

Berne Liebefeld, le 15 juin 2017

# **Analyse des besoins relatifs à des mesures visant à promouvoir la santé psychique dans le domaine de l'éducation**

## **Rapport de synthèse**

Barbara Bonetti  
Cornelia Conrad  
Dagmar Costantini  
Élisabeth Holdener  
Marine Jordan  
Doris Kunz Heim  
Marion Zinniker  
Andrea Zumbrunn

## Remerciements

Nous tenons à remercier tous ceux qui ont participé à la réalisation de ce projet, en particulier, les directrices et directeurs d'école et le personnel enseignant qui ont rempli le questionnaire en ligne ainsi que les responsables au niveau national et cantonal qui ont accepté de répondre à un entretien téléphonique. Les données qu'ils nous ont communiquées ont permis de préciser les offres et les activités visant à promouvoir la santé psychique dans les écoles. Nous adressons également nos remerciements à éducation+santé Réseau Suisse, à l'Office fédéral de la santé publique et à la Haute école pédagogique de la Haute école spécialisée du nord-ouest de la Suisse pour le soutien apporté à cette étude.

## Impressum

---

Renseignements :	Doris Kunz Heim, tél. 056 202 79 42 <a href="mailto:doris.kunz@fhnw.ch">doris.kunz@fhnw.ch</a>
Rédaction :	Barbara Bonetti Cornelia Conrad Dagmar Costantini Élisabeth Holdener Marine Jordan Doris Kunz Heim Marion Zinniker Andrea Zumbrunn
Commande :	<a href="https://www.bildungundgesundheit.ch/français/produits/">https://www.bildungundgesundheit.ch/français/produits/</a>
Copyright :	© éducation+santé Réseau Suisse (OFSP)
Référence bibliographique :	Bonetti, B. et al. (2017). <i>Analyse des besoins relatifs à des mesures visant à promouvoir la santé psychique dans le domaine de l'éducation – Rapport de synthèse</i> . Berne Liebefeld : éducation+santé Réseau Suisse, Office fédéral de la santé publique

---

## Objet de la recherche, structure du projet et contexte

Le projet consacré à l'analyse des besoins relatifs à des mesures visant à promouvoir la santé psychique dans le domaine de l'éducation (*Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich*, BPGB) pose la question centrale suivante :

Est-il nécessaire de prendre des mesures dans le cadre de l'école obligatoire en Suisse pour promouvoir la santé psychique des élèves et des enseignants et, si oui, lesquelles ?

Trois projets partiels ont été réalisés pour y répondre.

Le projet partiel n° 1 se fonde sur une recherche détaillée effectuée dans la littérature spécialisée. Il établit ce que l'on sait de la santé psychique des enfants, des adolescents ainsi que des enseignants et quelle est la fréquence des troubles psychiques dans ces groupes de population. Il présente également les facteurs de risque et de protection de troubles psychiques mentionnés dans la littérature spécialisée. Enfin, il expose les mesures de prévention pouvant être mises en œuvre dans les écoles et les conditions nécessaires à leur réussite.

Le projet partiel n° 2 s'interroge sur les offres et les activités dont disposent les écoles pour promouvoir la santé psychique des élèves et des enseignants et sur les besoins en la matière des services cantonaux spécialisés. Au moyen d'une recherche sur Internet, et à l'aide de critères d'inclusion et d'exclusion définis au préalable, des activités et des offres appropriées ont été identifiées au niveau du pays, des cantons et des régions linguistiques. Des entretiens téléphoniques ont permis de préciser et de compléter les données.

Le projet partiel n° 3 aborde la problématique sous l'angle des écoles : il s'agissait de savoir quels sont les défis qui se posent aux écoles dans le domaine de la promotion de la santé psychique, quelles sont les offres et les activités mises en œuvre par elles et quels sont leurs besoins. Ce projet partiel a été réalisé au moyen d'une enquête en ligne effectuée auprès d'un échantillon représentatif de 448 directeurs d'école primaire en Suisse. 189 responsables d'établissement (42,2 %) ont répondu personnellement au questionnaire ou ont demandé à un de leurs collaborateurs en charge des questions de santé d'y répondre.

Le projet s'inscrit dans la stratégie globale « Santé2020 » du Conseil fédéral. Le projet Dialogue sur la santé psychique a été réalisé dans le cadre de cette stratégie. Le groupe de projet, dans lequel étaient représentés l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), la Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS) et la fondation Promotion Santé Suisse, a élaboré un rapport en collaboration avec des partenaires externes. Ce rapport dresse un état des lieux de la situation et pointe les mesures nécessaires pour ce qui est du développement des structures existantes, de la coordination entre les acteurs et de la mise en œuvre de mesures (Bürli, Amstad, Duetz Schmucki & Schibli (2015)<sup>1</sup>. Le présent projet décrit la situation prévalant dans ce domaine dans le cadre de l'école obligatoire en Suisse.

Ce projet a été réalisé par un groupe de travail composé de membres d'éducation+santé Réseau Suisse et de l'OFSP :

Dagmar Costantini	Direction du programme éducation+santé réseau Suisse, OFSP, Berne Liebefeld
Barbara Bonetti	Forum per la promozione della salute nella scuola, Bellinzona
Cornelia Conrad Élisabeth Holdener Marine Jordan	RADIX Fondation suisse pour la santé, Écoles en santé, Lucerne et Lausanne

<sup>1</sup> Santé psychique en Suisse. État des lieux et champs d'action. Rapport sur mandat du Dialogue Politique nationale de la santé. Berne : Office fédéral de la santé publique ([Lien](#))

Doris Kunz Heim Marion Zinniker Andrea Zumbrunn	Haute école spécialisée du nord-ouest de la Suisse, centre de compétence RessourcenPlus R+, Brugg-Windisch et Olten
-------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Vue d'ensemble des rapports partiels du projet

Les résultats du projet sont publiés sous la forme de quatre rapports partiels. Il s'agit de documents séparés disponibles en ligne.

### Rapport de synthèse

Le premier rapport partiel, appelé rapport de synthèse, décrit succinctement le projet et son contexte et résume les résultats des trois projets partiels. Ce document contient également les principaux résultats du projet, donc la réponse à la question de savoir s'il est nécessaire de prendre des mesures dans le cadre de l'école obligatoire en Suisse pour promouvoir la santé psychique des élèves et des enseignants.

### Rapport concernant le projet partiel n° 1 (PP 1)

Ce rapport contient les résultats du projet partiel n° 1 ; il traite de prévalence, de prévention et des mesures existantes destinées à promouvoir la santé psychique dans les écoles<sup>2</sup>.

### Rapport concernant le projet partiel n° 2 (PP 2)

Ce rapport contient les résultats du projet partiel n° 2 ; il traite des offres et des activités visant à promouvoir la santé psychique en Suisse et des besoins en la matière du point de vue des services cantonaux spécialisés<sup>3</sup>.

### Rapport concernant le projet partiel n° 3 (PP 3)

Ce rapport contient les résultats du projet partiel n° 3 ; il dresse un état des lieux de la situation et analyse les besoins en matière de promotion de la santé psychique dans les écoles suisses<sup>4</sup>.

