ENTRAIDE ÉDUCATIVE ET BIEN-ÊTRE à l'école

Votre gouvernement

Québec

La **compétence émotionnelle** pour favoriser la **réussite éducative** des élèves en formation professionnelle **(FP)** et en formation générale aux adultes **(FGA)**

Marie-Hélène Véronneau, Ph. D.

Professeure et chercheuse

Département de psychologie, Université du Québec à Montréal

Votre gouvernement

Équipe de compétence émotionnelle
Emotional Competence Team

LÉPSIS
Laboratoire d'études sur les parcours scolaires et les influences sociales

UQÀM

Québec

POLITIQUE DE LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE

LE PLAISIR D'APPRENDRE, LA CHANCE DE RÉUSSIR

LA DIPLOMATION ET LA QUALIFICATION

OBJECTIF 1

D'ici 2030, porter à 90 % la proportion des élèves de moins de 20 ans qui obtiennent un premier diplôme ou une première qualification, et à 85 % la proportion de ces élèves titulaires d'un premier diplôme (DES et DEP).

Cohorte de 2012 Suivie sur 7 ans	suivie jusqu'en 2018-2019
Ensemble du Québec :	81,7 %
Part de diplômés	77,6%
Part de qualifiés	4,1 %

Votre gouvernement

Objectifs de l'atelier

1. **Définir la « réussite éducative »** en fonction des missions de l'école québécoise (Politique de la réussite éducative, 2017)
2. **Découvrir** comment se **développe** la compétence émotionnelle à **l'âge adulte**
3. **Jouer** le jeu: quelle sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?
4. **Partager nos résultats** préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP
5. **Réfléchir** aux **pratiques** pouvant favoriser la compétence émotionnelle des élèves pendant leur formation

1. **Définir** la réussite éducative

UNE PLUS GRANDE COHÉRENCE DES ACTIONS

- Elle dégage une vision structurée dans un continuum éducatif, de la petite enfance à l'âge adulte.

- Elle intervient bien au-delà de la diplomation et de la qualification en mettant au cœur de sa vision la nécessité de former des citoyennes et des citoyens prêts à relever les défis du 21e siècle.

1. **Définir** la réussite éducative

Source: Programme de formation de l'école québécoise.
Repris dans: La politique de la réussite éducative (gouv. du Québec)

Votre gouvernement

Québec

1. **Définir** la réussite éducative

Validé auprès de 212 élèves

Le Questionnaire de réussite éducative en formation professionnelle (2021)

Thèse de Florence Tsakpinoglou, B. Sc., doctorante en psychologie à l'UQAM

(Tsakpinoglou & Véronneau, 2021 – soumis)

32 questions

Papier-crayon

3 échelles

« Je suis capable d'expliquer les notions liées à ma future profession »

« Ma formation m'a aidé·e à trouver ma place dans ma collectivité »

« Grâce à ma formation, je peux facilement faire face à de nouveaux défis au travail »

1. **Définir** la réussite éducative

Projet 2017-2021 :

Le rôle de la **compétence émotionnelle** pour favoriser la **réussite** en formation professionnelle

Votre gouvernement

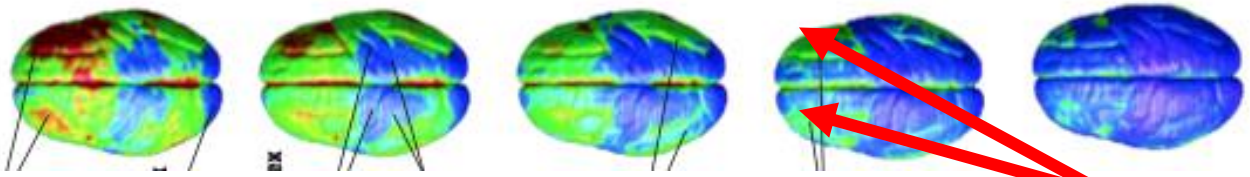
Québec

Objectifs de l'atelier

1. **Définir la « réussite éducative »** en fonction des missions de l'école québécoise (Politique de la réussite éducative, 2017)
2. **Découvrir** comment se **développe** la compétence émotionnelle à **l'âge adulte**
3. **Jouer** le jeu: quelle sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?
4. **Partager nos résultats** préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP
5. **Réfléchir** aux **pratiques** pouvant favoriser la compétence émotionnelle des élèves pendant leur formation

