



SOCIÉTÉ • LES DÉBATS SUR L'ÉDUCATION

« Si l'on veut lutter efficacement contre la souffrance des jeunes, il faut commencer par former et écouter les enseignants »

TRIBUNE

Angèle Malâtre-Lansac

déléguée générale de l'Alliance pour la santé mentale

Vanessa Duchatelle

cofondatrice et directrice générale de l'association ScholaVie

Former les professeurs aux compétences psychosociales comme gérer son stress ou ses émotions permettrait d'améliorer le bien-être des élèves comme des enseignants, jugent Angèle Malâtre-Lansac, déléguée générale de l'Alliance pour la santé mentale, et Vanessa Duchatelle, cofondatrice de l'association ScholaVie, dans une tribune au « Monde ».

Publié aujourd'hui à 06h40 | Lecture 3 min.

Article réservé aux abonnés

🔊 Cette tribune paraît dans « Le Monde de l'éducation ». Si vous êtes abonné au *Monde*, vous pouvez vous inscrire à cette lettre hebdomadaire [en suivant ce lien](#).

Le ministère de l'éducation nationale vient de lancer une série de concertations à l'approche des assises de la santé scolaire, prévues à Paris le 14 mai. Cette attention portée au bien-être des élèves ne devrait pas occulter un enjeu majeur : la détresse psychologique des enseignants. [La récente vague de suicides en Normandie](#) – neuf enseignants et personnels éducatifs depuis juin 2024 – révèle un mal-être profond et structurel. Pourtant, des solutions existent. Parmi elles, le développement des compétences psychosociales mérite une attention particulière, tant leur impact sur le bien-être mental des élèves et des enseignants pourrait être déterminant.

L'éducation nationale est un levier essentiel [pour la grande cause nationale de 2025 qu'est la santé mentale](#). Elle s'articule autour de quatre priorités : déstigmatisation des troubles psychiques, développement de la prévention, amélioration de l'accès aux soins et accompagnement des personnes concernées. Les jeunes, particulièrement touchés depuis la crise sanitaire, constituent une priorité de cette grande cause : le [pourcentage des enfants scolarisés en élémentaire présentant au moins un trouble de santé mentale](#) (13 %) ainsi que l'explosion des prescriptions de psychotropes chez les 12-25 ans (+ 60 % entre 2019 et 2023, d'après un récent rapport de l'Assurance-maladie) constituent des signaux particulièrement alarmants.





Si on souhaite prendre en compte l'ensemble des dynamiques sous-jacentes à la détérioration inquiétante de la santé mentale des jeunes, la souffrance des élèves ne peut être dissociée de celle des adultes qui les accompagnent. En première ligne face à ces jeunes élèves en détresse psychologique, les professeurs pourraient être les principaux oubliés de cette grande cause nationale : alors que la profession traverse une crise, la souffrance psychologique des enseignants semble ignorée des réflexions, bien qu'elle conditionne directement la capacité des professeurs à remplir leur mission auprès des élèves, en particulier les plus fragiles.

Environnement scolaire sous tension

Le mal-être enseignant pèse sur un système déjà en souffrance. Le malaise enseignant ne date pas d'hier, mais il atteint aujourd'hui un niveau critique. Selon un sondage OpinionWay pour Indeed réalisé en 2023, près de 30 % des enseignants envisagent une reconversion professionnelle à moyen terme. Comment espérer une éducation de qualité si ceux qui la dispensent n'ont plus les moyens ni l'envie de jouer leur rôle ?

Parallèlement, la satisfaction professionnelle chute : seulement six enseignants sur dix se disent encore satisfaits par leur travail d'après le baromètre du bien-être au travail des personnels de l'éducation nationale réalisé par le ministère de l'éducation nationale, tandis que le manque de dispositifs nationaux de soutien psychologique se fait cruellement ressentir, et que les registres de santé et sécurité au travail n'ont jamais recueilli autant d'alertes.

Face au harcèlement scolaire, aux troubles anxieux ou à la détresse psychologique de leurs élèves, ils sont souvent impuissants. Si l'on veut lutter efficacement contre la souffrance des jeunes, il faut commencer par former et écouter ceux qui les accompagnent au quotidien. En 2018, seuls 55 % des enseignants déclaraient avoir abordé la gestion de classe et du comportement des élèves dans le cadre de leur formation initiale, et parmi eux seuls 22 % rapportaient y avoir été « bien » ou « très bien » préparés, [selon une enquête de l'Organisation de coopération et de développement économiques \(OCDE\)](#) publiée en 2019 ; ce qui en fait l'un des domaines pour lesquels le sentiment de préparation est le moins répandu.

Cette détresse du corps enseignant ne doit pas être une fatalité. Parmi les solutions existantes, le développement des compétences psychosociales est particulièrement adapté pour traiter le mal-être psychologique à la racine et renforcer la prévention.

Gérer son stress, renforcer sa résilience, développer une communication bienveillante, connaître ses forces : ces compétences sont essentielles pour naviguer dans tout environnement, en particulier dans un environnement scolaire sous tension. Un enseignant formé aux compétences psychosociales est mieux armé pour accompagner ses élèves, gérer les conflits et prévenir les situations de crise.

Plusieurs pistes peuvent être explorées pour les mettre en place : l'intégration d'une formation aux compétences psychosociales dans le cursus initial des enseignants et tout au long de leur carrière ; le renforcement des dispositifs d'accompagnement psychologique, avec des espaces de parole et de soutien. La France peut aussi s'inspirer des modèles et bonnes pratiques à l'étranger, notamment des pays scandinaves, où la prévention des risques psychosociaux fait partie intégrante des politiques éducatives.

L'inaction n'est plus une option

Former et accompagner les enseignants aux compétences psychosociales est une solution concrète, accessible et efficace. Leur apprendre à mieux gérer le stress et les émotions, c'est leur donner les





moyens de préserver leur santé mentale et d'être pleinement présents pour leurs élèves. C'est aussi un levier-clé pour lutter contre le harcèlement scolaire et prévenir les risques psychosociaux dans les établissements.

Santé publique France publiait à ce sujet, en 2022, un bilan des effets des programmes de compétences psychosociales probants sur la santé. Les résultats de 213 études réalisées en contexte scolaire (sur 270 034 élèves) montrent que, par rapport aux élèves des groupes contrôles, ceux ayant bénéficié des interventions rapportent une amélioration significative de l'estime de soi, des relations positives avec les pairs et les enseignants, de leurs résultats scolaires, et une réduction des symptômes de stress, d'anxiété et de dépression, ainsi qu'une diminution des violences et du harcèlement scolaires.

Face à l'urgence, l'inaction n'est plus une option. Il est temps de mettre en place des politiques ambitieuses et de reconnaître enfin que le bien-être des enseignants est un pilier essentiel de la réussite éducative et du bien-être des jeunes, y compris en dehors des établissements.

Angèle Malâtre-Lansac (déléguée générale de l'Alliance pour la santé mentale) et **Vanessa Duchatelle** (cofondatrice et directrice générale de l'association ScholaVie)