---

<sup>2</sup> Zinniker, M. & Kunz Heim, D (2017). *Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich (BPGB) - Bericht Teilprojekt 1. Prävalenz, Prävention und bestehende Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit in Schulen*. Berne Liebefeld : éducation+santé Réseau Suisse, Office fédéral de la santé publique

<sup>3</sup> Holdener, É., Conrad Zschaber, C. & Jordan, M. (2017). *Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich (BPGB) - Bericht Teilprojekt 2. Angebote und Aktivitäten zur Förderung der Psychischen Gesundheit in der Schweiz und Bedürfniserhebung diesbezüglich aus Sicht von kantonalen Fachstellen*. Berne Liebefeld : éducation+santé Réseau Suisse, Office fédéral de la santé publique

<sup>4</sup> Zumbrunn, A., Zinniker, M. & Kunz Heim, D (2017). *Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich (BPGB) - Bericht Teilprojekt 3. Situationsanalyse und Bedürfniserhebung hinsichtlich der Förderung von Psychischer Gesundheit an Schweizer Schulen*. Berne Liebefeld : éducation+santé Réseau Suisse, Office fédéral de la santé publique

# Rapport de synthèse

## Sommaire

1 Introduction .....	6
2. Résumé des rapports partiels.....	7
2.1 Résumé du rapport consacré au projet partiel n° 1.....	7
2.1.1 Partie A : enfants et adolescents .....	7
2.1.2 Partie B : personnel enseignant et directions d'école .....	8
2.2 Principales données du rapport consacré au projet partiel n° 2.....	10
2.2.1 Niveau national / régions linguistiques .....	10
2.2.2 Niveau cantonal.....	12
2.3 Résumé du rapport consacré au projet partiel n° 3.....	14
3. Synthèse : principaux résultats du projet .....	17
3.1 Introduction.....	17
3.2 Compréhension des notions en jeu et bases de connaissances .....	18
3.2.1 Mettre au point une compréhension commune des notions en jeu .....	18
3.2.2 Développer une offre de formation continue pour le personnel enseignant .....	18
3.3 Élèves.....	18
3.3.1 Développer les offres et les activités de qualité à tous les degrés du système scolaire .....	19
3.3.2 Développer les compétences personnelles .....	19
3.3.3 Sensibiliser aux symptômes de troubles anxieux et d'autres troubles intériorisés .....	20
3.3.4 Appliquer à la santé psychique les procédures de détection et d'intervention précoces .....	20
3.3.5 Optimiser les offres de conseil .....	21
3.3.6 Améliorer la collaboration avec les services spécialisés .....	21
3.3.7 Améliorer l'information sur les offres .....	22
3.4 Personnel enseignant.....	22
3.4.1 Favoriser la coopération intercantonale en matière de promotion de la santé du personnel enseignant.....	22
3.4.2 Mettre en œuvre dans les écoles la promotion de la santé en entreprise .....	23
3.5 Facteurs de succès et pierres d'achoppement dans la mise en œuvre.....	24
3.5.1 Tenir compte des conditions requises pour la réussite des programmes.....	24
3.5.2 Minimiser les freins à la mise en œuvre.....	24

## 1 Introduction

Le présent rapport de synthèse comprend, d'abord, un résumé des trois rapports partiels rédigés dans le cadre du projet consacré à l'analyse des besoins relatifs à des mesures visant à promouvoir la santé psychique dans le domaine de l'éducation. Ensuite, il présente les résultats du projet sous la forme de treize recommandations élaborées sur la base de ces rapports partiels, qui répondent à la question centrale du projet, à savoir : est-il nécessaire de prendre des mesures dans le cadre de l'école obligatoire en Suisse pour promouvoir la santé psychique des élèves et des enseignants et, si oui, lesquelles ?

## 2. Résumé des rapports partiels

### 2.1 Résumé du rapport consacré au projet partiel n° 1

#### Prévalence, prévention et mesures existantes destinées à promouvoir la santé psychique dans les écoles

Ce projet partiel a pour objectif d'établir, sur la base de la littérature spécialisée, ce que l'on sait de la promotion de la santé psychique dans les écoles. À cet effet, les auteurs ont effectué une recherche poussée incluant également les sources en ligne. Ce rapport partiel traite cinq problématiques : d'abord, la manière dont les ouvrages de référence définissent des concepts majeurs, ensuite, les données existantes sur la fréquence des troubles psychiques chez les enfants et les adolescents, d'une part, et, d'autre part, chez le personnel enseignant et les directeurs d'établissement. Il met également en évidence les facteurs de risque et de protection de troubles psychiques ainsi que les mesures de prévention existantes et leur impact. Enfin, il présente les résultats sur les perspectives et les besoins des écoles déjà mentionnés dans la littérature spécialisée.

#### 2.1.1 Partie A : enfants et adolescents

Le bien-être et les troubles psychiques sont des notions importantes dans le domaine de la promotion de la santé psychique à l'école.

La santé psychique peut être définie comme étant la capacité à se réjouir des aspects positifs de l'existence, à participer à la vie en société et à résister aux aléas de la vie. Le bien-être à l'école désigne un état psychique dans lequel les émotions et les attitudes positives face aux activités scolaires et aux personnes que l'on rencontre dans ce cadre priment les émotions négatives.

Les troubles psychiques entravent la participation à la vie sociale, qui s'accompagne d'une souffrance pour la personne concernée. Ils s'expriment au niveau émotionnel et cognitif et à travers le comportement.

Les données relatives à la fréquence des troubles psychiques chez les enfants et les adolescents ne sont pas uniformes :

- Environ 10 % des enfants et des adolescents présentent des troubles anxieux.
- 5 à 7 % d'entre eux souffrent de troubles du comportement social, p. ex., de troubles dyssociaux et agressifs.
- Environ 5 % d'entre eux souffrent de troubles hyperkinétiques.
- Les données concernant les dépressions fluctuent considérablement, variant entre 1 et 6 %.
- Entre 2 et 4 % des enfants et des adolescents présentent des troubles compulsifs.
- 0,7 % d'entre eux ont un comportement auto-agressif, 0,5 % présentent des troubles de l'alimentation et environ 1 %, une psychose de type schizophrénique.

Entre 8 et 50 % des enfants qui présentent un trouble psychique ne reçoivent pas de traitement adéquat ou une aide adaptée.

L'école doit arriver à détecter d'autres symptômes et comportements, car ceux-ci peuvent être l'expression d'un trouble psychique et nuire au bien-être des élèves et à leur participation active aux cours :

- Entre 15 et 20 % des enfants et des adolescents subissent des violences et sont victimes de harcèlement scolaire. Dans 3 à 6 % des cas, on soupçonne un comportement agressif installé.
- Environ 27 % des garçons et 23 % des filles se sont enivrés au cours des 30 jours qui ont précédé l'enquête et 30 % des garçons et 19 % des filles âgés de moins de 15 ans ont déjà consommé du cannabis.

- Les maux de tête figurent parmi les troubles psycho-affectifs les plus souvent mentionnés. 30 % des jeunes souffrent de maux de tête une fois par semaine (maux de ventre 23 %, maux de dos 15 %).

La littérature spécialisée décrit trois mesures visant à promouvoir la santé psychique à l'école :

#### **a) Les programmes de prévention des troubles psychiques**

Ces programmes ont un effet nettement plus marqué en cas de troubles intériorisés. Ils s'avèrent efficaces surtout lorsqu'ils sont mis en œuvre dans le cadre de l'enseignement habituel, lorsqu'ils contiennent à la fois des aspects généraux et des aspects ciblés et lorsqu'ils associent des intervenants appropriés de l'environnement des élèves. Par ailleurs, les enseignants doivent posséder la spécialisation nécessaire à cet effet.

#### **b) L'enseignement général**

Les cours peuvent être propices au développement de la santé psychique lorsque les élèves effectuent des apprentissages différenciés, qu'ils ont la possibilité de travailler à leur rythme et que les enseignants ne s'attachent pas uniquement aux aptitudes cognitives, mais accordent également de l'importance aux aspects émotionnels et encouragent les élèves dans ce domaine.

#### **c) L'intervention précoce**

En exploitant l'intervention précoce et les entretiens de bilan scolaire également dans une optique de prévention des troubles psychiques, les enseignants, en collaboration avec les médiateurs scolaires (Schulsozialarbeit, servizio di sostegno pedagogico), peuvent contribuer de manière déterminante à la santé psychique des élèves.

La littérature spécialisée décrit également les points de vue et les besoins des enseignants. Selon une étude réalisée aux États-Unis, plus de 75 % des enseignants déclarent être confrontés à des comportements perturbateurs, à des problèmes d'inattention et d'hyperactivité, à des comportements inadéquats, à des facteurs de stress familiaux (p. ex., décès d'un parent ou divorce), à des conflits entre pairs, à des comportements agressifs, à des troubles anxieux ou à des situations de harcèlement.

Dans le cadre d'un sondage effectué en ville de Zurich, les personnes interrogées ont estimé que la situation est inquiétante et que des mesures doivent être prises pour protéger et promouvoir la santé psychique des élèves. S'agissant des services spécialisés externes, elles ont déclaré ne pas savoir exactement à qui s'adresser lorsqu'un enfant a un comportement inadapté.

Par ailleurs, elles pensent que l'intervention précoce est un modèle efficace pour détecter des problèmes psychosociaux, à la condition que la collaboration avec les services spécialisés externes soit clairement précisée et le personnel scolaire sensibilisé à cette démarche.

