



Favoriser le bien-être social et émotionnel des enfants et des jeunes en période de crise

Introduction

La pandémie de COVID-19 a nécessité le confinement, la fermeture des écoles, la distanciation physique et la perte d'environnements familiers. Les restrictions de déplacement, le bouleversement des routines, la diminution des interactions sociales et la privation des méthodes d'apprentissage traditionnelles ont eu pour effet d'augmenter la pression, le stress et l'anxiété chez les jeunes, leurs familles et leurs communautés.

Les parents et les adultes aidants déploient des efforts considérables pour gérer l'école à la maison, tout en jonglant avec leurs obligations professionnelles et communautaires, s'occupant des membres de la famille et préservant le bien-être de chacun. Les enseignants doivent s'adapter rapidement à de nouvelles méthodes d'enseignement non éprouvées. Les jeunes s'inquiètent pour leurs études à cause de l'annulation des examens et sont aux prises avec un sentiment d'insécurité dû à l'isolement et à l'incertitude. Dans les foyers pauvres, où le revenu est la priorité absolue, les enfants sont livrés à eux-mêmes pour leur travail scolaire ou en sont détournés pour effectuer d'autres tâches. Le stress et

l'anxiété suscités par la pandémie sont aggravés par la circulation d'informations, exactes ou fausses, souvent exacerbées par les articles à sensation des médias. Non seulement le sentiment d'insécurité en est accru, mais cela crée un terrain propice à la propagation de l'intolérance, du racisme, de la xénophobie et des crimes de haine.

Pour combattre et contrer l'anxiété sociale, les troubles émotionnels ainsi que le sentiment d'insécurité et de peur générés par le COVID-19, il est urgent et nécessaire que les familles et les communautés acquièrent des capacités d'adaptation et une résilience émotionnelle vitales. Les compétences sociales et émotionnelles sont des pratiques bien établies, fondées sur des données, qui peuvent être adaptées pour équiper les enfants, les jeunes, les parents et les enseignants des connaissances, compétences, attitudes et comportements nécessaires pour rester en bonne santé et positifs, gérer ses émotions, s'engager en toute conscience, adopter un comportement social positif et faire face aux difficultés quotidiennes.

Définir le sujet et les problématiques associées

Toute crise, qu'il s'agisse d'un tsunami, de troubles civils ou du COVID-19, provoque de fortes réactions émotionnelles négatives, telles que la panique, le stress, l'anxiété, la colère et la peur. Acquérir des compétences socio-émotionnelles peut permettre d'aborder les situations stressantes avec calme, en maîtrisant ses émotions, mais aussi renforcer la réflexion critique pour prendre des décisions et agir en connaissance de cause (Arslan et Demirtas, 2016). La peur et le stress ont en outre un impact délétère sur la santé et la capacité d'apprendre (Immordino-Yang et Damasio, 2007). Chez tous les apprenants, jeunes et moins jeunes, le stress et le sentiment d'insécurité perturbent l'apprentissage. C'est seulement quand l'esprit est socialement connecté et émotionnellement sécurisé qu'il peut se concentrer sur un contenu académique et s'investir dans l'apprentissage.

Données et leçons tirées des pratiques antérieures et de la crise actuelle

Des études montrent que l'apprentissage socio-émotionnel peut être enseigné comme n'importe quelle autre matière scolaire. En période de crise, les adultes et les parents qui assument le rôle d'enseignant peuvent inculquer ces compétences aux enfants et aux jeunes. Des projets familiaux peuvent être élaborés autour d'activités artistiques et éducatives, notamment pour s'informer sur la crise elle-même. Par exemple, des études montrent que les enfants sont naturellement altruistes (Warneken, 2013). On peut donc encourager les activités qui sollicitent leurs inclinations altruistes naturelles. Ce type de comportement social positif a pour effet non seulement d'activer dans le cerveau les circuits de la récompense, qui aident à convertir les émotions négatives, comme la peur et la colère, en émotions positives, comme l'espoir et la confiance, (Willard *et al.*, 2019) mais aussi de permettre aux individus de se calmer quand ils sont en colère, de régler les conflits dans un esprit de respect et de faire des choix éthiques et sûrs.

