

LE MAL-ÊTRE DES ÉLÈVES

Un sujet urgent pour toute la communauté éducative !

17

Après deux ans de pandémie de COVID-19, la santé mentale des enfants, des adolescents et des jeunes adultes reste fragilisée, un sujet de grande préoccupation pour toute la communauté éducative. Comment se repère le mal-être des élèves en milieu scolaire ? Comment aider les élèves à libérer la parole, quelles réponses leur apporter ? Qu'en pensent les directions et les psychologues de l'Éducation nationale ?

© ADOBESTOCK

Une étude de la DREES révélait en 2021 que le 1^{er} confinement aurait entraîné un doublement des syndromes dépressifs chez les 15-24 ans. Selon le bulletin de Santé Publique France d'avril 2022, les passages aux urgences pour geste suicidaire, idées suicidaires et troubles de l'humeur chez les 11-17 ans se maintenaient à un niveau élevé, supérieur à celui observé début 2021. Cette situation préoccupante faisait aussi l'objet de discussions à l'Assemblée nationale où, au cours de la séance du 2 février 2022 sur « l'évolution de la santé psychique », était porté le souhait de « nommer des psychologues de l'Éducation nationale comme conseillers techniques des DASEN afin de prendre plus systématiquement en compte la dimension psychologique des difficultés au sein de l'école ».

Nous, représentants FCPE sommes de plus en plus interpellés par des familles confrontées au mal-être de leurs enfants. Des sondages réalisés par les conseils locaux révèlent un besoin de réponses à une souffrance multifactorielle qui dépasse les enfants, ados et jeunes adultes. Sur le site de la FCPE Paris ont été publiés des articles, ressources et numéros utiles.

La santé psychique des élèves préoccupe toute la communauté éducative : en complément de la mission locale du psychologue de l'Éducation nationale (PsyEN), de l'infirmier.e, des CPE, de l'assistant.e social.e, et des dispositifs existants déployés dans les établissements à l'instar du GPDS et du CESC, des « Points Écoute » ont fait leur apparition dans les collèges et les lycées parisiens.

Nous sommes allés à la rencontre des professionnels en milieu scolaire pour connaître leur analyse de la situation et leur travail autour de cette question.

Le malaise des élèves est multifactoriel

Comment se repère le mal-être chez les élèves ? Selon Maité Guillot, PsyEN et directrice de CIO, les signes sont multi-



ples : anxiété, stress, insomnie, troubles alimentaires, maux de tête ou de ventre, défaut de concentration, absentéisme, etc. Le confinement de 2020 a engendré une perte brutale de repères et de la temporalité. Les élèves font face à trois types de pression : pression so-

#JENPARLEA

La campagne de sensibilisation #JenParleA s'est poursuivie jusqu'en juin 2022. L'objectif : libérer la parole, premier pas vers une recherche d'aide, et inciter les adolescents en situation de mal-être à en parler à une personne de confiance, ou à s'adresser au dispositif Fil Santé Jeunes un service anonyme et gratuit à destination des jeunes de 12 à 25 ans.
<https://www.filsantejeunes.com/jen-parle-a-22330>

cial et environnementale (course aux diplômes, pression de l'emploi, inquiétude de l'avenir), pression scolaire (réussir ses examens, performance scolaire) et pression de la demande parentale (qui projettent un souhait de réussite). Ce malaise multifactoriel peut donner lieu à une baisse du niveau scolaire, un décrochage scolaire, dans certains cas, des phobies.

Pour Georges Benguigui, proviseur du lycée Arago dans le 12^e, les lycéens sortent d'une longue phase de reconstruction. « Au lycée Arago, labellisé 100 % numérique, nos élèves ont bénéficié de la mise en place de la classe hybride-synchrone puis de la possibilité de venir au lycée chaque jour lors des cours en demi-jauge, ce qui a permis aux lycéens de conserver certains repères. Malgré ces avantages, nos élèves ont pu souffrir d'un manque de lien social et d'activité physique. Certes, ils ont gardé un rythme quotidien, mais pour

les élèves plus fragiles, les difficultés ont été réduites mais sont demeurées. Chez certains, des traumatismes plus anciens ont ressurgi. Il n'y a pas d'infirmier, et la PsyEN intervient un jour et demi par semaine, son carnet de rendez-vous est plein ».