### **2.1.2 Partie B : personnel enseignant et directions d'école**

Les troubles psychiques constituent les pathologies les plus fréquentes à l'âge adulte. Les données disponibles à ce sujet varient, passant d'environ 31 à 38 % pour la prévalence sur un an. En Suisse, les données correspondantes oscillent entre 17 et 18 %. Les jeunes adultes souffrent plus fréquemment de troubles psychiques que les personnes plus âgées, et les femmes plus souvent que les hommes. Les troubles les plus fréquents sont les troubles anxieux (15,8 %), suivis des troubles de l'humeur et des dépressions (14,1 % au total), puis des troubles psychosomatiques (4,7 %). Environ 1 % de la population suisse adulte présente des troubles de type psychotique ou des troubles de la personnalité.

Il n'existe pas d'informations spécifiques sur la fréquence des troubles psychiques parmi le personnel enseignant et les directeurs d'établissement scolaire, juste des données (recensées sur le syndrome de burn-out) sur la fréquence de conséquences dommageables pour la santé liées à des sollicitations professionnelles. Selon différentes études, entre 20 et 30 % des enseignants et 12 à 36 % des directeurs d'établissement ont connu un épisode de burn-out.



Les enseignants et les directeurs d'école considèrent que la réduction de la charge de travail et la mise en place de ressources supplémentaires constituent des mesures permettant de prévenir les conséquences négatives des sollicitations professionnelles. À cet égard, il faut tenir compte à la fois du niveau individuel (prévention comportementale) et d'autres niveaux, comme l'institution scolaire et le système éducatif (prévention structurelle). Les ressources importantes au niveau comportemental sont des compétences professionnelles spécifiques et le sentiment d'efficacité personnelle qui en découle. Au niveau de l'institution, ce sont les ressources sociales qui importent, comme un soutien mutuel et l'échange d'expériences, qu'elles soient positives ou négatives. Une organisation rationnelle de l'école ainsi que des salles de cours et des locaux de fonction suffisamment vastes et conviviaux constituent elles aussi des mesures importantes. Enfin, toujours au niveau structurel, une approche orientée vers la santé de la part des supérieurs hiérarchiques est un élément déterminant.

## 2.2 Principales données du rapport consacré au projet partiel n° 2

### Offres et activités visant à promouvoir la santé psychique en Suisse et besoins en la matière du point de vue de services cantonaux spécialisés

Ce projet partiel fournit une vue d'ensemble des offres et des activités proposées dans le cadre scolaire, par des acteurs nationaux et au niveau de région linguistique comme aussi par les cantons, aux enfants, aux adolescents et aux collaborateurs des écoles. Il s'efforce également de recenser les besoins en la matière du point de vue des cantons.

Les données de ce rapport ont été collectées en deux temps. D'abord, nous avons effectué des recherches poussées sur Internet, puis nous avons conduit des entretiens semi-dirigés avec un certain nombre de prestataires de projets et les responsables cantonaux afin de compléter les données, obtenir des informations supplémentaires et recenser les besoins au niveau cantonal. Les résultats qui suivent doivent être interprétés avec prudence car, en dépit d'une recherche sur Internet minutieuse, il se peut que des sources importantes aient échappé à notre attention.

Étant donné qu'il n'existe pas de critères précis pour définir ce qu'est une offre ou une activité de santé psychique, le groupe de travail a tout d'abord délimité les éléments à recenser, puis il a arrêté des critères d'inclusion et d'exclusion à appliquer. Ces critères ont été repris dans l'analyse.

Les *offres* désignent des programmes, des projets, des offres de conseil ou des mesures. Dans la suite de ce rapport, les offres couvrent tous ces termes. Les *activités* se distinguent des offres par leur temporalité. Une activité n'a pas de caractère durable ; elle est généralement ponctuelle.

### 2.2.1 Niveau national / régions linguistiques

#### Offres et activités au niveau national / régions linguistiques

À l'appui des recherches effectuées sur Internet et des critères d'inclusion et d'exclusion arrêtés par le groupe de travail, nous avons identifié N=39 offres et activités au niveau national / des régions linguistiques, soit 33 à l'intention des enfants et des adolescents et 6 à l'intention des collaborateurs des écoles. Signalons à ce propos qu'il s'agit d'une présentation faite par les prestataires eux-mêmes et qu'une offre proposée à l'échelle nationale n'est pas forcément mise en œuvre intégralement dans toutes les régions linguistiques du pays.

La destination géographique des offres et des activités est la suivante :

- 13 offres ou activités s'adressent à la Suisse alémanique,
- 10 offres ou activités s'adressent à la Suisse romande,
- 8 offres ou activités s'adressent à l'ensemble de la Suisse,
- 7 offres ou activités s'adressent à la Suisse alémanique et à la Suisse romande,
- 1 offre ou activité s'adresse à la Suisse romande et à la Suisse italienne.

Les 33 offres ou activités à l'intention des enfants et des adolescents se répartissent comme suit entre les groupes cibles :

- 14 offres ou activités s'adressent à tous les degrés,
- 12 offres ou activités s'adressent au secondaire I,
- 6 offres ou activités s'adressent à l'école enfantine et au degré primaire,
- 1 offre ou activité s'adresse exclusivement à l'école enfantine.

Les 20 offres et 13 activités à l'intention des enfants et des adolescents relèvent des domaines suivants (rattachement possible à plusieurs domaines) :

- 21 relèvent du comportement,
- 9 relèvent du comportement et de la dimension structurelle,
- 3 relèvent uniquement de la dimension structurelle,
- 25 relèvent de la promotion de la santé et de la prévention,
- 4 relèvent de l'intervention précoce,
- 4 relèvent de la sensibilisation et de la déstigmatisation.

Les 33 offres à l'intention des enfants et des adolescents portent sur les thèmes suivants (rattachement possible à plusieurs thèmes) :

- 14 violence
- 8 harcèlement
- 7 addiction
- 4 suicide
- 4 alimentation
- 3 activité physique

Relevons que les offres et les activités traitent principalement d'une thématique, en particulier au secondaire I. Les offres ne correspondant pas spécifiquement à une problématique, comme le développement des compétences personnelles, ont rarement été citées.

Les 33 offres à l'intention des enfants et des adolescents portent sur les compétences suivantes, la plupart pouvant englober plusieurs thèmes :

- 16 gestion des conflits
- 14 développement de la compétence sociale
- 9 perception de soi
- 8 développement de facteurs psychosociaux
- 8 empathie
- 6 santé psychique / maladie
- 6 pensée créative
- 6 gestion des sentiments
- 6 gestion du stress
- 4 efficacité personnelle
- 4 aptitude à résoudre des conflits
- 3 aptitude à décider
- 4 compétences relationnelles
- 3 aptitude à communiquer
- 2 résilience
- 2 esprit critique
- 1 qualité de l'attention

## **Résultats des entretiens relatifs aux offres et aux activités au niveau national / régions linguistiques**

Des entretiens ont été menés avec 18 personnes. Ils ont non seulement permis d'obtenir des informations complémentaires, mais ont aussi mis en évidence qu'il est prévu d'étendre plusieurs projets à d'autres degrés. Les offres qui, selon leurs prestataires, sont proposées pour l'ensemble de la Suisse n'apparaissent pas toutes sur le site Internet en italien et ne sont donc pas disponibles dans cette région linguistique.

Les personnes interrogées sont favorables à la mise en œuvre de nouvelles offres ou au développement d'offres existantes. Elles considèrent que les offres les plus prometteuses sont celles qui forment des multiplicateurs (enfants, adolescents ou enseignants) ou qui permettent aux enfants et aux adolescents de faire valoir des thèmes qui les concernent. Par ailleurs, elles estiment important que les offres figurent dans le programme scolaire, que les enseignants acquièrent les compétences leur permettant de les réaliser et que ceux-ci ne soient pas uniquement formés sur le plan théorique.

### **2.2.2 Niveau cantonal**

#### **Offres et activités au niveau cantonal**

À l'appui des recherches effectuées sur Internet et des critères d'inclusion et d'exclusion arrêtés par le groupe de travail, nous avons identifié N=206 offres ou activités proposées par les cantons, soit 140 à l'intention des enfants et des adolescents et 74 à l'intention des collaborateurs des établissements scolaires.