2. **Développement** de la compétence émotionnelle à **l'âge adulte**

5 ans → 20 ans



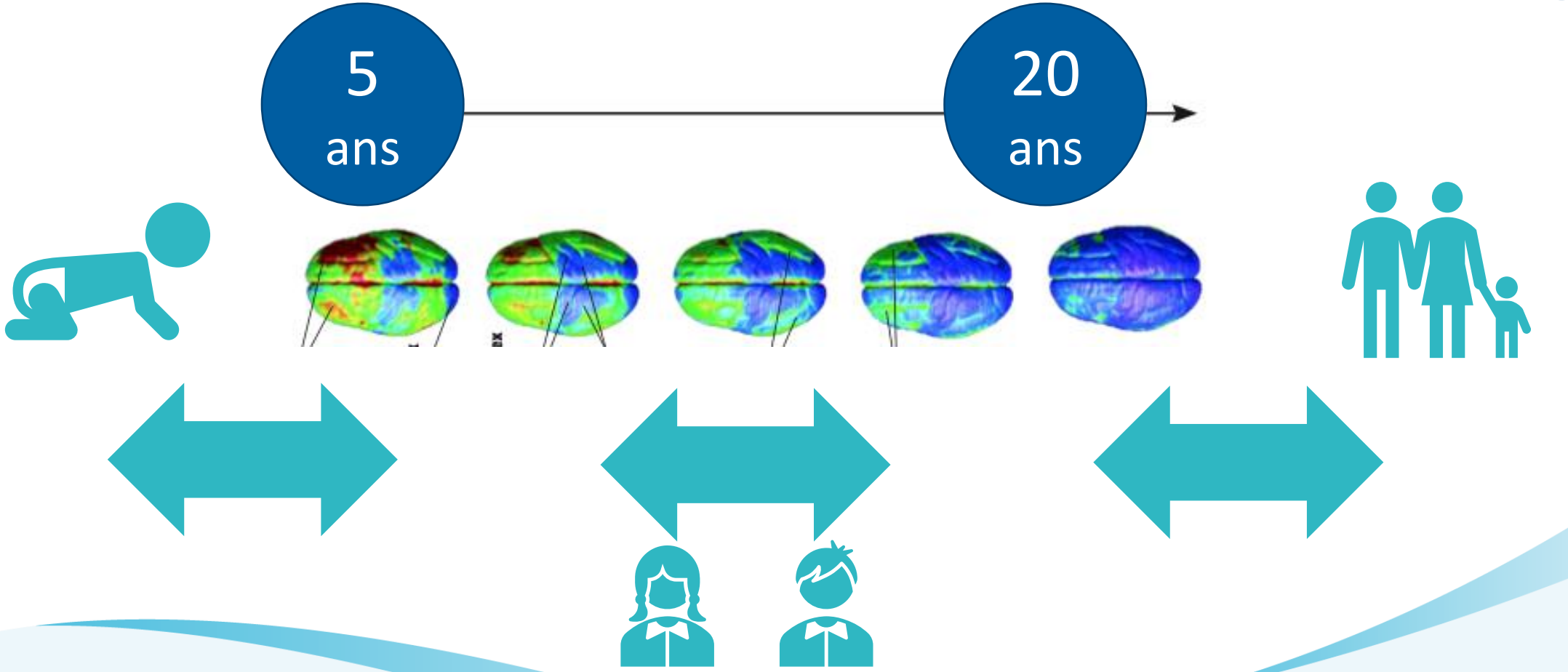
Créer de **nouvelles** connexions pour **élargir** les capacité

Élaguer les connexions pour plus d'**efficacité**

Cortex préfrontal :
Planification
Prise de décision
Pensée abstraite
Régulation émotionnelle

Adapté de: Immordino-Yang et al., 2018 (Aspen Institute)

2. **Développement** de la compétence émotionnelle à **l'âge adulte**



Adapté de: Immordino-Yang et al., 2018 (Aspen Institute)
Saarni (1999)

