



Promouvoir la santé mentale et le développement des compétences socio-émotionnelles des enfants à l'école maternelle : une évaluation randomisée contrôlée du programme Ecole des émotions

Ophélie COURBET
Doctorante en psychologie clinique

Co-auteurs : Quentin DAVIOT, Victoire KALAMARIDES, Marianne HABIB, Thomas VILLEMONTAIX

Contexte théorique

Santé mentale



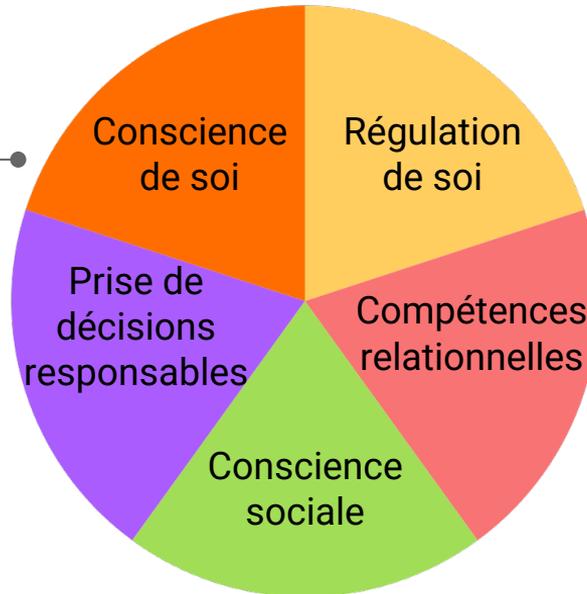
82 %

des jeunes remplissent les critères d'au moins un trouble psychiatrique avant l'âge de 21 ans



des problèmes émotionnels depuis 30 ans, avec une accélération pendant la pandémie de COVID-19

Apprentissage socio-émotionnel : développer 5 compétences (CSE)



bien-être et santé mentale

Contexte de l'étude

Ecole

= contexte préférentiel pour la promotion des CSE



A l'international,

Peu de preuve scientifique d'efficacité des programmes de promotions des CSE à l'école maternelle



En France

Peu d'étude évaluant l'efficacité des programmes CSE délivrés dans les écoles



1er essai randomisé contrôlé

Évaluant un programme de promotion des CSE en maternelle en France



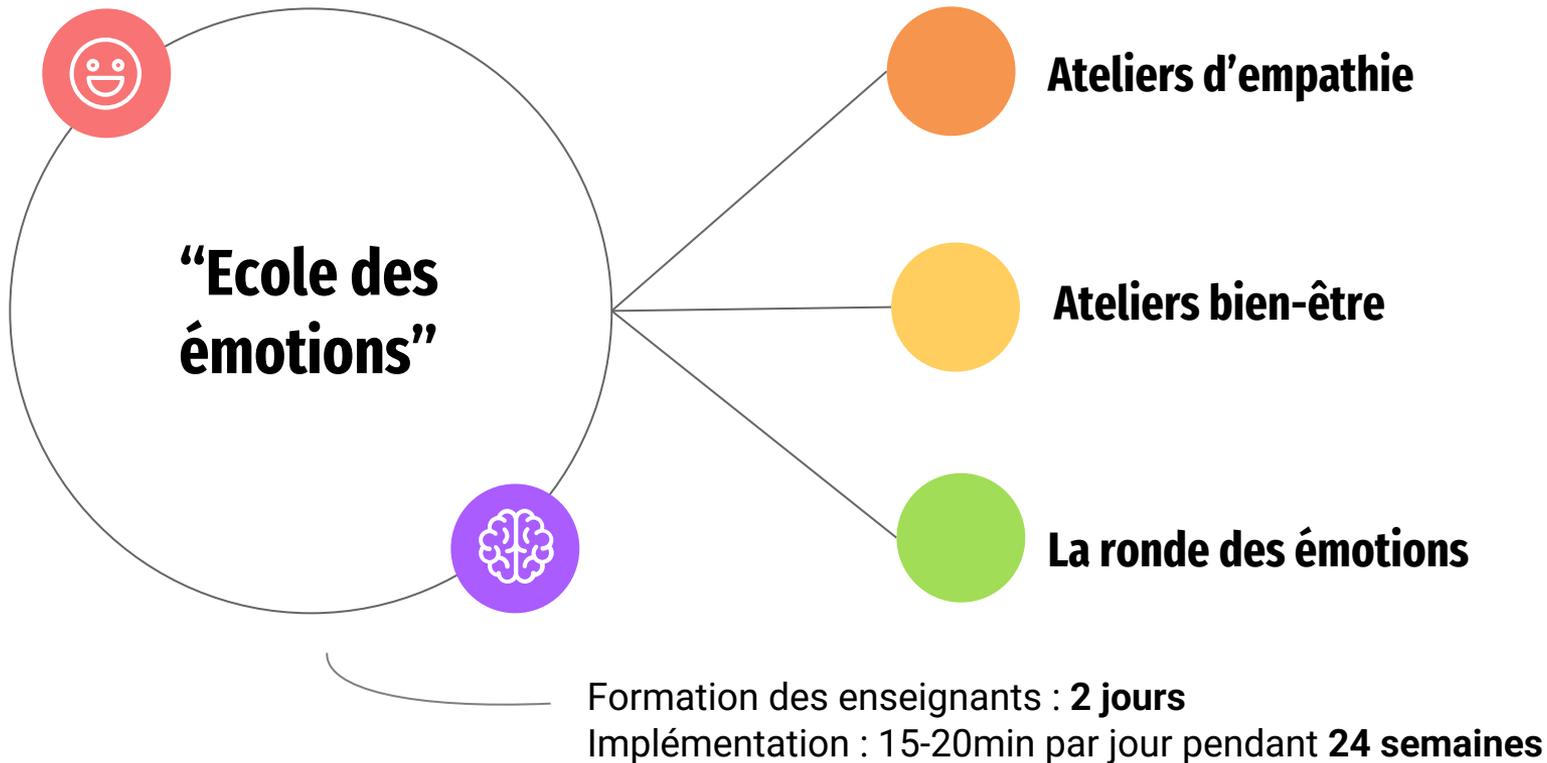
Programme délivré par les enseignant.e.s de Maternelle