Les 140 offres ou activités à l'intention des enfants et des adolescents s'adressent aux groupes cibles suivants :

- 62 offres ou activités sont destinées au secondaire I,
- 46 offres ou activités sont destinées à tous les degrés,
- 32 offres ou activités sont destinées à l'école enfantine et au degré primaire.

Les 70 offres et 70 activités à l'intention des enfants et des adolescents relèvent des domaines suivants (rattachement possible à plusieurs domaines) :

- 107 relèvent uniquement du comportement,
- 28 relèvent du comportement et de la dimension structurelle,
- 5 relèvent uniquement de la dimension structurelle,
- 129 relèvent de la promotion de la santé et de la prévention,
- 7 relèvent de l'intervention précoce,
- 4 relèvent de la sensibilisation et de la déstigmatisation.

#### **Offres et activités considérées comme nécessaires au niveau cantonal**

Des entretiens ont été menés avec 31 personnes. Ils ont non seulement permis d'obtenir des informations complémentaires, mais ont également mis en évidence l'importance que les personnes interrogées accordent aux intervenants scolaires et extra-scolaires qui assument des tâches dans le domaine de la promotion de la santé et de la prévention et qui, à ce titre, apportent une contribution précieuse à la promotion de la santé psychique. Il s'agit de professionnels internes à l'école ou rattachés à des services spécialisés externes.

S'agissant des offres à l'intention des enfants et des adolescents, les personnes interrogées ont mentionné qu'il y a lieu :

- d'exploiter, de renforcer et de compléter les offres existantes,
- de renforcer la communication, l'information et le transfert de connaissances,
- de développer la collaboration, les échanges et la coordination,
- de combler les lacunes et de répondre aux besoins dans certains domaines,
- de trouver des voies pour assurer (améliorer) l'accès aux écoles.

Les services cantonaux estiment qu'il n'y a pas lieu de créer de nouvelles offres, mais qu'il faut étoffer les offres existantes en y intégrant la dimension de la santé psychique ou les étendre à d'autres groupes cibles. Selon eux, les conditions générales de la promotion de la santé psychique dans le cadre scolaire devraient constituer des stratégies globales au niveau national et cantonal. Ils soulignent également qu'il est important d'ancrer les offres dans les structures scolaires, de disposer d'offres qui soient les plus adéquates possibles ou qui puissent être modulées et de pouvoir les rattacher aux plans d'études. Les services cantonaux considèrent que, pour aborder cette problématique de manière ciblée et conformément aux besoins, il faut développer la collaboration entre les intervenants à différents niveaux et améliorer la coordination.

S'agissant des besoins des collaborateurs au sein des écoles, les personnes interrogées ont estimé qu'il y a lieu (réponses de 17 cantons) :

- de promouvoir des offres de prévention du syndrome de burn-out et de renforcer le bien-être des enseignants (6 mentions),
- d'améliorer les synergies au niveau cantonal ou avec des structures proches de l'institution scolaire (4 mentions),
- plusieurs mesures ont également été citées isolément.

L'enquête met aussi clairement en évidence qu'en matière de santé psychique, les structures et les réseaux des cantons varient considérablement. Cette particularité doit être prise en considération lors de l'élaboration d'activités, de stratégies ou de recommandations.

## 2.3 Résumé du rapport consacré au projet partiel n° 3

### **Analyse de situation et recensement des besoins dans l'optique de promouvoir la santé psychique dans le système éducatif suisse**

Ce projet partiel a pour objectif de recenser dans quelle mesure les écoles en Suisse proposent des offres et des activités visant à promouvoir la santé psychique et quels sont leurs besoins en la matière.

Les données de ce rapport ont été collectées à l'aide d'un questionnaire en ligne adressé à un échantillon de 448 personnes. L'échantillon se devait d'être représentatif des trois cycles Harmos du système éducatif suisse (école enfantine à 2<sup>e</sup> année, 3<sup>e</sup> à 6<sup>e</sup> année, 7<sup>e</sup> à 9<sup>e</sup> année) et des différentes régions linguistiques. Le questionnaire a été adressé par courrier électronique aux directeurs d'établissement qui avaient le choix, soit de répondre eux-mêmes au questionnaire, soit de le transmettre à un collaborateur de l'établissement en charge de la santé à l'école. Seules 189 personnes ont rempli le questionnaire (taux de retour = 42,2 %). Vu le nombre relativement faible de réponses, il a fallu procéder à des corrections statistiques (pondérations). Ces résultats doivent toutefois être considérés avec prudence, en particulier ceux concernant les écarts entre les régions linguistiques et les différents degrés.

L'enquête comportait cinq questions principales. Les résultats présentés suivent le schéma des questions.

#### **Question n° 1**

##### **À quelles problématiques les écoles sont-elles confrontées dans le domaine de la santé psychique ?**

Plus de la moitié des personnes interrogées déclarent que les troubles de l'attention et de l'activité sont fréquents chez les élèves. Les moqueries et un contrôle déficient des émotions (p. ex., accès de colère) sont courants dans près d'un quart des établissements.

Entre 5 et 10 % des personnes interrogées déclarent que les problèmes émotionnels (nombreuses angoisses, sentiment d'être malheureux), les comportements qui attirent l'attention (être souvent seul, bagarres fréquentes) et les problèmes de santé (douleurs fréquentes) sont habituels dans leur école.

Il est intéressant de relever qu'entre 11 et 16 % des personnes interrogées n'ont pas pu répondre à la question portant sur les problèmes émotionnels et de santé. Cela indique vraisemblablement que l'intériorisation des difficultés est plus difficile à détecter que leur extériorisation. Cela s'explique certainement aussi par le fait que le processus d'intériorisation des difficultés est moins visible et qu'il n'appelle pas, ou alors de manière moins évidente, une intervention (p. ex., pas de perturbation du bon déroulement d'une leçon).

L'importance des problématiques varie de manière significative d'une région linguistique à une autre. Selon les personnes interrogées, sept problématiques sur neuf apparaissent beaucoup plus rarement en Suisse alémanique qu'en Suisse romande ou en Suisse italienne. Cette différence s'observe aussi bien pour l'intériorisation que pour l'extériorisation des problèmes.

#### **Question n° 2**

##### **Quelles sont les offres et les activités mises en œuvre par les écoles ? Quelles sont les expériences faites dans ce domaine ?**

Près de trois quarts des établissements consultés ont mis en œuvre au moins une offre ou une activité visant à renforcer la santé psychique au cours de l'année qui a précédé l'enquête, 38 % d'entre eux en ayant réalisé davantage. Le pourcentage des écoles qui proposent au moins une activité est nettement

plus faible en Suisse italienne (50 %). Les établissements appartenant au Réseau suisse d'écoles en santé<sup>5</sup> déclarent un nombre plus élevé d'activités et d'offres que les autres établissements.

Pour la majorité des offres et activités signalées, il s'agit de mesures développées au sein de l'établissement ou alors partiellement en collaboration avec des partenaires externes. Un cinquième environ des offres proposées par les écoles proviennent de prestataires externes. Une grande majorité des personnes interrogées se déclarent satisfaites des offres et activités mises en place pour promouvoir la santé psychique ; le questionnaire ne demandait pas expressément sur quoi portait la satisfaction.

### **Thèmes des activités et des offres dans les écoles**

Près d'un tiers des offres et des activités citées porte sur la *prévention comportementale*. On entend par là des mesures visant à améliorer la compétence relative à la santé des élèves. Ont souvent été annoncées des offres et des activités dans le domaine de la prévention de la violence et de l'acquisition de compétences dans la manière de gérer les conflits, mais aussi des mesures visant à promouvoir un poids corporel sain et l'éducation aux médias, qui peuvent avoir indirectement un impact sur la santé psychique (harcèlement et exclusion). Des offres et des activités *non* spécifiquement en rapport avec des problèmes ont plus rarement été mentionnées dans cette catégorie. En l'occurrence, il s'agit de mesures qui participent à une meilleure santé psychique sans toutefois faire référence à une problématique particulière (p. ex., amélioration de la confiance en soi). Des offres spécifiquement en rapport avec des maladies (p. ex., dépression) n'ont pas été mentionnées.