2. **Développement** de la compétence émotionnelle à **l'âge adulte**

PRÉDISPOSITIONS PERSONNELLES

- Tempérament
- Facultés cognitives
- Facultés langagières

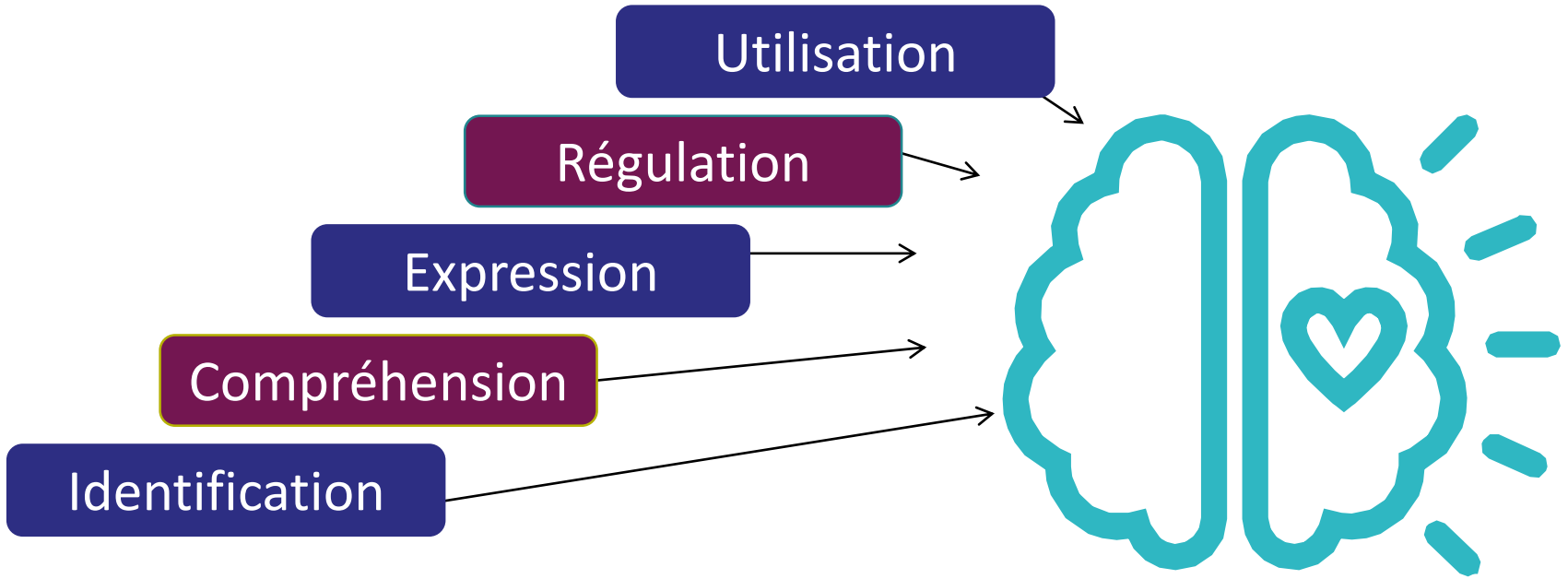
EXPÉRIENCES ET SOCIALISATION

- Enseignement
- Modélisation
- Climat de la relation

Objectifs de l'atelier

1. **Définir la « réussite éducative »** en fonction des missions de l'école québécoise (Politique de la réussite éducative, 2017)
2. **Découvrir** comment se **développe** la compétence émotionnelle à **l'âge adulte**
3. **Jouer** le jeu: quelle sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?
4. **Partager nos résultats** préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP
5. **Réfléchir** aux **pratiques** pouvant favoriser la compétence émotionnelle des élèves pendant leur formation

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?



Saarni, 1999; 2006; Campos et coll. 1994; Mikolajczak et coll., 2009

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),**
à quel point vous reconnaissez-vous?

Quelle est votre tendance générale?

Adapté du Profil de compétence émotionnelle,
Brasseur et Mikolaczjak (2012)

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),** à quel point vous reconnaissez-vous?

Je suis conscient.e de mes émotions au moment où je les éprouve

Votre gouvernement

Québec

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),** à quel point vous reconnaissez-vous?

Je suis conscient.e de mes émotions au moment où je les éprouve
Je sais lorsqu'une personne est en colère, triste ou joyeuse, même si elle ne m'en parle pas

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),** à quel point vous reconnaissez-vous?

Je suis conscient.e de mes émotions au moment où je les éprouve
Je sais lorsqu'une personne est en colère, triste ou joyeuse, même si elle ne m'en parle pas
Quand je me sens mal, je fais facilement le lien avec une situation qui m'a touché.e

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),** à quel point vous reconnaissez-vous?

Je suis conscient.e de mes émotions au moment où je les éprouve
Je sais lorsqu'une personne est en colère, triste ou joyeuse, même si elle ne m'en parle pas.
Quand je me sens mal, je fais facilement le lien avec une situation qui m'a touché.e
Je peux facilement expliquer les réactions émotionnelles de mes proches

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),** à quel point vous reconnaissez-vous?

Je suis conscient.e de mes émotions au moment où je les éprouve
Je sais lorsqu'une personne est en colère, triste ou joyeuse, même si elle ne m'en parle pas
Quand je me sens mal, je fais facilement le lien avec une situation qui m'a touché.e
Je peux facilement expliquer les réactions émotionnelles de mes proches
Quand je suis en colère, je peux facilement me calmer

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),** à quel point vous reconnaissez-vous?

Je suis conscient.e de mes émotions au moment où je les éprouve
Je sais lorsqu'une personne est en colère, triste ou joyeuse, même si elle ne m'en parle pas
Quand je me sens mal, je fais facilement le lien avec une situation qui m'a touché.e
Je peux facilement expliquer les réactions émotionnelles de mes proches
Quand je suis en colère, je peux facilement me calmer
Je suis doué.e pour remonter le moral des gens

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),** à quel point vous reconnaissez-vous?

Je suis conscient.e de mes émotions au moment où je les éprouve
Je sais lorsqu'une personne est en colère, triste ou joyeuse, même si elle ne m'en parle pas

Identification des émotions

Intrapersonnel

Interpersonnel

Votre gouvernement

Québec

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),**
à quel point vous reconnaissez-vous?