Céline Dureuil, PsyEN du même lycée, poursuit : « chez nos élèves de 2^{nde} arrivés cette année (ils étaient en 4^e en mars 2020), le nombre d'élèves en difficulté a augmenté, avec des habitudes de travail plus fragiles, ils ont du mal à exprimer puis dépasser leurs difficultés ». L'équipe de direction d'un collège de l'Est parisien souligne également une souffrance accrue chez ses élèves, expliquant que pendant ces deux années les enfants se sont sentis vulnérables. Outre les conduites à risques, la direction du collège constate des agressions sexuelles, même entre pré-ados. « Nos élèves ont été éloignés du cadre qu'impose l'école, nous nous efforçons à le leur redonner. Notre psy-EN ne parvient pas à tous les recevoir ». S'agissant de la prévention des risques, l'équipe de direction souhaiterait être plus accompagnée par le rectorat et que les formations soient proposées à tout le personnel encadrant.

La réforme du bac 2021 constitue également une perte de repères, sur la méthodologie et sur les attendus de l'élève. Selon Georges Benguigui : « le poids du contrôle continu a engendré plus de stress chez les élèves. À cela s'ajoute, pour les terminales, Parcoursup. La pression sur les notes est permanente ». Maïté Guillot ajoute « nous aussi PsyEN avons perdu nos repères, la réforme a chamboulé nos connaissances et nous avons dû assimiler les nouvelles en cours d'année. Cette nouveauté a accentué l'inquiétude chez les lycéens, comme chez les professionnels de l'éducation en charge d'orientation. Ainsi, le malaise psychologique des élèves est un des axes prioritaires. À noter que pour l'adolescent, se confier sur son malaise n'est pas une démarche spontanée; le plus souvent il rencontre le/la PsyEN dans le cadre de son orientation.

ENTRETIEN AVEC GÉRALDINE CHANAL, DÉLÉGUÉE GÉNÉRALE DE L'ASSOCIATION PHARE.



PHARE (Pour l'Harmonie des Relations Enfants-Parents) est une association à but non lucratif créée en 1991 spécialisée dans la prévention du mal-être et du suicide des jeunes. Elle apporte écoute, soutien et accompagnement psychologique auprès des jeunes en souffrance et leurs familles.

« Depuis 2015, nous notons une augmentation de la demande d'accompagnement psychologique, et depuis septembre 2020, une explosion des demandes avec une aggravation des signes de mal-être chez les jeunes, à savoir : une prévalence des troubles anxio-dépressif, des scarifications, des idéations suicidaires. Les signes relatés par les professionnels des collèges et lycées sont : perte d'intérêt, baisse des résultats scolaires, difficultés de concentration, trouble du sommeil, repli sur soi, décrochage, troubles alimentaires, addictions, etc.

Notre mission cible essentiellement le mal-être des jeunes (son repérage et son traitement via un

accompagnement psychologique extérieur), alors que le psychologue de l'EN a une profession et une mission bien plus large.

Nous proposons des entretiens individuels, parentaux et familiaux sur rendez-vous dans nos locaux. Nous proposons également des suivis psychologiques gratuits pour les jeunes de moins de 18 ans situés à Paris, dans le cadre d'un partenariat avec la CPAM de PARIS*. Depuis peu, avec les permanences Point Écoute demandées par les établissements scolaires, nous intervenons dans plusieurs collèges et lycées parisiens actuellement en complément de la mission locale des psy-EN ».