Rendre obligatoire l'apprentissage socio-émotionnel pour tous, tout le temps. Les compétences socio-émotionnelles peuvent être bénéfiques pour tout le monde : enfants, jeunes et adultes. Il ne s'agit pas d'une thérapie pour enfants et jeunes présentant des troubles du comportement, mais d'une composante de l'apprentissage et du développement tout au long de la vie. Pour les enfants et les adolescents en particulier, un entraînement explicite aux compétences socio-émotionnelles leur permettra de s'exprimer pleinement et clairement, de nouer des relations plus positives et plus saines avec leurs pairs et les adultes, et de se sentir davantage liés aux autres.

L'apprentissage socio-émotionnel est intimement lié à la performance scolaire et au plein développement des compétences des élèves. Des études font apparaître l'existence d'un lien étroit entre de solides compétences socio-émotionnelles, explicitement intégrées dans les programmes scolaires, et de meilleurs résultats scolaires (Zins *et al.*, 2004). Les médias d'apprentissages et les arts visuels, le théâtre, la danse ou la musique sont par nature extrêmement bénéfiques pour les enfants et les jeunes, car ils leur permettent de vivre des expériences humaines créatives et leur ouvrent des possibilités de développement profond et durable de leurs compétences.

Les compétences socio-émotionnelles améliorent l'économie. L'absence d'apprentissage socio-émotionnel dans les systèmes éducatifs peut se traduire par des pertes potentielles de productivité économique pouvant aller jusqu'à 29 % du produit intérieur brut (Duraiappah et Sethi, 2020).

L'apprentissage socio-émotionnel dans un contexte de crise. Selon des données provenant de pays frappés par des crises, les effets négatifs du stress et de l'anxiété peuvent être atténués si les enfants ont des relations positives et rassurantes avec leurs parents ou les aidants, mais aussi avec des enseignants qui ont de solides compétences socio-émotionnelles, qui créent des possibilités d'activités d'apprentissage socio-émotionnel explicite et offrent un environnement d'apprentissage sûr et prévisible. Cela permet aux enfants de se relever d'expériences traumatisantes et de reprendre une vie normale. (INEE, 2018).

Principaux messages et conseils pratiques pour concevoir des interventions stratégiques et programmatiques

Pour les responsables politiques/institutions gouvernementales

Fournir à tous les membres de la communauté apprenante des informations fiables et basées sur des données concernant le COVID-19, comment éviter sa propagation et comment équiper les individus de compétences socio-émotionnelles – Les enseignants, les apprenants et leurs familles ont besoin d'informations simples et factuelles sur la façon de ne pas contracter la maladie, afin de reprendre confiance, de retrouver un sentiment de contrôle et d'avoir une ligne de conduite. Il faut proposer des ressources adaptées au contexte local pour aider le personnel éducatif, les parents et tous ceux qui travaillent avec des enfants et des jeunes à assurer la continuité de l'apprentissage, en mettant l'accent sur l'apprentissage socio-émotionnel via la télévision, la radio, les plates-formes d'apprentissage mobiles et tout autre moyen, selon les besoins.

Soutenir et accompagner les enseignants et donner la priorité à la formation en matière de compétences socio-émotionnelles – Accorder l'attention qu'il mérite à l'apprentissage socio-émotionnel dans le cadre du développement professionnel des enseignants en période de confinement concernant l'utilisation et l'élaboration de modalités d'apprentissage à distance. Permettre aux enseignants d'acquérir des compétences en matière de technologies de l'information et de la communication et de les utiliser pour produire des solutions d'apprentissage numérique évolutives, qui soient à la fois amusantes, gratifiantes, multisensorielles, immersives, basées sur l'expérience et la performance. (Exemple de ressources : <https://mgiep.unesco.org/global-citizenship>).

Tirer parti du large rayonnement des médias numériques, de la radio et de la télévision pour diffuser des messages en faveur de la résilience individuelle et collective – Prendre contact avec les médias, en particulier ceux qui assurent l'apprentissage à distance pendant la crise, pour diffuser des messages de tolérance, encourageant l'entraide, favorisant la compassion, montrant les similitudes avec le contexte d'autres pays.