Quand je me sens mal, je fais facilement le lien avec une situation qui m'a touché.e
Je peux facilement expliquer les réactions émotionnelles de mes proches

Compréhension des émotions

Intrapersonnel

Interpersonnel

Votre gouvernement

bec

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Sur une échelle de **1 (jamais), 2 (parfois) et 3 (souvent),**
à quel point vous reconnaissez-vous?

Régulation des émotions

Intrapersonnel

Interpersonnel

Quand je suis en colère, je peux facilement me calmer
Je suis doué.e pour remonter le moral des gens

Votre gouvernement

Québec

3. **Jouer** le jeu : quelles sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?

Pour aller plus loin :

- Questionnaire de 50 questions gratuit en ligne
  - https://emotional-competence.co/
- Permet de se comparer à relativement à un échantillon de 16 000 personnes

Objectifs de l'atelier

1. **Définir la « réussite éducative »** en fonction des missions de l'école québécoise (Politique de la réussite éducative, 2017)
2. **Découvrir** comment se **développe** la compétence émotionnelle à **l'âge adulte**
3. **Jouer** le jeu: quelle sont ***mes*** **forces** en compétence émotionnelle ?
4. **Partager nos résultats** préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP
5. **Réfléchir** aux **pratiques** pouvant favoriser la compétence émotionnelle des élèves pendant leur formation

4. Partager nos résultats préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP

Arsenio & Loria, 2014;
Bierman et al., 2008, Parker et al., 2004

Enfants
Adolescents
Étudiants universitaires

Réussite éducative

Élèves de formation professionnelle ?

Bien-être psychologique au travail ?

Essai doctoral de Sasha Voyer, B. Sc., doctorante en psychologie, UQAM

Votre gouvernement

Québec

4. Partager nos résultats préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP

Bien-être psychologique

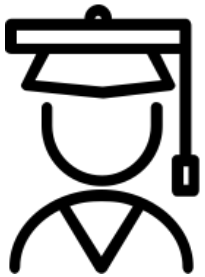
- Sentiment subjectif de bonheur et de satisfaction envers la vie
  - Activités concordent avec les valeurs
  - Sens à la vie
- Indicateur d'une transition études–école réussie

Keyes, 2005, 2007; Ryan & Deci, 2001; Drapeau et al., 2012

Dagenais-Desmarais & Savoie, 2012

4. Partager nos résultats préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP

Compétence émotionnelle → **Réussite éducative** → **Bien-être psychologique au travail**