**La CPAM Paris rembourse à hauteur de 26 consultations dans l'année pour chaque enfant, grâce à une convention de partenariat PHARE / CPAM signée en 2016 dans le cadre de la prévention du suicide. Pour bénéficier de ces 26 consultations remboursées, il faut : être domicilié à Paris, être inscrit au régime de la sécurité sociale, avoir un plafond de ressources de 45 750 € annuels (pour un couple avec 1 enfant), + 4 500€ par enfant supplémentaire, ou un plafond de 29 500 € (pour un parent seul et un enfant), + 4 500€ par enfant supplémentaire.*

Contact : PHARE www.phare.org - ligne d'écoute 01 43 46 00 62.
Voir le reportable publié récemment : <https://www.youtube.com/watch?v=j4d-wzPjk6NO>

Nous travaillons sous forme d'ateliers ou d'entretiens individuels, amenons le jeune à parler sur son avenir, sur une difficulté d'apprentissage, nous évaluons le malaise. Nous sommes amenés à rencontrer et alerter les parents, parfois à partager la situation avec nos collègues de l'établissement. Ce regard croisé peut donner lieu à une solution nouvelle, comme

un projet d'ouverture de Point Écoute ou des groupes de parole entre pairs. Le PsyEN peut être amené à adresser l'élève à l'extérieur, vers un psychologue clinicien, ou vers une structure partenaire comme La Corde Raide, PHARE, ou l'EPE, ou vers un centre médical spécialisé, car, rappelle Maïté Guillot, le rôle du psy-EN n'est pas de réaliser une thérapie ».

Des dispositifs de repérage, de remédiation et d'écoute des jeunes

Céline Dureuil estime que « le GPDS (Groupe de prévention du décrochage scolaire) est essentiel. C'est un dispositif permanent de veille présent dans chaque établissement du second degré qui associe les différents acteurs de la communauté éducative travaillant collectivement sur une situation individuelle. Il permet de repérer, recenser et accueillir des élèves démotivés, absents et de repérer les premiers signes de décrochage. Il permet de mettre en place des modules de remédiation et d'élaborer des solutions non scolaires avec des partenaires extérieurs ».

Autre dispositif déployé en milieu scolaire, le CESC (Comité d'Éducation à la Santé, à la Citoyenneté) est une instance de réflexion et de proposition qui met en œuvre un projet éducatif en matière d'éducation à la citoyenneté et à la

santé, et de prévention de la violence. Il définit un projet d'interventions dans les classes sur des thématiques permettant d'engager une discussion collective, d'informer les élèves sur des ressources, et motiver l'élève à poursuivre individuellement en entretien. C'est le cas dans le collège de l'Est parisien rencontré, qui nous montre des pages entières d'interventions thématiques programmées.

Un nouveau dispositif a fait son apparition dans quelques établissements parisiens à la rentrée 2020 : les permanences « Point Écoute ». C'est une permanence d'écoute qui permet individuellement de s'exprimer. Cette permanence est ouverte dans l'établissement sur demande de la direction au rectorat sous forme de projets (projet d'établissement, projet du Comité de Vie Lycéenne, appel à projet de la MDLS, etc.) avec un budget alloué. Y travaillent des PsyEN ou des psychologues intervenants au titre d'association ou structures partenaires. Le nombre de

Points Écoute mis en place dans les établissements du second degré augmente depuis un an et demi, comme aux lycées Arago et Hélène Boucher. Dans ce dernier lycée, le Point Écoute a pu voir le jour grâce à un budget alloué qui a financé des heures supplémentaires de présence d'un PsyEN complétées par un partenariat avec une association extérieure. Concernant le Point Écoute mis en place au lycée Arago, Céline Dureuil, la PsyEN, précise « dans notre établissement, l'association PHARE assure une permanence chaque vendredi matin depuis février 2022 au sein du lycée. L'accompagnement psychologique est une nécessité, je reçois moi-même de nombreux élèves en souffrance. Tout dispositif supplémentaire permettant aux élèves de s'exprimer sur leur mal-être est bienvenu. En revanche je pense qu'une réflexion commune est nécessaire avant la mise en place d'un dispositif extérieur pour travailler ensuite en bonne intelligence ».

