



# Se sentir bien à l'école, collège, lycée et lycée professionnel

*« J'ai mal au ventre », quel parent n'a jamais entendu cette phrase le matin avant de partir à l'école, ou même le soir au couché. Parfois la douleur est physiologique mais parfois elle veut dire « je ne veux pas aller à l'école ». Que vit l'enfant pour ne plus se sentir capable d'aller à l'école ? Les causes sont bien souvent multiples, difficultés scolaires, isolement, fatigue, problème familiaux, climat scolaire dégradé...*

**Qu'entendons-nous par climat scolaire ?** Il est l'affaire de toute la communauté éducative : élèves, personnels, parents. Il s'agit de la construction du bien vivre et du bien être pour les élèves et le personnel de l'école. Un bon climat scolaire permet d'améliorer les résultats scolaires, de diminuer les inégalités scolaires, d'améliorer le bien être des élèves mais aussi des personnels et enfin de diminuer l'absentéisme, les violences, et le harcèlement. Développer l'empathie chez les jeunes est un moyen d'arriver un climat scolaire propice aux apprentissages.

**L'empathie comme moyen de développer l'engagement et la motivation et pour lutter contre les violences.** L'empathie permet de mieux ressentir l'autre, ses émotions pour apprendre à mieux vivre ensemble. En milieu scolaire, les enfants, adolescents doivent apprendre à exprimer leurs émotions, ce qu'ils ressentent. Chacun pourra ainsi identifier l'état d'esprit de l'autre et prendre en compte

les émotions d'autrui. L'empathie permettra de vivre avec des gens différents, d'envisager l'autre comme une version possible de soi.

**Quelles actions dans les établissements scolaires ?** Afin d'aider les établissements à développer un climat scolaire apaisé, indispensable aux apprentissages, le ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse a lancé du mardi 12 mars au jeudi 5 avril 2019, une enquête nationale auprès d'un échantillon représentatif de personnels du second degré. Cette enquête a pour objectif d'établir un état des lieux précis des atteintes aux personnes et de mieux évaluer le climat scolaire au sein des établissements **Sur le bassin d'Issoire.** Certaines écoles primaires utilisent la technique des **messages clairs** pour une résolution pacifique des conflits. Il permet d'exprimer ses ressentis et de faire prendre conscience à l'autre que ses actes ont été blessants. Il peut s'utiliser pour les petits conflits sans faire intervenir un adulte. Ce message clair peut aussi être utilisé pour exprimer des sentiments positifs. On retrouve plusieurs étapes dans le message clair : dans un premier temps, l'enfant prévient l'autre « j'ai un message clair à te dire, es-tu prêt à m'écouter ? Dans un second temps, il explique pourquoi (« quand tu te moques de moi/ quand tu me pousses...»). Ensuite l'enfant dit ce qu'il ressent

(« j'ai de la peine/mal/ peur/je suis en colère/ je suis énervé...»). Puis il exprime son besoin (« car j'ai besoin de calme pour travailler/d'être en sécurité»). Il vérifie ensuite que l'autre a bien compris (« as-tu bien compris ?), enfin il propose une solution (« j'aimerais que tu ne te moques plus de moi/j'aimerais que tu ne recommences plus/ que tu me présentes des excuses/que tu fasses une réparation.)

Dans le secondaire, certains établissements du bassin ont participé à une enquête sur le climat scolaire. L'enquête était à destination des équipes éducatives, des élèves et de leurs parents. Elle a permis de dresser une photographie du climat scolaire dans les établissements concernés et des pistes de travail afin d'améliorer les conditions de travail de chacun.

Ainsi, de nombreux établissements ont été initiés à la **médiation par les paires.** La médiation est un processus coopératif qui facilite la résolution non violente d'un conflit. Il peut également le prévenir par l'intermédiaire d'un tiers appelé médiateur. Le médiateur aide les parties à communiquer, favorise les conditions du dialogue afin qu'elles recherchent une issue constructive au conflit. En surmontant les désaccords, on s'efforce alors d'établir de nou-



velles relations, de nouvelles solidarités. La médiation « par les pairs » en milieu scolaire signifie que les médiateurs sont des jeunes du même âge ou à peine plus âgés, formés à la médiation, mais avec le même statut d'élèves. Les élèves-médiateurs vont proposer leur aide lors de désaccords, disputes ou de bagarres, ou à des victimes de violence. Une éducation à la citoyenneté devrait donner aux élèves des outils pour que les conflits ne soient pas traités par l'affrontement, voire la violence, mais puissent être mis en mots par les élèves eux-mêmes. Pour ce faire, il s'agit d'apprendre à l'enfant à exprimer, verbaliser ses émotions, ses besoins et ses valeurs, et ainsi s'approprier le socle des connaissances et compétences langagières, civiques et sociales. Promouvoir une culture de la médiation, c'est donner des outils pour résoudre les conflits par la parole et le dialogue, donc contribuer à améliorer le climat scolaire et prévenir le harcèlement.

## EN SAVOIR PLUS

Pour prendre rendez-vous avec un/une psychologue de l'éducation nationale : [ac-clermont.fr/orientation/s-informer-et-s-orienter/cio](http://ac-clermont.fr/orientation/s-informer-et-s-orienter/cio)