Votre gouvernement

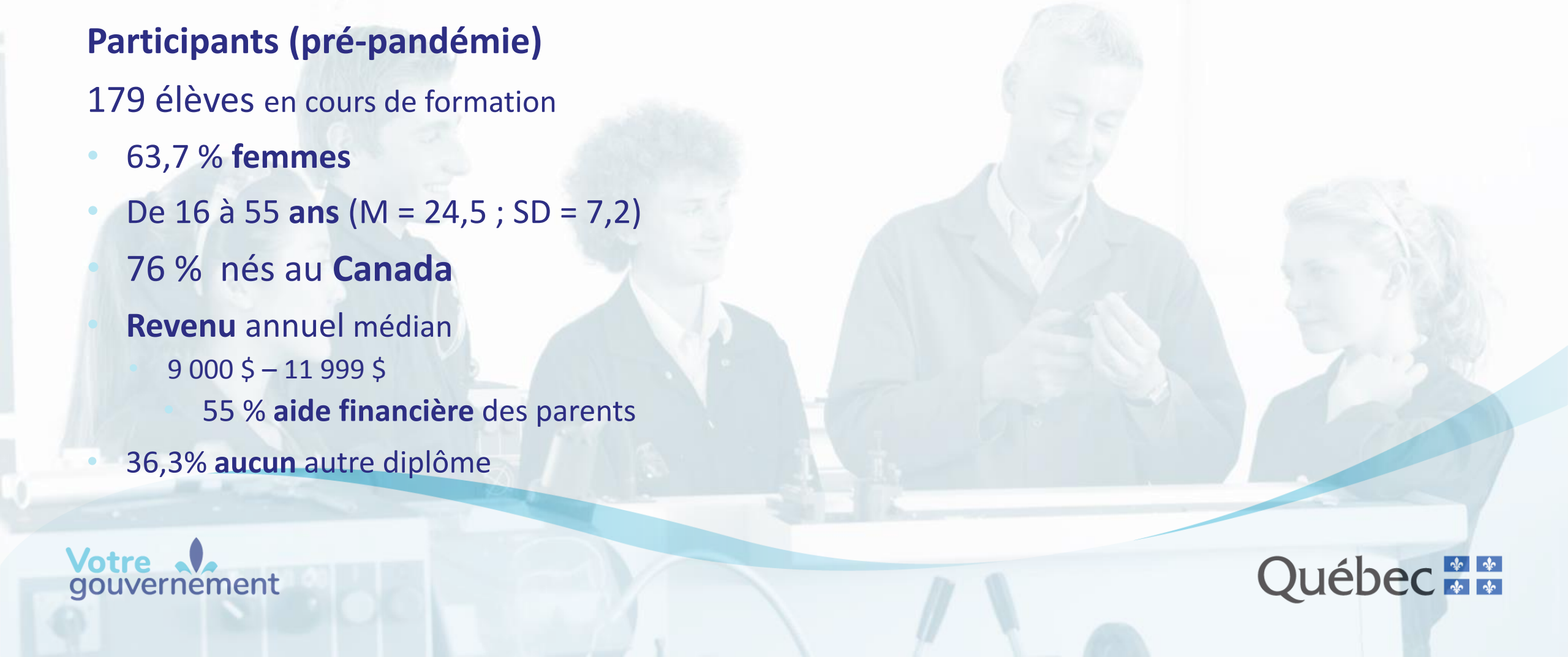
Québec

4. Partager nos résultats préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP

Participants (pré-pandémie)

179 élèves en cours de formation

- 63,7 % **femmes**
- De 16 à 55 **ans** (M = 24,5 ; SD = 7,2)
- 76 % nés au **Canada**
- **Revenu** annuel médian
  - 9 000 $ – 11 999 $
    - 55 % **aide financière** des parents
- 36,3% **aucun** autre diplôme



Votre gouvernement

Québec

4. Partager nos résultats préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP

Participants (pré-pandémie)

179 élèves en cours de formation

- 63,7 % **femmes**
- De 16 à 55 **ans** (M = 24,5 ; SD = 7,2)
- 76 % nés au **Canada**
- **Revenu** annuel médian
  - 9 000 $ – 11 999 $
    - 55 % **aide financière** des parents
- 36,3% **aucun** autre diplôme

Procédure

Temps 1 (*N* = 179)

Questionnaires papier-crayon

dans les centres de formation

Temps 2 (*n* = 107)

~ 6 mois après la fin de leur programme

Questionnaire en ligne ou entrevue

téléphonique

Votre gouvernement

Québec

4. Partager nos résultats préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP

χ2 (1) = 2.01, p = .16, RMSEA = .08, CFI = .95, SRMR = .04.

Effet indirect (médiation) significatif : 0,10; IC 95% [0,02 et 0,22].

La **réussite éducative** explique une partie du lien entre la **compétence émotionnelle** et le bien-être psychologique au **travail**

Objectifs de l'atelier

1. **Définir la « réussite éducative »** en fonction des missions de l'école québécoise (Politique de la réussite éducative, 2017)
2. **Découvrir** comment se **développe** la compétence émotionnelle à **l'âge adulte**
3. **Jouer** le jeu: quelle sont ***mes* forces** en compétence émotionnelle ? (questionnaire interactif?)
4. **Partager nos résultats** préliminaires sur la compétence émotionnelle et la réussite éducative en FP
5. **Réfléchir** aux **pratiques** pouvant favoriser la compétence émotionnelle des élèves pendant leur formation

5. **Pratiques** pouvant **favoriser la compétence émotionnelle** des élèves pendant leur formation

Y a-t-il des programmes **validés scientifiquement** pour les **adultes** ?

Que nous **apprennent**-ils ?

Votre gouvernement

Québec

5. **Pratiques** pouvant **favoriser la compétence émotionnelle** des élèves pendant leur formation

Minimal
(Springer, 2013)

2 heures
↗ conscience

Vraiment Intense
(Kasler, 2013)

30 heures (13 semaines)
↗ plusieurs compétences
↗ auto-efficacité

Assez intense
(Kostsou, 2011
Nelis, 2011
Garner, 2018)

12 heures (sur 2 à 6 jours)
Parfois 1 séance de rappel
Rappels courriels
↗ plusieurs compétences, relations
↗ bienêtre subjectifs, physique
↘ détresse émotive

Modéré et flexible
(Gilar-Corbi, 2018)

7 heures (7 semaines)
En ligne, avec échanges
Parfois avec coach
↗ plusieurs compétences

Super flexible et mobile!
(Newbold, 2020)

Horaire flexible sur 1 mois
En cours d'évaluation
Programme sur app mobile
S'adapte au niveau de compétence initiale

Votre gouvernement

5. **Pratiques** pouvant **favoriser la compétence émotionnelle** des élèves pendant leur formation

Selon les **interventions** validées et la **recherche** fondamentale…

Que peut-on **déjà incorporer** aux **pratiques** d'enseignement et d'intervention ?

