts pédagogiques, installation de ruchers, etc.

- Des espaces, avec du mobilier adapté, dédiés à la détente et au repos des élèves et du personnel (transats, mobilier de jardin), ou dédiés au jeu, à l'expression artistique.

Dans les salles de classe :

- **Réinventer la salle de classe** : prévoir au sein des espaces collectifs, des modalités permettant aux élèves qui le souhaitent de se mettre en retrait du groupe pour un travail individuel : paravents, casques anti-bruit, salle avec isolation phonique. Avoir la possibilité de laisser des affaires dans les salles.
- **Salles libre-service / polyvalentes** : les collégiens ont accès à une salle dans laquelle ils peuvent travailler sur leurs projets, leurs devoirs et peuvent également accéder à des outils comme des tablettes ou ordinateurs pour effectuer leurs recherches. Certains collégiens pourraient ainsi proposer leurs services pour aider d'autres dans des matières spécifiques.
Des CDI ouverts sur l'extérieur avec des terrasses aménagées pour l'enseignement.

Autres espaces :

- **Aménager un espace** dédié aux rencontres entre parents, enseignants et autres acteurs éducatifs, ouvert et accessible sur les heures scolaires et en dehors de celles-ci.
- Installer des **distributeurs** (produits bio et locaux) : fruits, gâteaux, jus de fruits, eau.
- **Toilettes** sécurisés et accessibles en permanence. Aménagement et entretien régulier, mise en place de distributeurs de protections hygiéniques. Des récupérateurs d'eau peuvent être utilisés pour alimenter les sanitaires.

Dimension expérimentale :

- **Attribuer une salle de cours à chaque classe** pour répondre **aux contraintes de flux** en limitant la circulation des élèves (par la suppression des sonneries en début et fin de séquences). Cet **ancrage spatial** permet aux élèves de **s'appropriier le collège et de susciter un sentiment d'appartenance**. Lorsque la salle n'est pas utilisée pour un cours, les élèves peuvent s'y rendre en autonomie. Ces salles permettent de développer le travail disciplinaire partagé et le travail interdisciplinaire, et de rendre les élèves plus autonomes.

2. LA RESTAURATION SCOLAIRE

Mission : sensibiliser les collégiens à la notion de plaisir tout autant qu'à la compréhension de leurs besoins nutritionnels et à une alimentation durable et responsable. Plusieurs pistes fléchées :



- Permettre aux élèves de connaître le chemin « du champ à l'assiette » et d'améliorer la cohérence entre la composition des repas et les enjeux de la transition écologique : proximité des approvisionnements, compréhension de la saisonnalité, lien avec les agriculteurs, qualité nutritionnelle et promotion de la filière biologique, empreinte carbone des livraisons... pour agir autant sur le volet production / fabrication que sur la consommation.
- La conception des menus en collaboration avec les collégiens.
- Proposer une alternative végétarienne quotidienne.
- Prendre conscience que le déjeuner a un réel impact sur le bien-être et sur les apprentissages scolaires des élèves.
- Assurer un temps raisonnable pour que les élèves puissent déjeuner en toute quiétude.
- Proposer des ateliers nutrition pour sensibiliser les élèves et les familles à une alimentation saine et équilibrée.
- Proposer des concours de cuisine « chefs en herbe », avec une finale inter-collèges, afin d'éduquer les collégiens au « bien manger » dans le respect d'un développement durable et de susciter leur intérêt pour les métiers de la gastronomie.
- Mettre en place l'« **assiette unique** » pour éviter le gaspillage alimentaire et responsabiliser les élèves. Chaque élève a droit à une seule assiette vide pour tout le repas, qu'il remplit lui-même, autant de fois qu'il le souhaite à condition de la terminer. Et pour éviter de se servir uniquement en pâtes ou en frites, le personnel incite les élèves à se servir des légumes.
- Meilleure organisation de l'accueil (calme, réduire le bruit et l'attente, convivialité entre les élèves et les adultes).

3. TRANSPORTS SCOLAIRES - MOBILITE PROPRE POUR TOUS

Développer une alternative fiable aux carburants traditionnels, particulièrement adaptée aux bus en investissant dans des transports scolaires plus écologiques. Remplacer le parc d'autocars avec des véhicules motorisés au bioéthanol ou biogaz (BioGNV).



4. ORGANISATION TEMPORELLE : LES TEMPS DE PAUSE ET ACTIVITES

Quelques résultats d'études sur la durée du temps de pause (hors repas) : France (9,18%), Royaume-Uni (15,73%) Finlande (19,36%).



La pause méridienne constitue un enjeu d'éducation à la santé et d'égalité socio-spatiale.