Contextualiser le soutien psychosocial et l'apprentissage socio-émotionnel dans les situations d'urgence et les contextes de crise – Procéder à une évaluation minutieuse des besoins pour contextualiser les interventions, adapter les programmes d'études ainsi que les méthodes d'enseignement et d'apprentissage à la situation de fermeture des écoles et d'isolement à la maison ; ajuster le contenu pour aborder les problèmes émergents et sans cesse changeants. Veiller à ce que l'apprentissage socio-émotionnel soit enseigné par des adultes bien dans leur peau, qui peuvent être des modèles de comportement sain pour les enfants. Garder sans cesse à l'esprit les questions de genre et d'inclusion sociale pour prévenir et réduire la violence basée sur le genre, les violences domestiques (y compris sexuelles) et les discriminations qui surgissent souvent dans les situations d'urgence.

À plus long terme

Promouvoir la généralisation de l'apprentissage socio-émotionnel dans l'ensemble du milieu éducatif (formel, non formel et informel) et à tous les niveaux – Généraliser dans l'éducation formelle l'apprentissage socio-émotionnel intégré, avec des programmes au niveau de l'enseignement élémentaire, primaire et secondaire. Les compétences socio-émotionnelles doivent être une priorité et considérées comme faisant partie des principaux résultats d'apprentissage, en leur réservant suffisamment de temps dans les programmes d'études et les activités extrascolaires, au sein d'un environnement psychosocial positif. **Les programmes d'apprentissage socio-émotionnel efficaces** sont basés sur le respect des droits et sur des données scientifiques prouvées, sont participatifs et inclusifs, sensibles aux questions de genre, culturellement appropriés et spécifiquement adaptés aux différents groupes d'âge. Ils ont le pouvoir de transformer les normes et pratiques sociales délétères qui se manifestent en temps de crise, et de promouvoir l'égalité des genres. Les programmes d'apprentissage socio-émotionnel efficaces doivent **s'inscrire dans un écosystème général** qui dépasse les limites de la salle de classe pour s'étendre à l'école tout entière, aux familles, aux communautés et aux médias (OREALC/UNESCO Santiago et Fundación Súmate, 2020).

Veiller à ce que les enseignants soient formés à l'apprentissage socio-émotionnel et qu'ils le mettent en pratique – Inclure l'apprentissage socio-émotionnel dans les programmes de formation en cours d'emploi et de développement professionnels des enseignants, afin de lutter contre le stress et de renforcer leurs compétences sociales et émotionnelles en classe. Veiller à ce que les administrations scolaires accordent aux enseignants en exercice du temps et la possibilité d'acquérir des compétences socio-émotionnelles, celles-ci ayant montré leur efficacité pour favoriser le bien-être, réduire la détresse psychologique et améliorer les interactions en classe (Jennings, 2019 ; Jennings et Greenberg, 2009). Promouvoir les communautés de pratiques entre enseignants d'une même école et entre écoles, afin d'encourager l'apprentissage et le perfectionnement continu.

Conseils supplémentaires pour les établissements d'enseignement/écoles, les jeunes, les enseignants et les parents

Encourager la communication et le travail en réseau entre et avec les enseignants pour favoriser l'apprentissage pédagogique continu, le soutien mutuel et le bien-être.

Encourager les pratiques propices à la santé, à la pleine conscience et à la bienveillance – notamment les habitudes alimentaires saines, l'exercice régulier et le sommeil. Instaurer une routine quotidienne flexible mais structurée, en prévoyant notamment du temps pour s'amuser ou se détendre. Il est crucial de préserver la santé mentale. Encourager les pratiques de pleine conscience, le cas échéant. Les comportements de bienveillance et de compassion ne sont pas seulement gratifiants, ils sont aussi distrayants et générateurs de pensées positives. Exemples de ressources : la campagne en anglais du MGIEP/UNESCO #KindnessMatters (<https://mgiep.unesco.org/kindness>; [Stress and Coping](#)) ; la série vidéo *Bouba et Zaza* ; [les vidéos Smeshariki](#) incluent une série intitulée *ABC de la bienveillance* (en russe).