Votre gouvernement

Québec

5. **Pratiques** pouvant **favoriser la compétence émotionnelle** des élèves pendant leur formation

Pour les **adultes** de tous âges…

- Expériences concrètes et actives
- Expériences sur le terrain
- Soutien direct d'un·e expert·e
- Rétroaction, réflexions, introspection
- Discussions avec les pairs

Immordino-Yang et al., 2018 (Aspen Institute)

Votre gouvernement

Québec

5. **Pratiques** pouvant **favoriser la compétence émotionnelle** des élèves pendant leur formation

Encouragez les **saines habitudes de vie** chez vos élèves

Immordino-Yang et al., 2018 (Aspen Institute)

5. **Pratiques** pouvant **favoriser la compétence émotionnelle** des élèves pendant leur formation

… prendre soin de **vous** !

- Régulation des émotions
- Soutien de la communauté
- Porter attention à son bienêtre
- Pratiquer la pleine conscience
- Meilleur soutien pour les élèves

Immordino-Yang et al., 2018 (Aspen Institute)

Votre gouvernement

Québec

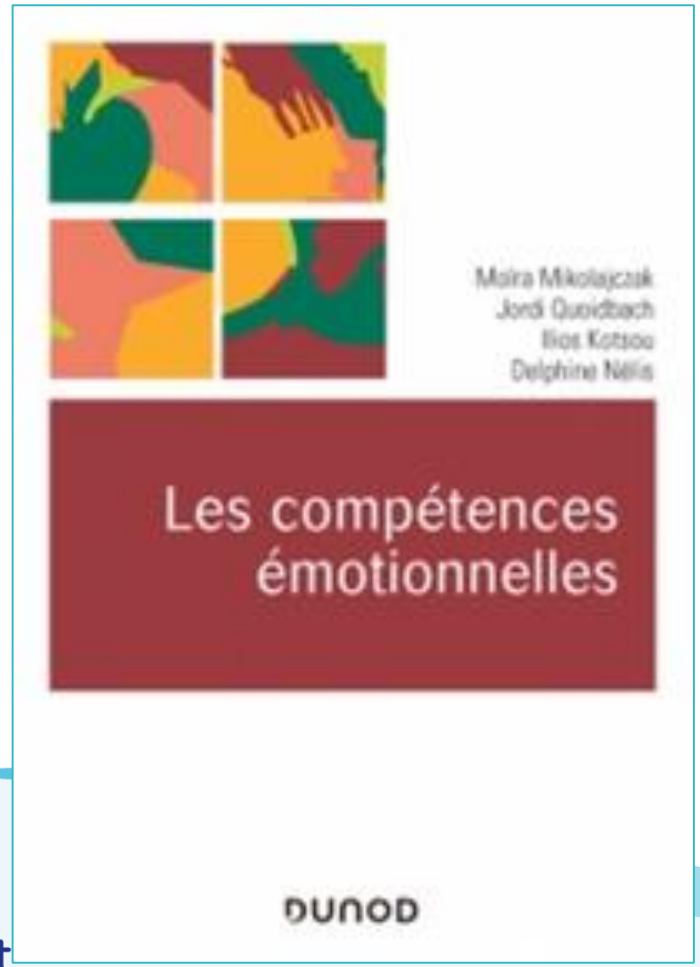