Un autre tiers des offres et des activités citées porte sur la *prévention structurelle*. Cette catégorie comprend des mesures en lien avec la vie quotidienne, le travail, le cadre scolaire et les apprentissages. Les mesures concernant la participation des élèves aux processus de décision et la solidarité ont moins souvent été annoncées.

Enfin, un cinquième des mesures citées renvoie à une troisième catégorie. Il s'agit des *offres et des programmes existants* provenant de fournisseurs externes, sélectionnés et appliqués par les écoles.

### **Aspects relevant des structures scolaires**

Pour ce qui est des *aspects relevant des structures scolaires*, l'enquête a notamment cherché à savoir dans quelle mesure la santé psychique figure dans les programmes et si l'intervention précoce est réglementée de manière formelle.

La santé psychique figure parmi les objectifs du programme scolaire de plus de la moitié des écoles consultées. D'après les personnes interrogées, environ 70 % des écoles comptent parmi leurs enseignants des personnes qui possèdent des connaissances parfois approfondies en matière de santé psychique. Cela a certainement un effet positif sur les activités déployées. Les écoles du degré secondaire peuvent s'appuyer bien plus souvent sur cette ressource que celles du degré primaire.

Quatre cinquièmes des écoles consultées déclarent que la manière de procéder face à des troubles psychiques est débattue en interne ; elle fait l'objet d'un document écrit dans seulement un tiers des établissements. Des procédures écrites de dépistage précoce de mises en danger et de risques potentiels existent nettement moins souvent dans le primaire que dans le secondaire.

La démarche d'intervention précoce montre des *différences fondamentales selon les régions linguistiques*. Il apparaît qu'en Suisse romande, les personnes interrogées pensent plus volontiers que le dépistage précoce des troubles psychiques relève de la compétence de professionnels rattachés à l'établissement scolaire, par exemple d'un médiateur social ou d'un infirmier scolaire, et non de celle des enseignants.

### **Question n° 3**

**De quel soutien les écoles bénéficient-elles pour la mise en œuvre d'offres et d'activités ?**

---

<sup>5</sup> Depuis le 21 mars 2017 : réseau d'écoles21 – réseau suisse d'écoles en santé et durables

Le questionnaire proposé faisait une distinction entre les structures de soutien internes et externes aux établissements. Les structures internes, comme les conseillers et les services de consultation, sont des ressources importantes pour la promotion de la santé psychique. Les structures existantes varient considérablement d'une région linguistique à l'autre. Alors qu'en Suisse alémanique, le soutien vient principalement des travailleurs sociaux en milieu scolaire, en Suisse romande, on a généralement affaire aux travailleurs ou médiateurs sociaux, ou aux infirmiers scolaires. Au Tessin, toutes les écoles peuvent solliciter l'aide du service pédagogique qui, à l'origine, intervenait uniquement pour des difficultés scolaires mais qui, aujourd'hui, effectue également de la médiation scolaire.

Les résultats de l'enquête montrent que 70 % des écoles suisses alémaniques et toutes les écoles de Suisse italienne consultées peuvent solliciter l'aide de services internes pour promouvoir la santé psychique, alors que le pourcentage correspondant n'est que de 44 en Suisse romande. Pour ce qui est de cette dernière, précisons que le questionnaire interrogeait uniquement sur le soutien apporté par des travailleurs sociaux, ce qui exclut les autres services scolaires et complique, par conséquent, les comparaisons entre les régions.

Concernant la coopération avec des services spécialisés externes, les écoles consultées mentionnent le plus souvent leurs contacts avec le service de psychologie scolaire (contacts fréquents pour 57 % des écoles). Étant donné que ce service a pour mission de conseiller et de proposer des traitements et qu'il ne s'occupe pas prioritairement de prévention et de promotion de la santé, il est probablement sollicité seulement à partir du moment où les problèmes et les risques sont avérés. Parmi les autres coopérations, les personnes interrogées indiquent, loin derrière le service de psychologie scolaire (contacts fréquents entre 21 % et 25 % des cas environ), la direction de l'instruction publique, le service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, l'autorité tutélaire, les services sociaux et le service médical scolaire. Il est frappant de constater que seulement 9,5 % des écoles consultées ont des contacts réguliers avec des centres de prévention des dépendances et que plus de 40 % d'entre elles déclarent n'avoir absolument aucun contact avec de type de services.

Environ 30 % des personnes interrogées souhaitent une meilleure collaboration avec les services spécialisés externes.

Une grande partie des écoles consultées est satisfaite des offres proposées par les prestataires externes. Deux tiers d'entre elles estiment que l'offre correspond aux besoins de l'école et que le nombre de projets consacrés à la promotion de la santé psychique est suffisant. Il n'en demeure pas moins qu'un quart des écoles consultées pense que la situation n'est pas satisfaisante ; il s'agit essentiellement d'établissements scolaires situés en Suisse romande et en Suisse italienne.

#### **Question n° 4**

##### **De l'avis des établissements scolaires, dans quels domaines faut-il des mesures ?**

Cinq propositions sur dix ont une haute importance pour 20 % des écoles consultées et une importance moyenne pour 30 à 40 % d'entre elles. Les trois premières positions sont occupées par des offres de conseil et de soutien pour les parents d'enfants présentant des troubles psychiques, des offres pour les enfants concernés et des offres pour le personnel enseignant en contact avec des élèves présentant des troubles psychiques. Les programmes de promotion des compétences personnelles de l'ensemble des élèves arrivent en quatrième position, suivis des offres de formation continue à l'intention des enseignants pour renforcer leurs compétences dans le domaine de l'intervention précoce. Les données qui ont été collectées ne permettent pas de savoir si ces besoins sont principalement dus à l'absence d'offres ou si les offres ne sont pas connues et sont, de ce fait, inexploitées. Reste que les besoins en matière de conseil et de soutien ainsi que de formation des parents sont plus élevés en Suisse romande et en Suisse italienne, bien que dans des proportions différentes, qu'en Suisse alémanique. Le besoin d'intervention est donc différent selon les régions linguistiques. L'impression qui prévaut est que, dans



les écoles suisses consultées, les besoins portent avant tout sur des offres en rapport avec des problèmes psychiques manifestes et que les besoins sont moins marqués à l'égard d'offres de prévention et de promotion de la santé.

#### **Question n° 5**

#### **D'après les écoles consultées, quels sont les freins à la mise en œuvre d'offres et d'activités ?**

Selon les personnes interrogées, l'argent n'est pas forcément, mais très souvent le problème, en particulier pour les écoles de Suisse romande et de Suisse italienne. Plus de la moitié des établissements font part de difficultés financières pour la réalisation d'offres de promotion de la santé psychique. Par ailleurs, pratiquement la moitié des personnes interrogées mentionne des problèmes organisationnels (p. ex., le manque de temps du fait du programme scolaire). Parmi les obstacles moins souvent cités, signalons des connaissances spécialisées insuffisantes (30 %, principalement parmi les enseignants du primaire) et le manque de personnel (25 %).

### **3. Synthèse : principaux résultats du projet**

#### **3.1 Introduction**

Le présent chapitre présente les résultats du projet dans son ensemble sous la forme de treize recommandations, lesquelles répondent à la question centrale du projet, à savoir :

Est-il nécessaire de prendre des mesures dans le cadre de l'école obligatoire en Suisse pour promouvoir la santé psychique des élèves et des enseignants et, si oui, lesquelles ?

Les recommandations exposées ici ont été élaborées sur la base des résultats des trois projets partiels, qui ont étudié les questions suivantes :

Projet partiel n° 1 : Que trouve-t-on dans la littérature spécialisée sur la santé psychique des enfants et des adolescents ainsi que des enseignants ?

Projet partiel n° 2 : Quelles offres et activités sont proposées aux écoles pour promouvoir la santé psychique ? Quels sont les besoins en la matière des services cantonaux spécialisés ?

Projet partiel n° 3 : Quels sont les défis auxquels les écoles font face en ce qui concerne la promotion de la santé psychique ? Quelles offres et activités mettent-elles en œuvre et quels sont leurs besoins dans ce domaine ?

En vue de l'élaboration des recommandations, les auteurs ont procédé à une analyse comparative des rapports des trois projets partiels et ils ont identifié des domaines dans lesquels il est nécessaire d'agir. Les recommandations s'articulent en trois parties : résumé des constats faits dans les trois projets partiels ; exposé des conclusions qu'il faut en tirer ; présentation des recommandations qui en découlent. Ces recommandations n'ont pas de destinataires spécifiques ; elles s'adressent à tous les acteurs pour qui il est judicieux de les appliquer et qui sont en mesure de le faire.

