



Stimuler l'engagement des élèves à l'école pour favoriser la santé mentale positive

La santé mentale des jeunes est mise à mal depuis quelques années, que ce soit par le chamboulement des habitudes de vie, les changements climatiques, la préoccupation à l'égard du poids et de l'apparence ou les bouleversements de la vie sociale. En effet, selon une enquête réalisée en 2023 dans quatre régions du Québec, plus d'un jeune sur cinq au secondaire perçoit sa santé mentale comme passable ou mauvaise¹.

Pour favoriser la santé mentale positive des jeunes, contribuer au développement de leurs compétences personnelles et sociales est une avenue à privilégier en contexte scolaire. En accord avec le [réfèrent ÉKIP](#), l'engagement social est l'une des compétences à développer pour favoriser la santé mentale positive.² Cette compétence implique de faciliter la participation des élèves à la création d'environnements propices à leur bien-être et à celui des autres.

Plusieurs bénéfices sont associés à l'engagement social en milieu scolaire. Pour le jeune, il s'agit par exemple de développer d'autres habiletés personnelles et sociales comme la connaissance de soi ou l'adoption de comportements prosociaux, d'un plus grand sentiment d'appartenance envers son milieu, du leadership, de la coopération et de la responsabilisation.

Au niveau de la collectivité, cet engagement favorise la cohésion sociale par la collaboration entre les élèves, les membres du personnel et de la communauté. C'est aussi un moyen de participer à l'amélioration des milieux de vie, par exemple en aménageant des espaces plus attrayants à l'école comme la cour extérieure³. De plus, cet engagement donne aux jeunes le sentiment de pouvoir agir concrètement sur leur environnement. Le fait de pouvoir participer aux prises de décisions est central pour renforcer l'engagement social et l'empowerment des jeunes.



D'autre part, il est démontré que l'engagement en contexte scolaire est associé à une meilleure réussite éducative⁴. Lorsqu'un élève s'engage à l'école, cela contribue à son développement global sur le plan physique, intellectuel, affectif, social et moral⁵. Par exemple, la participation à des activités organisées dans le contexte scolaire serait prédictiveur d'une amélioration des notes scolaires en moyenne sur l'année. Selon le projet de recherche *Réussir*, la participation à des activités organisées et à des activités civiques prédisait chacune une augmentation de 1 % sur les notes scolaires en moyenne par année⁶. Cela pourrait représenter une augmentation de 10 % des notes scolaires attendues à la fin du secondaire pour les élèves qui s'engagent dans une activité civique et une activité organisée, comparativement aux élèves qui ne pratiquent aucune activité⁶. En somme, lorsqu'un élève est motivé et qu'il s'engage dans une initiative scolaire, cela lui permet de réaliser des apprentissages qui seront plus durables et de persévérer davantage⁷.

Engagement à différents niveaux

Les jeunes peuvent s'engager à différents niveaux, autant par des projets mettant en valeur l'école qu'en participant à la vie scolaire. Concrètement, cela peut prendre la forme de :

- **Activités visant à modifier l'environnement physique de l'école** : réaliser une murale, aménager un espace détente ou la cour extérieure, ajouter et entretenir un jardin extérieur, décorer le salon étudiant, etc.
- **Comités** visant à : promouvoir des comportements écoresponsables, faire connaître l'importance de la justice sociale, représenter la voix des élèves au sein du conseil de classe ou d'établissement.
- **Programmes** de recyclage et de composte à l'école.
- **Activités visant la solidarité sociale** comme le bénévolat ou mentorat.

Bénéfices à l'engagement

Les jeunes qui s'impliquent dans le contexte scolaire perçoivent plusieurs bénéfices, autant sur leur santé mentale que sur leur réussite éducative. En effet, la participation à des activités civiques (p.ex. des activités qui touchent aux valeurs de la démocratie, de l'écologie, de la solidarité et/ou du pacifisme) est associée à un meilleur bien-être psychologique, une augmentation de l'estime de soi, des attitudes prosociales plus importantes comme la coopération, la tolérance et l'ouverture ainsi qu'une diminution des comportements à risque.⁶

De plus, la participation à des activités organisées (p.ex. des activités sportives, culturelles et/ou artistiques) favorise le sentiment d'appartenance, lui-même associé à la santé mentale positive¹¹ et à la réussite scolaire.¹²

Conditions favorables à l'engagement

Pour s'assurer que les jeunes s'engagent en contexte scolaire, il est important qu'ils soient motivés, qu'ils aient de l'intérêt et qu'ils aient l'impression que leur engagement a un réel impact sur l'école ou la communauté⁸.