Objectifs de l’atelier

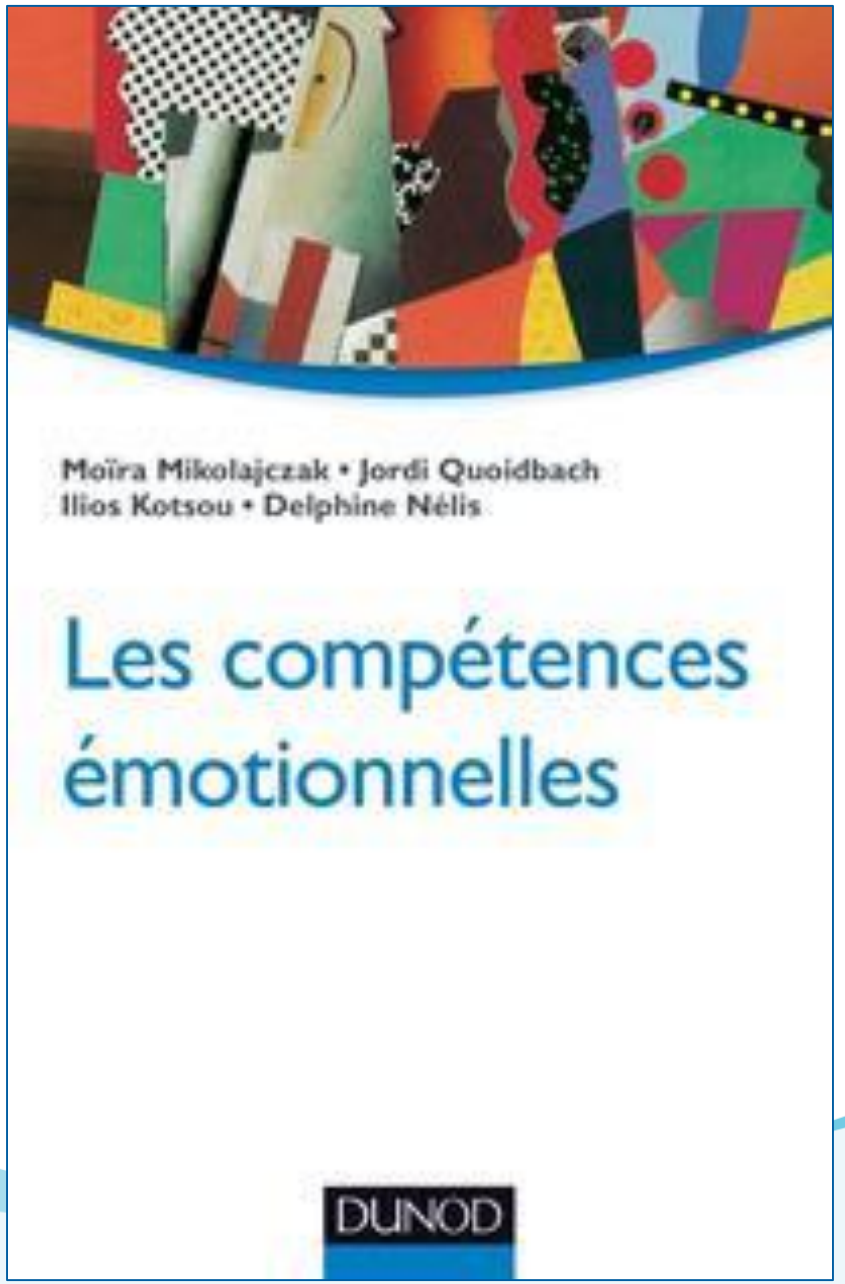
1. **Définir la « réussite éducativ** n fonction des missions de l’école québécoise (Politique de la réussite é ve, 2017)
2. **Découvrir** comment se **dévelo** compétence émotionnelle à **l’âge adulte**.
3. **Jouer** le jeu: qu ***m*** nce émotionnelle ? (questionnaire inte
4. **Partager nos r ts** p pétence émotionnelle et la réussite éducati (vi sultats ACFAS?)
5. **Sensibiliser** les ant.e t.e.s aux **pratiques** pouvant favoriser la compétence émotionnel pendant leur formation

Votre gouvernement

Québec

Pour aller plus loin





Pour suivre nos projets…

Soutien financier

- Conseil de recherche en sciences humaines du Canada
  - Subvention Développement Savoir
  - Bourse doctorale (Tsakpinoglou)
- Fonds de recherche du Québec – Santé
  - Programme chercheurs-boursiers (Véronneau)
- Fonds de recherche du Québec – Société et culture
  - Soutien aux équipes de recherche
  - Bourses de maitrise (Voyer)