Les PsyEN recueillent la parole, évaluent le malaise, désamorcent une inquiétude et orientent

Au lycée Hélène Boucher, Clémence Roux, PsyEN, se félicite du Point Écoute souhaité par Virginie Schachtel, la proviseuse de la cité scolaire : « Nous, PsyEN, sommes aptes à mener ce genre de dispositif, cela fait partie de notre métier ; il suffirait de renforcer notre temps de présence, l'externalisation pourrait être ainsi évitée. Virginie Schachtel nous a proposé de participer à la permanence spécifique Point Écoute en débloquent des budgets pour financer des heures supplémentaires de présence PsyEN. L'association extérieure intervient en complément. L'important étant qu'il y a eu concertation interne, et budget alloué. Il y a ensuite tout un travail de lien avec les professionnels du lycée. S'agissant des élèves reçus par l'association présente chaque semaine, il existe un cahier partagé me permettant de savoir

PAEJ

Un Point Accueil Écoute Jeunes est un espace de paroles dédié aux jeunes âgés de 12 à 25 ans pour échanger avec un.e psychologue. Il est également possible d'y rencontrer des éducateurs, animateurs et autres professionnels de divers horizons. Ce qui caractérise un P.A.E.J, c'est que c'est un lieu gratuit, confidentiel et anonyme. Les Points Accueil Écoute Jeunes (PAEJ) participent à la lutte contre le décrochage scolaire tant en matière de prévention compte tenu de leur présence au sein des établissements et

aux côtés des professionnels de l'éducation pour faciliter le retour vers l'École des jeunes ayant déjà décroché. En repérant les troubles psychiques que peuvent présenter certains jeunes accueillis ; ils interviennent ainsi en prévention du suicide. Ils participent au diagnostic territorial partagé et au projet territorial de santé mentale. Ils interviennent pour prévenir tous types de ruptures qui peuvent toucher certains jeunes.

Les Points Accueil Écoute Jeunes (PAEJ)

de Paris comptent deux centres à Paris :

• **24 rue Ramponeau 75020 Paris - 0143 48 88 87**

Lundi : 10 h -19 h
Mardi : 14 h -19 h
Mercredi : 10 h -19 h
Vendredi : 15 h-19 h
2° samedi du mois : 14 h-18 h 30

• **1 rue du Département 75019 Paris**

Lundi de 11 h-18 h
Mardi de 14 h-18 h
Mer de 11 h-19 h
Jeudi de 10 h-18 h
Vendredi de 10h-12h et de 14h-18 h.

<https://www.filsante-jeunes.com/quest-ce-quun-paej-6579>



© ADObESTOCK

quels élèves ont participé, j'aimerais juste qu'il y ait plus de mises en commun pour faire ce lien indispensable avec les adultes encadrants du lycée » conclut Clémence Roux.

« Dans le cas d'un événement traumatisant qui secoue un établissement scolaire, comme une tentative de suicide, le décès d'un professeur, d'un élève, une cellule de crise ponctuelle est mise en place par le rectorat et la direction » explique Maïté Guillot. Des psychologues du rectorat sont dépêchés dans l'établissement, ainsi que des psy-EN formés à la gestion de crise. Nous travaillons de concert ». Céline Dureuil indique y avoir participé au lycée Arago : « j'ai organisé, avec ma collègue de l'EMAS, une cellule d'écoute ponctuelle pour les élèves et les adultes du lycée affectés par un événement traumatique. Par la suite le Point Écoute hebdomadaire a été mis en place par la direction, à la demande des parents ».

L'atelier de gestion du stress, à mi-chemin entre atelier et groupe de parole.