Insister sur l'utilité de l'art, de la culture et du jeu pour promouvoir le bien-être – Jouer permet d'apprendre et de développer la créativité, les aptitudes motrices et la prise de décision. Jouer a aussi pour effet de réduire l'anxiété et de développer la résilience émotionnelle. Utiliser la musique, la danse, la peinture, etc. pour entretenir la communication et les compétences sociales, ainsi que le développement cognitif, de la concentration à la prise de risque. Les parents et le personnel éducatif peuvent recourir à la musique pour présenter et développer un vocabulaire des émotions (Nawrot 2003). (voir **#KeepMakingArt** : la crise de la COVID-19 a suscité un mouvement mondial de la part des professeurs de disciplines artistiques pour raviver l'espoir et la solidarité chez les enfants, les jeunes, les parents et les artistes <https://creative-generation.org/blog-1/keepmakingart-a-campaign-to-inspire-hope-and-connection>)

Soutenir les liens sociaux des adolescents et encourager un comportement responsable sur Internet/les réseaux sociaux – Aider les adolescents à rester en contact avec leurs amis via les réseaux sociaux et autres méthodes de distanciation sans risques. Saisir cette occasion pour leur rappeler les règles de sécurité dans la sphère numérique et les inciter à développer leurs compétences numériques. (Ressources : [Get Digital](#) par Facebook lancé en partenariat avec l'ISTE et l'ITIE/UNESCO ; Partagez votre expérience : le Réseau des écoles associées de l'UNESCO collecte et partage des récits d'adaptation dans le cadre de sa campagne #ContinuePedagogique. <https://fr.unesco.org/covid19/educationresponse/learningneverstops>)

Encourager les jeux et les ressources audio pour apprendre – Initier les enfants aux jeux, en ligne ou autres, qui favorisent l'apprentissage social, émotionnel et académique. Les encourager à mettre leurs compétences académiques en pratique à la maison – par exemple, utiliser les mathématiques pour calculer les quantités d'ingrédients d'une recette de cuisine. Cuisiner ensemble, partager les échecs si le plat est raté et les succès s'il est réussi. Utiliser également les ressources audio, par exemple les nouvelles racontées par des auteurs de livres, les histoires avec illustration musicale, etc., Exemple de ressource : [MGIEP/UNESO Framerspace.com](#)

Références clés

Parler ouvertement avec les jeunes – Encourager le débat ouvert et la réflexion critique, par exemple organiser des débats, virtuels ou autres, en demandant aux apprenants de démystifier des informations (vous trouverez des conseils dans les kits sur le centre de ressources de l'UNESCO¹), en particulier au sujet du COVID-19 et des désinformations qui lui sont associées, à partir de sources scientifiques fiables. On peut trouver des exemples sur le site internet de l'Organisation mondiale de la santé². Si possible, encourager les échanges virtuels avec les pairs d'autres parties du monde via les réseaux d'écoles existants. Ressources : [Organisation mondiale de la santé page Questions-réponses](#).

Apprentissage socio-émotionnel et compétences associées

UNESCO/Institut Mahatma Gandhi d'éducation pour la paix et le développement durable (MGIEP). Site web officiel <https://mgiep.unesco.org/covid>

Armand Doucet, Dr Deborah Netolicky, Koen Timmers and Francis Jim Tuscano (2020). Thinking about Pedagogy in an Unfolding Pandemic: An Independent Report on Approaches to Distance Learning During COVID19 School Closures https://issuu.com/educationinternational/docs/2020_research_covid-19_eng?fr=sYTY3OTEwMzc2ODU

¹<https://fr.unesco.org/covid19/communicationinformationresponse/mediasupport>

² <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

Soutien psychosocial et apprentissage socio-émotionnel dans un contexte de crise

UNESCO (2014). Stay safe and be prepared: a student's/teacher's/parent's guide to disaster risk reduction.

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000228798/PDF/228798eng.pdf.multi>

UNESCO (2017). Reconstruir sin ladrillos (Building without bricks) - tools for response, preparedness and recovery in emergency contexts

http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/pdf/Guia_completa_educacion_emergencias.pdf

EducationLinks (2018). Social and Emotional Learning in Crisis and Conflict Settings <https://www.edulinks.org/learning/social-and-emotional-learning-crisis-and-conflict-settings>

Matériel complémentaire sur le COVID-19 à l'usage des éducateurs/parents/adultes

UNICEF. Toolkit to spread awareness and take action on COVID-19

<https://www.voicesofyouth.org/media/19701/download>

UNICEF. Maladie à coronavirus (COVID-19) : Ce que les parents doivent savoir

<https://www.unicef.org/fr/coronavirus/coronavirus-ce-que-les-parents-doivent-savoir>

Organisation mondiale de la Santé. Parenting in the time of COVID-19

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/healthy-parenting>

Organisation mondiale de la Santé. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 Outbreak.