Les treize recommandations ont été regroupées dans quatre catégories : deux se rapportent à la compréhension des notions en jeu par les enseignants et les directeurs d'école et aux bases de connaissances qu'ils possèdent dans ce domaine ; sept recommandations concernent les élèves et deux recommandations, le personnel enseignant ; enfin, deux recommandations sont consacrées aux facteurs de succès et aux pierres d'achoppement dans la mise en œuvre d'offres et d'activités.

## 3.2 Compréhension des notions en jeu et bases de connaissances

### 3.2.1 Mettre au point une compréhension commune des notions en jeu

#### *Constats*

Les recherches effectuées dans la littérature spécialisée ont montré que le monde de l'éducation accorde de l'importance non seulement à la notion de santé psychique, mais aussi à la notion de bien-être (PP 1, chap. 2), et qu'en outre il n'y a pas de définition uniforme de la notion de troubles psychiques (PP 1, chap. 3).

Les prestataires au niveau national ou cantonal et les acteurs dans les écoles ont été priés d'indiquer, en répondant à des questions ouvertes, quelles offres et activités ils proposent et mettent en œuvre pour promouvoir la santé psychique. Les réponses mentionnent une grande variété de thèmes (PP 2, ch. 3.2) ainsi que des aspects dont le lien avec la santé psychique n'apparaît pas immédiatement (PP 3, ch. 4.4.4).

#### *Conclusions*

La définition des notions de *santé psychique* et de *troubles psychiques* est très floue, d'où la grande hétérogénéité des mesures prises pour promouvoir la santé psychique.

#### *Recommandations*

- Il convient de s'appuyer sur les rapports des projets partiels pour favoriser la mise au point, aux différents degrés du système scolaire, d'une conception, d'un langage et d'une attitude communs en ce qui concerne la santé psychique et les troubles psychiques. Cela inclut une compréhension commune des notions en jeu ainsi que des mesures pertinentes et efficaces pour l'école.

### 3.2.2 Développer une offre de formation continue pour le personnel enseignant

#### *Constats*

Le personnel enseignant n'a pas pour mission de diagnostiquer les troubles psychiques chez les élèves. Mais il peut apporter une précieuse contribution à la promotion de la santé psychique par la prévention et l'intervention précoce (PP 1, chap. 6).

Les personnes interrogées dans les écoles indiquent que les enseignants ont souvent de bonnes connaissances de base sur la santé psychique, mais manquent de connaissances approfondies, en particulier à l'école primaire (PP 3, ch. 4.5, « Lehrpersonen mit vertieftem Wissen »).

#### *Conclusions*

Le personnel enseignant, en particulier à l'école primaire, a besoin d'une formation continue ciblée pour approfondir ses connaissances sur la santé psychique, sachant que le déficit de connaissances pourrait concerner surtout les troubles intériorisés (lire aussi les recommandations sous le ch. 3.3.3).

#### *Recommandations*

- Il faut favoriser la formation du personnel enseignant dans le cadre des offres (p. ex., former un enseignant, qui retransmet les compétences à l'équipe).
- La formation de base et la formation continue des directeurs d'école et des enseignants doivent sensibiliser à la santé psychique (hautes écoles pédagogiques, formations continues proposées dans les établissements, réseautage, etc.).

## 3.3 Élèves

La promotion de la santé psychique des élèves était au centre des trois projets partiels, sur l'analyse desquels s'appuient les recommandations ci-après.

### 3.3.1 Développer les offres et les activités de qualité à tous les degrés du système scolaire

#### *Constats*

Dans la littérature spécialisée, l'augmentation des troubles psychiques parmi les enfants et les adolescents est contestée (PP 1, ch. 4.2). Dans le cadre de l'étude, environ 31 % des personnes interrogées dans les écoles primaires ont fait état d'une augmentation des problèmes (PP 3, ch. 4.2). Parallèlement, on a constaté que les écoles primaires proposaient moins d'offres et d'activités de promotion de la santé psychique que les écoles du secondaire I (PP 2, ch. 2.2.1 et 3.2.1). Selon les personnes interrogées au niveau cantonal, il est inutile de mettre au point de nouvelles offres ; il suffit de donner une plus grande visibilité aux offres existantes et, si nécessaire, de les étoffer (PP 2, ch. 3.3.3).

#### *Conclusions*

Les différences d'appréciation sur l'augmentation ou non de la fréquence des troubles psychiques parmi les enfants et les adolescents tiennent peut-être au fait que la sensibilisation accrue ou la plus grande fréquence des situations de stress dans la vie scolaire quotidienne accroissent la vigilance par rapport aux symptômes potentiels de troubles psychiques. Il est également possible que la prévalence soit en hausse, mais cela n'a pas encore été établi de manière concluante dans la littérature spécialisée. Il faut néanmoins tenir compte du fait que l'on observe de plus en plus de problèmes dans les écoles primaires. Il convient donc de continuer à soutenir les activités existantes afin d'enrayer la progression des difficultés psychiques.

#### *Recommandations*

- Il convient de promouvoir et de diffuser des offres de bonne qualité (si possible ayant été évaluées), en particulier dans les écoles primaires, mais aussi dans les écoles du secondaire I. Ce travail de promotion peut être effectué de diverses manières selon les acteurs. Il faut veiller à ce que ces offres soient diffusées sur l'ensemble du territoire, et en particulier dans toutes les régions linguistiques. Il est important également que les écoles aient des informations sur des offres de qualité et qu'elles bénéficient d'une aide revêtant la forme de ressources humaines ou financières pour les mettre en œuvre.

### 3.3.2 Développer les compétences personnelles

#### *Constats*

De nombreuses offres et activités sont consacrées à des thèmes particuliers, comme par exemple la prévention de la violence. Il est donc fréquent que des actions soient mises en place pour répondre à des problèmes déterminés. En revanche, les offres et les activités sans lien avec un problème particulier, comme le développement des compétences personnelles, ne sont citées que rarement (PP 2, ch. 2.2.1, 3.2 et 3.3 ; PP 3, ch. 4.4.4). Pourtant, le besoin dans ce domaine est grand : les personnes interrogées dans les écoles le positionnent au deuxième rang, après les offres de consultation (PP 3, ch. 4.4.4 et 4.8).

#### *Conclusions*

Il y a un besoin important d'offres et d'activités visant à renforcer le développement des compétences personnelles alors qu'elles sont actuellement très peu nombreuses.

#### *Recommandations*

- Il convient de diffuser dans toute la Suisse des offres visant au développement des compétences personnelles sans lien avec un thème particulier.
- Il faut développer et mettre en avant l'approche du renforcement des compétences personnelles dans les offres existantes consacrées à des thèmes particuliers (p. ex., alimentation et activité physique).
- Il est inutile de lancer de nouvelles offres. Mieux vaut continuer à proposer les offres thématiques existantes qui ont fait l'objet d'une évaluation.

### 3.3.3 Sensibiliser aux symptômes de troubles anxieux et d'autres troubles intériorisés

#### *Constats*

L'étude comparative de différentes publications sur la prévalence des troubles psychiques montre qu'environ 10 % des enfants et des adolescents sont touchés par des troubles anxieux : 5 à 7 % souffrent de troubles hyperkinétiques, dyssociaux et agressifs, ou dépressifs, 2 à 4 % présentent des troubles compulsifs et environ 1 % ont un comportement auto-agressif, des troubles de l'alimentation ou une psychose de type schizophrénique (PP 1, ch. 4.2).

Interrogés sur les problèmes auxquels ils sont confrontés, les directeurs d'école et les enseignants citent pour la plupart des comportements perturbateurs (PP 1, chap. 7) ainsi que la propension des élèves à se laisser distraire et l'agitation (PP 3, ch. 4.2). Un nombre bien moins important d'enseignants considèrent que les angoisses des élèves sont un problème. Il est intéressant de noter que les enseignants de Suisse romande et de Suisse italienne citent beaucoup plus fréquemment que leurs collègues de Suisse alémanique sept situations problématiques sur les neuf proposées et que ces situations sont symptomatiques à la fois de troubles intériorisés et de troubles extériorisés. Les données recueillies ne permettent pas d'expliquer ce résultat. L'étude du projet partiel n° 3 a montré en outre que 12 % des personnes interrogées déclarent ne pas savoir si les élèves éprouvent des angoisses.