lepsis.uqam.ca

facebook.com/lepsislab

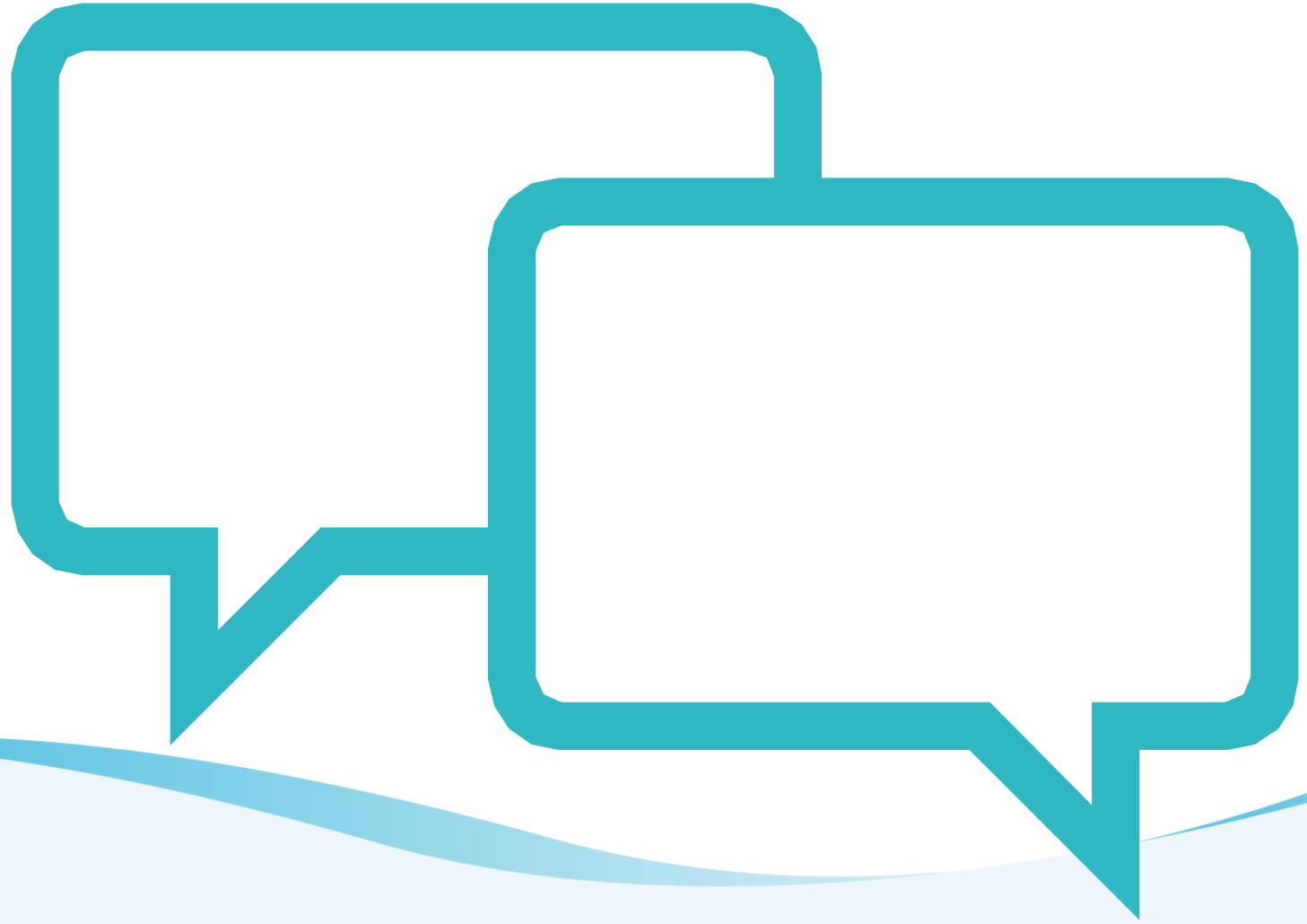
chaine « Lépsis UQAM »

veronneau.marie-helene@uqam.ca

Votre gouvernement

Québec

Questions et discussion



Votre gouvernement

Québec

Annexe : Énoncés du Questionnaire de réussite éducative en FP

1 : Instruire	EFA	CFA
1. Je comprends les notions qui me sont enseignées dans mon programme de formation professionnelle.	0,75	0,78
2. Je suis capable d'expliquer les notions liées à ma future profession.	0,76	0,78
3. J'ai l'impression que les autres élèves dans mon programme de formation comprennent mieux que moi.	-0,76	-0,57
4. J'ai le sentiment d'avoir oublié plusieurs notions que j'ai apprises au cours de mon programme de formation professionnelle.	-0,63	-0,40

Annexe : Énoncés du Questionnaire de réussite éducative en FP

2 : Socialiser		
5. Je suis habile pour résoudre les conflits.	0,54	0,51
6. Je prends en considération le point de vue des autres.	0,79	0,78
7. Je fais face aux conflits en discutant avec les autres.	0,58	0,54
8. Je coopère avec les autres.	0,80	0,78
9. Je suis attentif.ve aux besoins des autres.	0,73	0,72
10. Je trouve que les critiques m'aident à m'améliorer.	0,62	0,56
11. Je suis capable de travailler en équipe.	0,83	0,76
12. J'encourage les autres à partager leur point de vue.	0,71	0,71
13. Ma formation m'a aidé.e à trouver ma place dans ma collectivité.	0,60	0,59
14. Je sais à qui demander de l'aide quand mon travail l'exige.	0,50	0,5

Annexe : Énoncés du Questionnaire de réussite éducative en FP

3 : Qualifier	EFA	CFA
15. Mon emploi/stage est dans le même domaine que mon programme de formation professionnelle.	0,83	0,82
16. Mon emploi/stage correspond à mon intention de carrière.	0,77	0,73
17. Mon emploi/stage est relié à ma formation professionnelle.	0,86	0,84
18. La formation que j'ai suivie m'aide à bien réaliser mes tâches dans le cadre de mon emploi/stage.	0,72	0,71
19. Les tâches que je dois effectuer dans mon emploi/stage sont semblables à celles que j'ai pratiquées lors de ma formation.	0,74	0,76
20. Les apprentissages que j'ai faits durant ma formation me sont utiles dans mon emploi/stage actuel.	0,61	0,55
21. Grâce à ma formation, je peux facilement faire face à de nouveaux défis au travail.	0,43	0,41
22. Mes apprentissages sont trop limités pour me permettre de bien faire mon travail.	-0,62	-0,61
23. Ma formation n'est pas à jour par rapport aux pratiques courantes dans mon domaine de travail.	-0,79	-0,71
24. Ma formation est reconnue par mes collègues de travail.	0,68	0,61