- Prévoir des lieux d'accueil des élèves pour les temps de pause.
- Proposer systématiquement des activités variées pendant la pause méridienne : activités sportives, culturelles, créatives, de relaxation, etc. en veillant à l'inclusion des élèves et aux besoins éducatifs particuliers.
- Mettre en place des clubs : ateliers théâtre, DIY, débats sur des thèmes d'actualité, yoga, gestion du stress, sophrologie, trico, etc.
- Organiser des concours : chanson, dessins, etc.
- Silence, on lit !
- Organiser des débats et des échanges sur des sujets d'actualité une fois par mois.
- Prévoir des activités partagées entre élèves et enseignants.
- Proposer des ateliers du développement de l'estime de soi : ces actions permettraient aux collégiens de s'exprimer sur leur ressenti, leurs émotions ; d'acquérir et d'exercer son esprit critique ; de valoriser les compétences des élèves.
-

Améliorer les rythmes scolaires

- Suivre le modèle scandinave : les élèves pourraient sortir plus tôt l'après-midi, aux alentours de 15h, (moins de congés l'été). Cette gestion optimale du temps, permettrait la mise en place d'ateliers créatifs et/ou sportifs l'après-midi et occasionnerait moins de fatigue chez les élèves.
- Alternier des cours classiques et ludiques pour une meilleure concertation.

Le plein-air : activités pédagogiques

L'enseignement en plein air a un impact positif sur le sommeil et l'attention : les élèves sont à la fois plus actifs, plus concentrés, plus motivés et plus calmes.

- Développer la pratique de « Classe Dehors » : plus d'interactions en classe, d'activité physique, de plaisir, d'autodétermination.

Exemples :

- **Walk and talk** : une balade de 45 min dans les environs de l'établissement
- **Come on out** : 3h-5h par jour à l'extérieur

5. LE SPORT ET LE BIEN-ETRE

La pratique sportive régulière permet l'épanouissement de chacun. Elle contribue à l'apprentissage de l'esprit d'équipe, au goût de la coopération, au respect des règles, comme à l'estime de soi et des autres, la confiance en soi. Elle améliore également l'hygiène de vie et permet ainsi de prévenir les conduites addictives. Le dépassement de soi permet de susciter chez les élèves le goût de l'effort indispensable à la réussite de tout parcours scolaire et professionnel.

→ Activités sportives

L'organisation d'évènements sportifs intra et inter-collège peut stimuler l'enthousiasme des élèves pour le sport, favoriser la compétition saine et renforcer le sentiment d'appartenance à la communauté scolaire.

- Proposer des activités physiques variées pour répondre aux goûts et aux besoins des élèves.
- Privilégier les activités physiques qui favorisent la détente et la relaxation, comme le yoga et la natation.
- Encourager les pauses actives entre les cours pour permettre aux élèves de se défouler et de se détendre.
- Réunir différents collèves autour des activités sportives de pleine nature (run and bike, kayak, biathlon, paddle, etc.)

6. L'APPRENTISSAGE PAR L'EXPERIENCE

- **Mettre en place des échanges avec des établissements scolaires à l'étranger** : enrichir sa culture, améliorer les connaissances linguistiques, améliorer l'estime de soi, créer un réseau relationnel.
- **Davantage de cours pratiques, manuels** afin de préparer les élèves à gérer leur future vie quotidienne d'adulte : travail du bois, couture, cuisine, ménage, lessive, etc.



7. FAIRE DECOUVRIR LES COULISSES DE L'ENTREPRISE

- Organiser des stages professionnels dès la 4^e tous les six mois afin de pouvoir découvrir plus de métiers possibles et faciliter l'orientation des collégiens.
- Rencontrer des professionnels de tous les secteurs dans toutes les classes de collège avec des interventions adaptées à chaque niveau.
- Ouvrir sur l'univers entrepreneurial et au monde du travail à proximité de l'établissement scolaire. Les élèves peuvent aller à la rencontre d'entreprises et d'associations locales. Une sensibilisation aux métiers par les Chambres de métiers et d'artisanat, de commerce et d'industrie.
- Prévoir des ateliers de préparation d'une lettre de motivation et de présentation orale.

8. LA VALORISATION PLUTOT QUE LA PRESSION !

Les retours positifs plus importants que les notes

- Mettre en avant tout ce qui a été bien fait au lieu de pointer les erreurs pour donner confiance et aider les élèves à progresser.
- Plutôt que de considérer qu'une notion ou une compétence n'est pas acquise, on estime qu'elle ne l'est pas encore. Savoir que l'on peut s'améliorer engage sur la voie de la réussite.
- Encouragements et félicitations mais aussi un bilan afin d'aider les élèves à mesurer l'avancée de leurs connaissances.
- Autoriser le droit à l'erreur.