#### *Conclusions*

Le personnel enseignant perçoit comme un problème avant tout les comportements ou les manifestations des élèves qui perturbent l'enseignement (troubles extériorisés). En revanche, les comportements interprétés comme des symptômes de troubles psychiques, mais qui ne perturbent pas la classe (troubles intériorisés) sont ouvertement considérés comme étant beaucoup moins problématiques. Cela tient peut-être au fait que beaucoup d'enseignants ne perçoivent pas les symptômes de troubles anxieux comme tels. Il en va probablement de même des symptômes d'autres troubles intériorisés, que les enseignants ne considèrent pas comme perturbateurs, comme par exemple les dépressions. Pour que les enseignants puissent mettre à profit toute leur capacité d'action dans le domaine de l'intervention précoce, il est important qu'ils reconnaissent aussi les symptômes de troubles intériorisés.

#### *Recommandations*

- Il importe de sensibiliser les enseignants aux signes de troubles anxieux et d'autres troubles intériorisés.
- Il faut développer les bases de connaissances proposées aux enseignants dans la formation de base et la formation continue.

### 3.3.4 Appliquer à la santé psychique les procédures d'intervention précoces

#### *Contexte*

La démarche d'intervention précoce (IP) a d'abord été développée pour la prévention des addictions. Elle décrit les procédures que les enseignants et les autres personnes impliquées peuvent suivre en cas de présomption d'un danger. Elle est donc aussi indiquée pour la détection précoce de dangers pour la santé psychique et pour l'intervention précoce face à de possibles troubles psychiques.

On a demandé aux écoles si elles appliquent une démarche de IP lorsque des responsables présumant qu'un enfant ou un adolescent présente des signes de trouble psychique. 35 % des personnes interrogées ont répondu par l'affirmative et précisé qu'elles disposent d'une procédure écrite. La moitié des écoles ont une procédure convenue au sein de l'établissement, qui n'est toutefois pas fixée par écrit. Les procédures écrites sont beaucoup moins nombreuses dans les écoles primaires, qui pratiquent davantage la concertation orale, et elles sont moins fréquentes en Suisse romande que dans les autres régions linguistiques (PP 3, ch. 4.5).

Il existe en Suisse un instrument et une stratégie éprouvée pour l'intervention précoce : l'entretien de bilan scolaire et la démarche d'intervention précoces (PP 1, ch. 6.5). Dans sept cantons, les écoles ont à disposition des offres qui tiennent compte de cette démarche (PP 2, ch. 3.2).

#### *Conclusions*

La contribution des écoles à la prévention des troubles psychiques et à l'intervention précoce de leurs symptômes est particulièrement efficace lorsque la procédure à suivre est définie et connue au sein de l'établissement. Les enseignants savent ainsi ce qu'ils peuvent faire lorsqu'ils observent des comportements inadaptés chez les élèves. Le fait de pouvoir se référer à une procédure sécurise les responsables de l'école et permet d'apporter un soutien précoce aux élèves en situation de vulnérabilité.

#### *Recommandations*

- Les écoles doivent déterminer si la démarche d'intervention précoces doit être appliquée à tous les cas d'évolution potentielle d'un risque et, si oui, qui assume quelles responsabilités, seul ou conjointement (enseignants, directeurs, travailleurs sociaux, infirmiers scolaires, médiateurs scolaires).
- Il est important de soutenir les activités et les canaux mis en place pour l'intervention précoces à l'école, lesquels doivent être utilisés aussi pour gérer les signes présumés de troubles psychiques.
- Il faut rédiger des procédures internes en matière d'intervention précoces et inciter les personnes responsables à y recourir.
- Les écoles doivent actualiser en permanence, développer et consigner par écrit les mesures d'intervention précoces (adaptation au contexte, nouveaux membres du personnel, points à aborder, canaux, protection des données, etc.).

### **3.3.5 Optimiser les offres de conseil**

#### *Constats*

Les personnes interrogées dans les écoles font état d'un besoin important de conseil et de soutien pour les parents d'enfants présentant des troubles psychiques (23,8 %), pour les élèves concernés (20,6 %) et pour les enseignants en contact avec ces élèves (19 %). Cette perception est assez homogène d'un degré scolaire à l'autre, mais elle varie selon les régions linguistiques : le besoin est jugé plus grand en Suisse italienne et un peu plus grand en Suisse romande qu'en Suisse alémanique (PP 3, ch. 4.8).

#### *Conclusion*

Il apparaît que les écoles de Suisse latine en particulier expriment un besoin important de conseil et de soutien.

#### *Recommandations*

- Il convient de vérifier, région par région, si les besoins peuvent être couverts par les offres de conseil existantes et si celles-ci sont connues et fonctionnent en réseau.
- Si nécessaire, développer les offres de conseil destinées aux élèves, aux parents et aux enseignants, les faire connaître grâce à une bonne communication et les mettre en réseau.

### **3.3.6 Améliorer la collaboration avec les services spécialisés**

#### *Constats*

Selon une enquête menée auprès de représentants du personnel et des comités scolaires de la ville de Zurich, les personnes interrogées souhaitaient une amélioration de la collaboration avec les services spécialisés extérieurs à l'école. Elles demandaient en particulier que les délais d'attente soient raccourcis (2 à 3 mois au moment de l'enquête) et que les spécialistes soient plus proches de la réalité scolaire (PP 1, chap. 7).

Dans le cadre de la présente étude (PP 3, ch. 4.6), les personnes interrogées ont déclaré avoir les contacts les plus fréquents avec le service de psychologie scolaire (pour 57 %, il s'agit de contacts fréquents) ; 9 à 25 % d'entre elles ont des contacts fréquents avec les huit autres services spécialisés

externes cités dans le questionnaire. 28 % des personnes interrogées ont exprimé le souhait d'une meilleure collaboration avec les services spécialisés extérieurs à l'école (il est impossible de déterminer si les 72 % restants n'avaient rien à dire ou s'ils n'ont pas voulu répondre à cette question ouverte). Elles voudraient, par exemple, des délais d'attente plus courts, des listes d'intervenants de qualité sur des thèmes pertinents, une trame pour élaborer des plans d'action sur différents thèmes (comme le harcèlement) ou encore du bon sens dans l'application des dispositions sur la protection des données.

#### *Conclusions*

Pour que la prévention des troubles psychiques soit efficace, il faut que la collaboration fonctionne bien entre les responsables dans les établissements scolaires et les responsables des services extérieurs à l'école. Le fait que près d'un tiers des personnes interrogées exprime des souhaits à ce sujet montre la nécessité de réaliser des améliorations dans ce domaine.

#### *Recommandations*

- Il faut encourager les projets visant à améliorer la collaboration entre les écoles et les services spécialisés externes dans le domaine de la prévention.
- Il est important de développer la gestion des interfaces avec l'intervention précoce.

### **3.3.7 Améliorer l'information sur les offres**

#### *Constats*

31% des personnes interrogées dans les écoles ne sont pas vraiment d'accord avec l'affirmation « l'offre est adaptée aux besoins de notre école » et 15 % ne savent pas. Un quart souhaite que les prestataires proposent davantage d'offres et de conseils. En Suisse alémanique, l'offre est en meilleure adéquation avec les besoins des écoles qu'en Suisse romande et en Suisse italienne (PP 3, ch. 4.7). Les écoles ont besoin d'offres et d'activités faciles d'accès (communication, diffusion de l'information, transfert de connaissances) (PP 2, ch. 3.3).

#### *Conclusion*

Les écoles ont clairement besoin de plus de conseils, d'informations et de soutien afin de trouver et de mettre en œuvre des offres plus facilement.

#### *Recommandations*

- Il faut regrouper les informations et les offres (accès à bas seuil pour les personnes intéressées).
- Il est important d'aider les écoles à choisir des offres adaptées (p. ex., canaux d'échange).
- Il convient de vérifier s'il existe suffisamment d'offres en adéquation avec les besoins régionaux et, le cas échéant, engager des mesures d'optimisation.