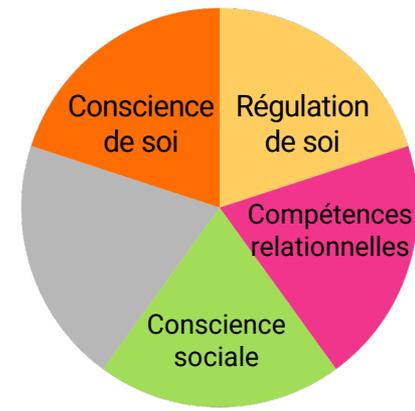
Territoire **socio-économiquement défavorisé**

“Ecole des émotions”

Un programme de développement des CSE



Ateliers d'empathie



Adaptation française du **Kindness curriculum**
(Healthy Minds Innovations, Wisconsin university)

Contenus

- Exercices de pleine conscience
- Livres
- Activités : jeux de rôle, activités physiques et manuelles

Thèmes

- Découvrir et diriger son attention et sa respiration
- Identifier ses émotions et celles des autres
- Développer les amitiés grâce à l'empathie
- Apaiser sa colère et résoudre des conflits

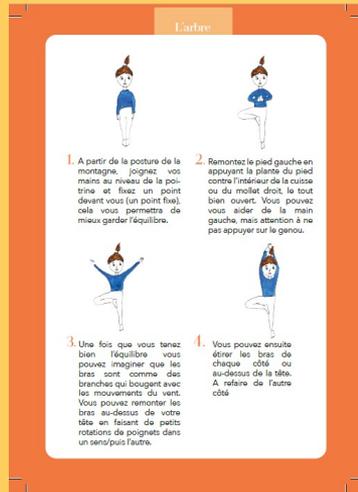


Flook et al. 2015

Activités ritualisées

Ateliers bien-être

- Echauffements
- Automassages
- Postures inspirées du yoga
- Respirations



Conscience de soi Régulation de soi

Ronde des émotions

- Prise de perspective d'autrui
- Résolution de problèmes en situation sociale

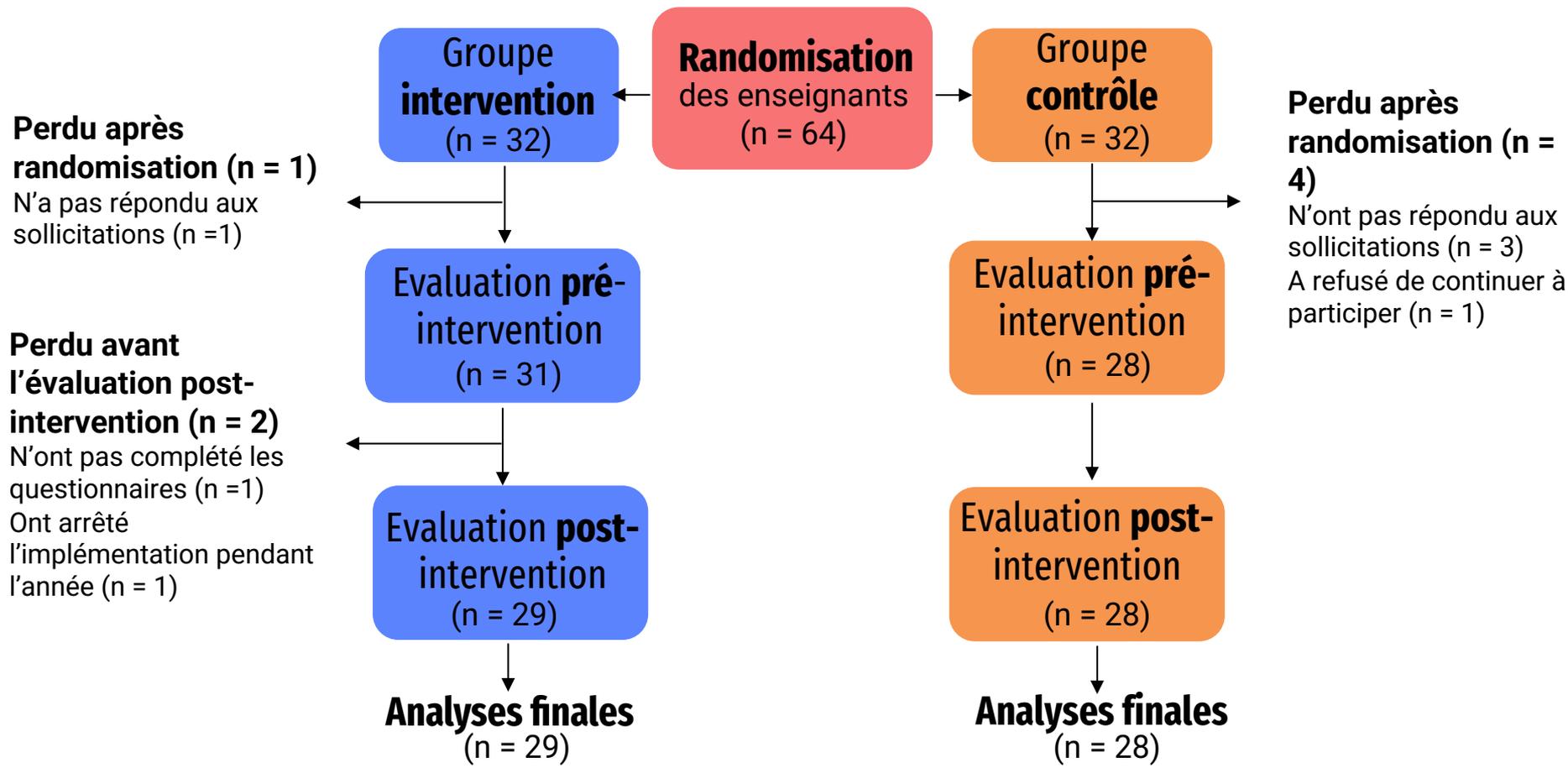


Prise de décisions responsables
Compétences relationnelles
Conscience sociale

Méthode

Essai randomisé contrôlé

64 classes
761 enfants



Méthode

Déroulement et mesures

3 types de mesure complémentaires

Questionnaires complétés par l'enseignant.e

- ✓ Problèmes de santé mentale (SDQ) : problèmes émotionnels, comportementaux, d'inattention/hyperactivité, et relationnels, n = 691
- ✓ Relations enseignant.e-élèves (STRS), n = 691
- ✓ Compétences sociales (PKBS), n = 691

Observations standardisées "en aveugle"

- ✓ Interactions avec l'enseignant.e, avec les pairs et avec la tâche (inCLASS), n = 516

Tâches expérimentales

- ✓ Situations sociales difficiles (CST), n = 417
- ✓ Reconnaissance des émotions, n = 492
- ✓ Acceptation par les pairs, n = 620
- ✓ Fonctions exécutives, n = 449

Méthode

Analyses statistiques

- Analyse en intention de traiter (ITT) pour chaque outcome :

$$Y_i = a + b \times T_i + S_i + X_i + \epsilon_i$$

T_i : Assignment au traitement

X_i : Variables de contrôles estimées avec une régression Lasso

S_i : Effets fixe des strates

ϵ_i : Erreurs standards clusterisées au niveau de la classe

- Variables regroupées dans des familles
(procédure d'Anderson)