9. ACCOMPAGNEMENT DES ELEVES

- Mise en place de formation à la gestion des conflits entre pairs
- Séances de sophrologie
- Organisation de séjours
- Ateliers : SOS Maths, lecture, chorale, sciences, échecs, théâtre, sieste contée, concours d'éloquence, journalisme.
- La mise en place du parrainage des 6^e par les 3^e
 - Des élèves de 3^e deviennent des référents pour les plus jeunes
 - Permet aux 6^e de mieux s'adapter à leur nouvel environnement scolaire
 - Soutien scolaire
 - Réduire le harcèlement
 - Améliorer le climat scolaire et relations entre les élèves de différentes classes



10. RENFORCER LES LIENS ENTRE LES ACTEURS AU SEIN DU COLLEGE (PERSONNELS, ELEVES, FAMILLES)

- **La collaboration collège-familles constitue un levier essentiel pour la réussite et le bien-être des élèves et de l'ensemble de la communauté éducative.**

-> permettre une bonne compréhension du fonctionnement de l'établissement et offrir des possibilités de collaboration et coopération.

- **Renforcer le sentiment d'appartenance : un élément clé du bien-être des élèves.**

Les élèves sont plus susceptibles de se sentir en sécurité, de s'engager dans les activités scolaires, d'avoir de bonnes relations avec leurs pairs et les enseignants et de réussir leur scolarité. L'appartenance peut être développée par l'encouragement à la participation des élèves (leur proposer de prendre des décisions).

- Organiser des événements pour tous les acteurs du collège : fête de fin d'année, marché de Noël, soirées thématiques, atelier cuisine, etc.
- Mettre en place un projet de cohésion de groupe – ex. 4 Maisons (inspiré de Harry Potter)
- Adresser une Newsletter aux parents afin de les informer des activités, des événements et le déroulé de la semaine (rédigé par les élèves et les personnels).
- Proposer une course intergénérationnelle.
- Proposer de défis entre différentes classes et niveaux.
- Relations avec les parents : la mise à disposition d'un **espace parents ; temps d'échanges réguliers avec les familles** (café des parents, temps conviviaux type spectacles, journées à thème, sport du mardi soir, formations à Pronote).

11. ENQUETES ET CHIFFRES CLES SUR LA SANTE MENTALE DES JEUNES

- **Des comportements perturbateurs plus fréquents en France qu'ailleurs pendant les cours**

- Globalement, **les élèves français disent bien ou tout à fait bien apprendre dans leur classe : 90% pour le collège.**
- Les enquêtes Pisa 2018 et 2022 mettent en lumière **des comportements perturbateurs pendant ce temps de classe.**
- Les enquêtes Pisa estiment que **la peur qu'ont les élèves d'échouer peut influencer leur motivation et leur comportement.** Cette **peur de l'échec se retrouve au moment des évaluations.** En 2023, le Cnesco avait montré que **l'évaluation est une source de stress pour un élève sur deux.**

- L'enquête PISA : programme international de l'OCDE pour le suivi des acquis des élèves (PISA) évalue la qualité, l'équité et l'efficacité des systèmes d'éducation.

- Plus de 50 % des élèves français sont très tendus quand ils ont un devoir de mathématiques
- 65 % estiment a priori qu'ils vont avoir des difficultés
- 73 % estiment a priori qu'ils vont avoir des mauvaises notes
- 43 % se sentent perdus contre 30 % dans les autres pays de l'OCDE

- **L'étude nationale sur le bien-être des enfants, Enabee,** réalisée en 2022 en France métropolitaine sous la responsabilité de Santé publique France montre notamment que :

- 13% des enfants de 6 à 11 ans présentent un trouble probable de santé mentale ;
- la prévalence du trouble émotionnel probable (troubles anxieux ou dépressifs) est plus élevée chez les filles alors que celle des troubles du comportement probable (trouble oppositionnel et trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité) est plus élevée chez les garçons.

- **Selon l'enquête EnCLASS 2022** (enquête nationale en collège et en lycée chez les adolescents sur la santé et les substances, coordonnée par l'école des hautes études en santé publique (EHESP) et l'observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT) :
 - 59% des collégiens et 51% des lycéens présentent un bon niveau de bien-être mental ;
 - le vécu scolaire se dégrade de manière globale au cours du secondaire, plus particulièrement pendant les années de collège et davantage pour les filles que pour les garçons ;
 - au collège comme au lycée, les filles sont trois fois plus nombreuses que les garçons en fréquence à se trouver beaucoup stressées par le travail scolaire (29,8 % des filles contre 10,8 % des garçons au collège, 42,1 % des filles contre 14,8 % des garçons au lycée) ;
- **Faits et chiffres**
 - Environ 60 % des élèves indiquent être très tendus quand ils étudient.
 - Un peu plus de 60 % de filles et 40 % de garçons se disent très angoissés avant un contrôle, même s'ils se sont bien préparés.
 - Plus de 70% des parents déclarent qu'ils choisiraient d'envoyer leurs enfants dans un établissement scolaire dont les résultats aux examens sont inférieurs à la moyenne si leurs enfants y sont heureux.





Haute Marne

Conseil départemental des Jeunes

haute-marne.fr