Plusieurs raisons motivent les jeunes à s'impliquer, notamment le sentiment de faire une différence, de laisser sa marque, d'éprouver du plaisir, ou encore de passer du temps avec leurs ami·es^{6,7,9}. Plusieurs types de motivations peuvent mener à l'engagement, bien que pour obtenir un résultat positif sur l'engagement scolaire, il est important que la motivation de l'élève soit « autodéterminée ». Autrement dit, que les élèves s'engagent dans le projet par choix et de manière spontanée,

en concordance avec leurs propres valeurs et intérêts. Dans le cas contraire, où des élèves s'engagent dans un projet avec une motivation dite « non autodéterminée », par exemple pour répondre à des pressions externes (se sentir obligé d'y participer ou pour obtenir une récompense ou un prix), une baisse des résultats scolaires peut être observée⁴. **Finalement, c'est lorsque l'action est faite par et pour les jeunes que les retombées sont les plus importantes.**

Une autre condition essentielle est d'impliquer les élèves dès le début du projet et dans les différentes étapes de planification, pour qu'ils s'assurent que le projet répond à leurs attentes et que celui-ci sera accueilli favorablement par leurs camarades.¹⁰ En effet, il est toujours facilitant de s'engager dans une démarche en étant informé de l'ensemble du processus.

L'implication des organismes de la communauté dans les projets visant l'engagement social est également une avenue à privilégier. Ils sont généralement considérés comme des alliés pour favoriser la motivation et l'engagement à travers les projets proposés. D'autre part, parmi les barrières à l'implication du personnel scolaire dans les activités visant l'engagement des jeunes, le manque de temps et de ressources financières sont fréquemment cités⁷. En impliquant les organismes communautaires et/ou à but non lucratif, ces derniers peuvent offrir des ressources financières, humaines et même un accompagnement dans l'élaboration et l'implantation du projet. Plusieurs organismes offrent une multitude de programmes, d'ateliers d'éducation ou d'activités civiques dans les écoles, notamment l'[Alliance pour l'engagement jeunesse](#), [Amnistie internationale](#), [Oxfam-Québec](#), [Fondation Monique-FitzBack](#), [Mouvement ACTES](#) ou les [carrefours jeunesse-emploi du Québec](#).

Recommandations

1. **Sonder les jeunes pour connaître leurs intérêts et capacités;**
2. **Déterminer les activités, projets ou initiatives à prioriser et à réaliser en collaboration avec les élèves;**
3. **Encourager les jeunes à s'engager par choix, et ce, selon leurs valeurs et intérêts pour maximiser leur participation et assurer une réussite;**
4. **Dégager du budget pour la mise en œuvre d'activités, de projets ou d'initiatives et dégager du temps pour les membres de l'équipe-école impliqués;**
5. **Collaborer avec des organismes de la communauté pour la planification et la mise en œuvre;**
6. **Faire la promotion des activités qui sont présentement disponibles à l'école.**



Conclusion

Favoriser l'engagement social des jeunes dans le contexte scolaire est une avenue à privilégier afin de contribuer au développement d'une santé mentale positive et à la réussite éducative. Pour assurer le succès d'une activité, d'un projet ou d'une initiative, il est important de miser sur les forces et les intérêts des jeunes. De plus, collaborer avec des organismes communautaires pour la planification et la mise en œuvre permet d'emmener une expertise complémentaire à celle du milieu scolaire et ainsi de favoriser la mise en commun des forces et des ressources.





