

## Bien-être et rapports positifs



Le mieux-être un état dynamique de bien-être physique, mental, social et spirituel qui permet à aux personnes d'atteindre leur plein potentiel et jouir d'une vie agréable ([Consortium conjoint pour les écoles en santé](#)).

La santé physique et mentale est soutenue en encourageant l'adoption d'habitudes saines, comme dormir suffisamment et faire assez d'activité physique, manger sainement ainsi qu'éviter et réduire les dommages liés à la consommation de substances (nicotine, alcool et autres substances pouvant être nocives) et réduire les risques (exposition aux éléments, risques environnementaux).

L'apprentissage social et émotionnel (ASE) est le processus par lequel les enfants et les adultes comprennent et gèrent les émotions, se fixent et atteignent les buts positifs, ressentent et font preuve d'empathie envers les autres, tissent et maintiennent des rapports positifs avec les autres, et prennent des décisions responsables. Une attention sur l'apprentissage social et émotionnel demande de passer d'une approche axée sur les problèmes à des stratégies globales et proactives en milieu scolaire qui soutiennent tous les apprenants, y compris les élèves, les membres du personnel, les familles et les gardiens.

Comme toutes les composantes du bien-être sont étroitement liées, il est essentiel de les envisager comme un ensemble dans le concept global de mieux-être et de fournir des occasions d'enseignement et de modélisation des compétences dans toutes les composantes. En outre, une école qui dispose de salles de classe attrayantes où les élèves participent à un apprentissage authentique aura des indicateurs de mieux-être élevés.

Pour mettre l'accent sur le mieux-être et les relations positives, il est nécessaire d'offrir :

- un environnement sûr et accueillant pour les élèves, les membres du personnel, les familles, les gardiens et les membres de la collectivité;
- un environnement social respectueux, inclusif et serein qui favorise les processus démocratiques et d'équité dans tous les aspects de la vie scolaire;
- des espaces sûrs et confortables où les élèves peuvent manger, socialiser, jouer et apprendre;
- des possibilités de pratiquer une activité physique conformément aux Directives en matière de mouvement sur 24 heures pour la journée scolaire, y compris en classe, pendant la récréation et pendant l'heure du dîner;
- une offre d'aliments et de boissons sains qui respectent les lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans toutes les écoles et lors de toutes les activités parrainées par l'école;

- des initiatives axées sur la participation, le leadership et la mobilisation des élèves (du mentorat par les pairs, un comité sur la santé mentale, un éventail d'activités parascolaires, etc.);
- des initiatives visant à réduire la stigmatisation liée aux questions raciales, LGBTQ+ et de santé mentale;
- l'attribution de ressources à des activités visant à promouvoir et à préserver la santé, notamment des possibilités d'apprentissage professionnel pour les membres du personnel (p. ex. les premiers soins en santé mentale, le secourisme et la RCR, la prévention de l'usage de substances, les pratiques tenant compte des traumatismes, etc.);
- l'ajout de la santé dans l'énoncé de mission et les politiques de l'école;
- l'augmentation de la sensibilisation aux politiques relatives aux modes de vie sains, de leur communication et de leur mise en œuvre (politique sur les écoles accueillantes et sécuritaires, politique en matière d'alimentation saine, politique en matière de vie sans cannabis et sans tabac, politique d'activité physique, etc.);
- des procédures scolaires qui comprennent des mesures relationnelles et réparatrices.



Il est important de favoriser des liens entre les écoles, les familles et la communauté scolaire globale pour soutenir et promouvoir la santé et le bien-être des élèves et des membres du personnel. En collaborant, les membres du personnel de l'école, les élèves, les parents et les gardiens ainsi que les membres de la collectivité peuvent activement prendre part à la direction et à la coordination de mesures et de services favorisant la santé au sein de la communauté scolaire.

Les écoles ayant réussi à réduire les obstacles à la mobilisation des familles l'ont fait en :

- soutenant et en célébrant la diversité de façon visible;
- proposant aux familles des possibilités définies et réalisables de participer à des activités de leadership et de bénévolat;
- communiquant régulièrement avec les familles et les gardiens au sujet des apprentissages des enfants (ou laissez-le ainsi : « au sujet des succès et des défis des élèves »);
- collaborant avec la communauté scolaire pour élaborer et diffuser les attentes convenues pour le personnel de l'école, les familles, les gardiens et les membres de la collectivité.

Le bien-être est un aspect essentiel de la réussite des élèves. Les élèves en santé apprennent mieux, et les personnes mieux éduquées sont plus en santé. L'[approche globale de la santé en milieu scolaire](#) est un cadre de référence reconnu internationalement qui aide les élèves à améliorer leurs résultats scolaires et qui aborde la santé en milieu scolaire, la conscience sociale et les habiletés interpersonnelles d'une manière planifiée, intégrée et holistique.