<https://www.who.int/publications-detail/mental-health-and-psychosocial-considerations-during-the-covid-19-outbreak>

Parenting for Lifelong Health. COVID-19 online resources: 24/7 Parenting resources in multiple languages. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Covid – 19 Daily life and coping

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/>

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). SEL Resources during COVID-19

<https://casel.org/covid-resources/>

Références bibliographiques dans le corps du texte

Arslan, S., et Demirtas, Z. (2016). Social emotional learning and critical thinking disposition. *Studia Psychologica*, 58(4), 276.

Chatterjee, N. et Duraiappah, A.K. (2019). EMC2: a social and emotional learning framework to build human flourishing. Position paper, UNESCO MGIEP.

Duraiappah, A.K. et Sethi, S. (2020). Social and emotional learning: the costs of inaction. rethinking learning; a review of social and emotional learning for education systems. UNESCO publication.

Draganski, B., Gaser, C., Busch, V., Schuierer, G., Bogdahn, U., et May, A. (2004). Neuroplasticity: changes in grey matter induced by training. *Nature*, 427(6972), 311.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., et Schellinger, K. B. (2011). Enhancing students' social and emotional development promotes success in school: Results of a meta-analysis. *Child Development*, 82(1), 405-432.

Durlak, J. A., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., Weissberg, R. P., et Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.

Immordino-Yang, M. H., et Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, brain, and education*, 1(1), 3-10.

Jennings, P.A. (2019). *The trauma-sensitive classroom: Building resilience with compassionate teaching*. New York: W.W. Norton & Company.

Réseau interagences pour l'éducation en situation d'urgence (INEE) (2018). *Guidance Note. Psychosocial support: Facilitating psychosocial wellbeing and social and emotional learning* https://inee.org/system/files/resources/INEE_Guidance_Note_on_Psychosocial_Support_ENG_v2.pdf

Jennings, P. A., et Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525.

Kimmie Fink (19 March 2020). Just let them play: an alternative approach to schooling at home during the quarantine. Consulté sur <https://www.weareteachers.com/just-let-them-play/>

Lambert, P. (2017). *Hard focus on "soft" skills*. Future Frontiers background paper, NSW Department of Education, Sydney.

Nawrot, E. S. (2003). "The perception of emotional expression in music: Evidence from Infants, Children and Adults". *Psychology of Music*. 31 (1): 75–92.

OREALC/UNESCO Santiago et Fundación Súmate (2020). *COMUNES. Marco para la transformación educativa desde el aprendizaje socioemocional*.

UNESCO (2012). *Bouba et Zaza sont attentifs aux autres*. Paris : UNESCO.

Warneken., F. (2013) Young children proactively remedy unnoticed accidents. *Cognition*. 126(1):101-8.

Zins, J. E., Weissberg, R.P., Wang, M. C., et Walberg, H. J. (2004). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?* NY: Teachers College Press.

À propos des notes thématiques du Secteur de l'éducation de l'UNESCO

Les notes thématiques du Secteur de l'éducation de l'UNESCO couvrent des sujets clés liés à la réponse au COVID-19 en matière d'éducation. Elles fournissent des exemples de bonnes pratiques, des conseils pratiques et des liens vers des références importantes pour chaque sujet afin d'atténuer l'impact des fermetures d'écoles.

Les notes thématiques couvrent plusieurs sujets dans neuf domaines thématiques, à savoir : la santé et le bien-être ; la continuité d'apprentissage et d'enseignement ; égalité et égalité des genres ; enseigner et apprendre ; enseignement supérieur et EFTP ; éducation et culture ; politique et planification de l'éducation ; populations vulnérables, ainsi que l'éducation à la citoyenneté mondiale et l'éducation au développement durable.

Elles sont rédigées collectivement par des collègues de l'UNESCO de différentes régions du monde, qui sont des spécialistes des questions d'éducation. **La présente fiche a été élaborée par la Section de l'éducation à la citoyenneté mondiale et pour la paix et l'Institut Mahatma Gandhi d'éducation pour la paix et le développement durable.**

Rester en contact

Réponse du Secteur de l'éducation de l'UNESCO face au Covid-19



COVID19taskforce@unesco.org



<https://fr.unesco.org/covid19/educationresponse>



@UNESCO_fr



@UNESCOfr