Modèle de résolution

RÉSOLUTION No _____

Stimuler l'engagement social des jeunes en contexte scolaire

CONSIDÉRANT QUE l'engagement social est une compétence personnelle et sociale à développer dans la cadre du référent ÉKIP pour favoriser une santé mentale positive;

CONSIDÉRANT QUE l'engagement des élèves en contexte scolaire favorise le sentiment d'appartenance;

CONSIDÉRANT QUE l'engagement dans des activités organisées et civiques à l'école améliore la réussite éducative;

CONSIDÉRANT QUE l'engagement social contribue au développement global des jeunes sur le plan physique, intellectuel, affectif, social et moral.

Il est proposé par _____, appuyé par _____ et (unanimement résolu ou résolu à la majorité) que :

L'école (nom de l'école) s'engage à :

1. Consulter, planifier et mettre en œuvre les activités, programmes ou initiatives avec et pour les jeunes ;
2. Planifier un budget ou collaborer avec des partenaires pour financer les activités favorisant l'engagement social des jeunes ;
3. Promouvoir les activités, programmes ou initiatives qui sont déjà accessibles auprès des jeunes.

Références

- 1 Généreux, M., Bergeron, J., Bourassa, L., Brisson Sylvestre, M.-P., Fafard, A.-C. et Melançon, M.-È. (2023) *Enquête sur la santé psychologique des 12-25 ans. Rapport 2023*. Université de Sherbrooke. https://reussites-trie.ca/wp-content/uploads/2023/05/RAP-PORT_mai_2023_vf.pdf
- 2 Gouvernement du Québec. (Avril 2023). *ÉKIP : Santé, bien-être et réussite éducative des jeunes*. <https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/sante-bien-etre-jeunes/ekip/competences-a-developper-chez-les-jeunes-du-prescolaire-a-la-5e-secondaire>
- 3 Gouvernement du Québec. *Savoirs à développer par année scolaire – secondaire*. https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Autres_themes/ekip_savoirs_secondaire.pdf
- 4 Paquin, A. (2021). *Constats révélateurs sur l'impact des activités d'engagement civique chez les jeunes de niveau secondaire au Québec*. UQÀM. <https://www.elaborer.org/pdf/R4.pdf>
- 5 Réseau québécois pour la réussite éducative. *La réussite éducative : former des citoyennes et citoyens responsables*. <https://reussiteeducative.quebec/fr/reussite-educative>
- 6 L. Philippe, F. (Décembre 2019). *Projet de recherche Réussir : 15 constats révélateurs sur l'impact des activités d'engagement civique chez les jeunes de niveau secondaire au Québec*. UQÀM. <https://www.elaborer.org/pdf/R3.pdf>
- 7 Réseau réussite Montréal. *Motivation et engagement*. <https://www.reseautreussite-montreal.ca/dossiers-thematiques/motivation-engagement/>
- 8 Gingras, M. P., Philippe, F. L., Poulin, F., & Robitaille, J. (2018). Étude sur les obstacles à la mise en place d'activités d'engagement civique en milieu scolaire au Québec. *Canadian Journal of Education/Revue canadienne de l'éducation*, 41(3), 661-687.
- 9 Association pour la santé publique du Québec. *Sondage: Ton école secondaire est importante pour ton bien-être!*. 2023. (Non publié)
- 10 Consortium conjoint Pancanadien pour les écoles en santé. *Trousse de l'engagement des jeunes*. https://www.gov.pe.ca/photos/original/eecd_YETOOL_F.pdf
- 11 Orpana, H., Vachon, J., Dykxhoorn, J., McRae, L., & Jayaraman, G. (2016). Surveillance de la santé mentale positive et de ses facteurs déterminants au Canada: élaboration d'un cadre d'indicateurs de surveillance de la santé mentale positive. *Promotion de la santé et prévention des maladies chroniques au Canada: recherche, politiques et pratiques*, 36(1), 1-11.
- 12 St-Amand, J. (Décembre 2015). *Le sentiment d'appartenance à l'école : un regard conceptuel, psychométrique et théorique* [thèse de doctorat, Université de Montréal]. Papyrus. https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/bitstream/handle/1866/14049/St-Amand_Jerome_2015_these.pdf?sequence=2&isAllowed=y

En partenariat avec

Québec 


ASSOCIATION POUR LA SANTÉ
PUBLIQUE DU QUÉBEC

ÇA SE CULTIVE

casecutive.ca