Le [Planificateur des écoles en santé](#) peut être un outil pratique pour évaluer l'environnement d'une école du point de vue de la santé et du mieux-être. Le planificateur permet à l'école d'explorer des sujets précis relatifs à la santé, notamment l'activité physique, l'alimentation saine, la santé mentale positive et l'usage du tabac, et permet d'élaborer un plan pour combler toutes les lacunes ciblées.

## Réflexion

Les sources de données et les questions suivantes peuvent guider la discussion du groupe.

### Cadre de mesure du rendement :

**Résultat 2 :** Les élèves sont exposés à un milieu scolaire sécuritaire, accueillant et inclusif.

- Indicateur 2.1 : Climat scolaire positif – Élèves
- Indicateur 2.2 : Climat scolaire positif – Personnel
- Indicateur 2.3 : Climat scolaire positif – Familles
- Indicateur 2.4 : École sécuritaire – Élèves
- Indicateur 2.5 : École sécuritaire – Familles
- Indicateur 2.6 : Sentiment d'appartenance à l'école – Élèves
- Indicateur 2.7 : Comportements majeurs

**Résultat 3 :** Le système d'éducation tient compte des forces et des besoins des élèves.

- Indicateur 3.1 : Engagement scolaire – Élèves
- Indicateur 3.4 : Comptabilité des écoles – Familles

**Échelles de sondage sur le développement de l'école :** ces résultats sont présentés séparément du rapport du cadre de mesure du rendement.

- Barrières à l'engagement (sondage des familles)
- Engagement des familles (sondage des familles)

### Documents de référence

Politique sur les écoles accueillantes et sécuritaires

Approche globale de la santé en milieu scolaire

Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles

Directives en matière de mouvement sur 24 heures pour les enfants et les jeunes

CASEL: What is social emotional learning?

Politiques et procédures scolaires ou du conseil scolaire.



- Rapport enseignant-élève (sondage des élèves de la 7<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup>)

### Enquêtes nationales visant à obtenir des données en matière de santé

L'Enquête canadienne sur le tabac, l'alcool et les drogues chez les élèves (ECTADE) est réalisée auprès des élèves de la 7<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année d'écoles sélectionnées. Les écoles participantes reçoivent des rapports pour leur école, et la province de Terre-Neuve-et-Labrador reçoit des données à l'échelle provinciale tirées de cette enquête, qui est menée tous les deux ans : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/enquete-canadienne-tabac-alcool-et-drogues-eleves/2018-2019-sommaire.html>

L'Enquête sur les comportements de santé des jeunes d'âge scolaire est réalisée auprès des élèves de la 7<sup>e</sup> à la 10<sup>e</sup> années d'écoles sélectionnées. Les écoles participantes reçoivent des rapports pour leur école, et la province de Terre-Neuve-et-Labrador pourrait recevoir des données à l'échelle provinciale tirées de cette enquête, qui est menée tous les quatre ans : [HBSC](#) (en anglais seulement).

## Questions à réflexion



Utilisez des exemples tirés de vos pratiques actuelles pour soutenir vos points de discussion, vos forces et les possibilités de perfectionnement.

- Examinez l'enseignement et l'apprentissage au sein de votre école.

Comment le mieux-être et les rapports positifs sont-ils intégrés dans les pratiques d'enseignement et d'apprentissage?

Comment évalueriez-vous l'incidence de ce travail?

- Examinez l'environnement social et physique de votre école.

Comment évalueriez-vous l'efficacité des mesures visant à améliorer l'environnement social et physique?

Lorsque vous examinez l'efficacité des mesures, comment poursuivrez-vous l'amélioration de l'environnement social et physique de votre école?

➤ Examinez les partenariats et les services au sein de votre école.

Comment les élèves et les familles ou les gardiens participent-ils en tant que partenaires d'apprentissage?

Comment votre école favorise-t-elle la participation des élèves et des familles?

Comment évaluez-vous l'efficacité des efforts faits au sein de votre école pour favoriser la participation des familles?

Comment les partenaires de la collectivité participent-ils à l'amélioration de l'environnement de l'enseignement et de l'apprentissage au sein de l'école?

➤ Examinez la mise en œuvre de politiques relatives aux saines habitudes de vie au sein de votre école :

- politique sur les écoles accueillantes et sécuritaires;
- politique d'alimentation saine;
- politique en matière de vie sans cannabis et sans tabac;
- politique d'activité physique.

Comment évalueriez-vous l'incidence de ces politiques?

Quelles preuves avez-vous de cette incidence, et de quelle façon utilisez-vous ces preuves pour orienter le processus décisionnel?

**Références :**

Santé mentale en milieu scolaire Ontario. (2021). <https://smho-smsso.ca/accueil/>

CASEL. (2020). *What is SEL?* <https://casel.org/what-is-sel/>

Consortium conjoint pancanadien pour les écoles en santé. (2020). *Consortium conjoint pancanadien pour les écoles en santé.* <https://www.jcsh-cces.ca/fr/>