## **3.4 Personnel enseignant**

### **3.4.1 Favoriser la coopération intercantonale en matière de promotion de la santé du personnel enseignant**

#### *Constats*

Les institutions de certains cantons (hautes écoles pédagogiques, services d'orientation scolaire) s'intéressent beaucoup à la promotion de la santé du personnel enseignant et mettent à disposition une offre étendue. D'autres cantons ne proposent rien ou presque. Il existe très peu d'offres au niveau national. Sur les 26 cantons, 17 déclarent avoir un besoin dans ce domaine (PP 2, ch. 2.2.2, 2.3, 3.2.1 et 3.3).

#### *Conclusions*

L'offre est très variable selon les cantons. Dans les cantons où elle est rare ou inexistante (en général les petits cantons), il est d'autant plus difficile d'obtenir un soutien que l'offre est très limitée au niveau

national aussi. Certains cantons proposent une assistance au-delà de leurs frontières. En particulier, les enseignants des petits cantons peuvent profiter des offres proposées dans les grands cantons.

#### *Recommandations*

- Il faut soutenir le développement d'offres au niveau national, à l'intérieur des régions linguistiques et au niveau intercantonal.
- Il est important d'exploiter les synergies à l'intérieur des régions linguistiques.

### **3.4.2 Mettre en œuvre dans les écoles la promotion de la santé en entreprise**

#### *Constats*

Selon les personnes interrogées dans les écoles, plus de la moitié des établissements n'avaient pas proposé d'offre de promotion de la santé du personnel enseignant (p. ex., prévention du stress ou du burn-out) au cours de l'année ayant précédé l'enquête. S'il n'y a pas de différences sur ce point entre les degrés scolaires, il y en a entre les régions linguistiques : en Suisse italienne, les éléments de promotion de la santé du personnel enseignant sont moins nombreux que dans les autres régions linguistiques. Globalement, les enseignants sont bien soutenus lorsqu'il s'agit de faire face à des problèmes avec des élèves ou de favoriser des comportements individuels bons pour la santé.

Environ 22 % des personnes interrogées affirment que le groupe de pilotage de leur école aborde bien la question de la santé du personnel enseignant (34 % sont plutôt d'accord avec cette affirmation). Dans 15 % des cas environ, l'école pratique une promotion de la santé systématique (44 % plutôt d'accord) et pour 14 % l'aménagement des conditions de travail repose manifestement sur des considérations de promotion de la santé (50 % plutôt d'accord) (PP 3, ch. 4.10).

#### *Conclusions*

Les résultats de l'étude montrent clairement que la santé du personnel enseignant est abordée avant tout au travers du soutien individuel. Il est plus rare que soient mis en œuvre des éléments structurels de promotion de la santé en entreprise, comme par exemple l'inscription régulière de la question à l'ordre du jour des groupes de pilotage ou encore l'examen et l'amélioration des conditions de travail sous l'angle de la santé des enseignants. En outre, les éléments de développement personnel comme, par exemple, l'acquisition par les enseignants d'aptitudes à gérer les situations de stress, reçoivent peu d'attention dans le cadre de la promotion de la santé en entreprise.

#### *Recommandations*

- Il faut sensibiliser les autorités et les directions d'école, de manière appropriée, à chacune de ces catégories, à l'importance et aux différents éléments de la promotion de la santé en entreprise dans le cadre de l'école.
- Il est important d'encourager les offres et d'exploiter les synergies au niveau national, à l'intérieur des régions linguistiques et au niveau cantonal.
- déterminer s'il y a d'autres besoins dans ce domaine, en particulier au Tessin<sup>6</sup>.

<sup>6</sup> Deux études à ce sujet vont paraître prochainement :

Castelli, L., Crescentini, A. & Marcionetti, J. (2017). *Lavorare a scuola. Condizioni di benessere per gli insegnanti*. Locarno: Centro innovazione e ricerca sui sistemi educativi [en cours de publication] ;

Boldrini, E., Sappa, V. *Resilienza e benessere degli insegnanti nella formazione professionale: esperienze di ricerca e formazione*. Lugano : Istituto Universitario federale per la formazione professionale. <http://www4.ti.ch/decs/linea/progetti/progetti/resilienza-degli-e-delle-insegnanti-della-formazione-professionale/>

## 3.5 Facteurs de succès et pierres d'achoppement dans la mise en œuvre

### 3.5.1 Tenir compte des conditions requises pour la réussite des programmes

#### *Constats*

Plusieurs conditions sont requises pour que les programmes déploient des effets dans les écoles. Il faut par exemple travailler sur des approches comportementales et des approches structurelles, mêler les interventions universelles à des interventions sélectives et transmettre des compétences dans le cadre de l'enseignement ordinaire (PP 1, ch. 6.3, « Fazit Teil A »). Les programmes les plus efficaces sont ceux qui impliquent non pas des classes individuelles, mais l'ensemble de l'école ainsi que les acteurs concernés gravitant autour de l'établissement. Les programmes proposant un curriculum en spirale ont un impact fort. Enfin, les enseignants impliqués ont besoin d'une formation continue ciblée et du soutien de spécialistes (PP 1, « Fazit Teil A »).

Le recensement des offres et activités au niveau national et cantonal ainsi que les réponses apportées au questionnaire dans les écoles montrent que les activités organisées portent principalement sur les comportements (p. ex., prévention de la violence). Il est plus rare que des offres soient axées sur la dimension structurelle, c'est-à-dire sur l'école considérée dans son ensemble (PP 2, ch. 2.2.1 et 3.2.1).

#### *Conclusions*

Pendant la collecte des données, il n'a pas toujours été évident de déterminer si les offres et les activités entraient dans la catégorie des aspects comportementaux ou structurels. En effet, les acteurs scolaires choisissent souvent l'une des deux approches (p. ex., le comportement), mais l'autre approche reste présente en arrière-plan. Néanmoins, les analyses indiquent globalement que la dimension structurelle est assez rarement prise en compte. Pour remédier à cela, il faut que les efforts de promotion de la santé psychique soient portés, si possible, par l'ensemble des enseignants de l'établissement ainsi que par la direction.

#### *Recommandations*

- Les offres au niveau national et cantonal devraient adopter une démarche axée sur l'environnement d'intervention.
- Il est important de développer les offres dans l'enseignement ordinaire (en veillant à la compatibilité avec les plans d'études des régions linguistiques).
- Il faut vérifier si les offres ont une dimension structurelle, proposent un curriculum en spirale et incluent la formation continue des enseignants.
- Les écoles désirant mettre en œuvre des programmes de promotion de la santé psychique dont la démarche tient aussi compte de l'environnement d'intervention doivent pouvoir demander un accompagnement pour faire évoluer leurs structures.
- Il convient de constituer une commission technique qui formule des recommandations basées sur des critères concernant les offres et les activités au niveau des régions linguistiques et des cantons et qui en informe les écoles (p. ex., via une plate-forme).

### 3.5.2 Minimiser les freins à la mise en œuvre

#### *Constats*

Les personnes interrogées dans les écoles disent que les ressources financières (55 %) et les processus organisationnels (50 %) sont les principaux freins à la mise en œuvre des offres. Certains citent également des difficultés au niveau technique (32 %) ou au niveau du personnel (24 %). Les difficultés financières sont mentionnées beaucoup plus souvent en Suisse romande et en Suisse italienne qu'en Suisse alémanique. Les difficultés d'ordre technique sont jugées bien plus importantes dans les écoles primaires (PP 3, ch. 4.9).

#### *Conclusions*

Il est évident que les écoles doivent disposer des ressources nécessaires dans les domaines financier, organisationnel, technique et humain pour pouvoir mettre en œuvre avec succès des offres et des activités de promotion de la santé psychique. Mais comme les ressources publiques sont limitées et que



les écoles sont fortement sollicitées de manière générale, minimiser les freins à la mise en œuvre est un défi de taille.

#### *Recommandations*

- Il faut sensibiliser les acteurs nationaux, cantonaux et communaux ainsi que les directions des écoles à l'importance de la promotion de la santé psychique en milieu scolaire.
- Il y a lieu d'exploiter les synergies en intégrant des éléments de promotion de la santé psychique dans les offres existantes de promotion de la santé (p. ex., alimentation et activité physique). Il convient de proposer un soutien aux écoles, en particulier au degré primaire, sous la forme de formations continues ou autres, de conseils, de canaux d'échange, etc.