Dans chaque famille : **corrections** pour
comparaisons multiples

● Analyses de balancing : ok

Résultats

pour l'échantillon global



des **problèmes de santé mentale**



des **conflits enseignant-élève**



Pas d'effet significatif sur la régulation de soi positive

Familles	T-C	S.E	p value (aj.)
Problèmes de santé mentale SDQ problèmes émotionnels SDQ problèmes comportementaux SDQ problèmes relationnels SDQ inattention/hyperactivité SDQ impact	-0.265 -0.243 -0.145 -0.228 -0.033 -0.131	0.074 0.074 0.057 0.075 0.061 0.065	.000** .001** .019* .006* .592 .057
Régulation des émotions et comportements négatifs Questionnaire: STRS conflits enseignant-élève Tâche : CST comportement agressifs Observation : inCLASS engagement négatif	-0.039 -0.178 0.180 0.066	0.071 0.066 0.115 0.140	.586 .02* .178 .635
Régulation de soi positive Questionnaire : PKBS obéissance Questionnaire : PKBS autonomie Observation : inCLASS engagement positif envers la tâche	0.107 0.093 0.075 0.160	0.082 0.069 0.076 0.167	.194 .176 .321 .339

Résultats pour l'échantillon global

Pas d'effet significatif
sur les relations
positives avec autrui,
les compétences
émotionnelles, et les
fonctions exécutives

X

Familles	T-C	S.E	p value(aj.)
Relations positives avec l'enseignant.e	0.108	0.104	.298
Questionnaire: STRS proximité	0.171	0.093	.131
Observation : inCLASS engagement positif avec l'enseignant.e	0.014	0.181	.937
Relations positives avec les pairs	0.033	0.078	.671
Questionnaire: PKBS interactions sociales	0.105	0.113	.588
Questionnaire : PKBS comportements prosociaux	0.173	0.085	.208
Questionnaire : PKBS coopération	0.095	0.094	.788
Tâche : acceptation par les pairs	0.007	0.085	.938
Observation : inCLASS engagement positif avec les pairs	-0.085	0.133	.653
Conscience des émotions	-0.010	0.103	.920
Tâche : reconnaissance des émotions	-0.024	0.141	.863
Tâche : CST réponses adaptatives (prosociales)	-0.029	0.078	1.00
Fonctions exécutives	-0.001	0.127	.992
Tâches : mémoire de travail, flexibilité cognitive			

Résultats

Analyses d'hétérogénéité – sous-groupes

**Enfants avec
une santé
mentale
basse avant
intervention**

- ↘ problèmes de santé mentale (T-C = -0.375) et des conflits enseignant.e-élèves (T-C = -0.306)
- ↗ relations positives avec l'enseignant.e (T-C = 0.266)

- ↘ problèmes de santé mentale (T-C = -0.334)
- ↗ régulation de soi positive (T-C = 0.198)

Garçons

**Enfants plus
âgés**

- ↘ problèmes de santé mentale (T-C = -0.339)
- ↗ comportements prosociaux avec les pairs (T-C = 0.235)

Discussion



« Ecole des émotions » a des effets positifs sur la santé mentale et les conflits enseignant.e- élèves

Incluant des effets sur les
problèmes émotionnels,
comportementaux et
relationnels

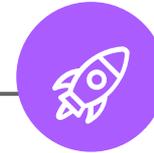


Enjeux méthodologiques

Effets trouvés uniquement
via des mesures par
questionnaires (pour
l'échantillon global)



- Biais ?**
- Peu de corrélations** entre
mesures questionnaires et
autres
- enseignants = **meilleurs
informateurs ?**



Perspectives

- Données en **follow-up** (6
mois après intervention)
- Analyse des **résultats
scolaires** (EvalAIDE CP)



Merci pour votre attention !

ophelie.courbet@hotmail.fr

Courbet et al. *Trials* (2022) 23:1050
<https://doi.org/10.1186/s13063-022-06979-2>

Trials

STUDY PROTOCOL **Open Access**

Promoting psychological well-being in preschool children: study protocol for a randomized controlled trial of a mindfulness- and yoga-based socio-emotional learning intervention



O. Courbet¹ , Q. Daviot², V. Kalamarides¹, M. Habib³, M-C C Castillo¹ and T. Villemonteix^{1*}