Clémence Roux anime un atelier de gestion du stress au lycée Hélène Boucher. « J'observais que les problématiques de stress étaient très présentes chez nos élèves (face à l'échec, peur d'un examen, d'une mauvaise note, ...) et je réfléchissais sur ce sujet depuis quelque temps avec des collègues psy-EN. Les enseignants témoignaient également de crises d'angoisse d'élèves en classe. Le déclencheur fut un courrier des élèves adressé à la direction du lycée, témoignant de leur inquiétude sur l'état psychologique des élèves. Virginie Schachtel nous a alors sollicités sur l'idée d'un groupe de parole sur le mal-

être. Travaillant depuis 10 ans avec les adolescents, je sais qu'ils ne vont pas naturellement s'impliquer, en revanche ils parlent plus facilement du stress, ce n'est pas tabou. J'ai donc proposé un atelier de « gestion du stress », un espace de parole, qui a été validé. Les lycéens y partagent leur inquiétude, leur stratégie de gestion ou de contournement ; ils ne sont pas seuls face à leur souffrance. Certains abordent la peur d'échouer, leur éco-anxiété, ou encore la peur de décevoir leurs parents.

On se met aussi à la place des parents. Qu'est ce qui fait que les parents se mettent comme pression l'excellence scolaire ? Ou *a contrario*, manquent d'ambition pour leurs enfants ? Diverses hypothèses peuvent se dégager et lancent le débat : ils ne veulent pas que leur adolescent se sente obligé de faire des choix en particulier, mais l'adolescent se dit que peut-être que ses parents n'en ont rien à faire ? Et dans l'autre sens, un parent qui met la pression très forte pour des choix de spécialités scientifiques par exemple, est dans l'inquiétude que son enfant se ferme des portes.

Vouloir le « meilleur pour leur enfant » est une notion très subjective. À cela l'adolescent se dit « je comprends qu'ils veuillent le meilleur pour moi, mais je ne m'y retrouve pas dans ce meilleur qu'ils pensent pour moi. »

Et Clémence Roux de poursuivre :

« Ce dispositif est à cheval entre l'atelier et le groupe de parole. La médiatisation par un adulte permet de prendre du recul par rapport à son ressenti et d'y mettre des mots. Mon rôle de professionnelle est de n'avoir aucun jugement sur les personnes, l'objectif est que l'élève puisse se penser lui-même et pour lui-même ».

Quel bilan ? Vos élèves se sentent-ils mieux ? « Après quelques ateliers, les retours sont positifs, mais c'est un paramètre parmi d'autres, comme le GPDS, l'attention des enseignants, le Point Écoute, etc. La clé pour nous les PsyEN c'est de passer par des moments collectifs, les ateliers de gestion du stress ont donné une visibilité de notre fonction auprès des professeurs qui perçoivent de mieux en mieux nos missions. Il est capital de beaucoup communiquer et de tisser un maillage de travail avec tous les adultes qui encadrent les jeunes. Plus on parle de notre métier, plus les élèves auront l'idée de venir à nous, et plus les enseignants seront à même de nous les adresser ». ●

AGNÈS PORTOS

Retrouvez l'intégralité des entretiens réalisés avec les professionnel·les rencontrés, sur notre site.

*Nous remercions chaleureusement tous les professionnels interviewés :

- **Georges Benguigui**, *Proviseur du lycée Arago, 12^e.*
- **Géraldine Chanal**, *Députée générale, psychologue à l'association PHARE*
- **Céline Dureuil**, *Psychologue de l'Éducation nationale, intervient au lycée Arago (12^e), au lycée Siegfried (10^e), et au CIO Paris Est 1.*

- **Maïté Guillot**, *Psychologue de l'Éducation nationale, Directrice du Centre d'Information et d'Orientation Paris Est 2 (11^e, 20^e).*
- **Clémence Roux**, *Psychologue de l'Éducation nationale, intervient au collège Jean Perrin (20^e), au lycée Hélène Boucher (20^e) et au CIO Paris Est 2.*
- **L'équipe de Direction d'un collège de l'Est parisien** qui n'a pas souhaité être nommé.