

# La santé des enseignant-e-s dans les écoles promotrices de santé : expériences polonaises

**Magdalena Woynarowska-Sołdan**

Institut de Santé Publique,  
Université de Médecine de Varsovie

Coordinatrice nationale du projet

*Promotion de la santé  
du personnel d'établissements scolaires*



# Plan de la présentation

1. Le contexte scolaire en Pologne: système éducatif, situation des enseignant-e-s
2. Les écoles promotrices de santé (ÉPS) en Pologne
3. Le projet : *Promotion de la santé du personnel d'ÉPS*
  - A. Objectifs
  - B. Étapes
  - C. Participant-e-s
  - D. Actions
  - E. Résultats
  - F. Conclusions

## Mes objectifs principaux :

- présenter nos expériences polonaises
- **vous encourager à réfléchir sur vous-mêmes et votre propre situation**

# Le système éducatif en Pologne

Type d'école	Âge des élèves
Écoles supérieures et post-lycéennes	
Écoles post-collège	16 – 19/20
Gymnasium (collège)	13 – 16
École primaire	7 – 13
Éducation préscolaire	3 – 6

## Éducation en chiffres

- Nombre d'établissements scolaires :  $\approx 38\ 000$
-  Population d'élèves :  $\approx 5\ 800\ 000$
- Population d'enseignant-e-s :  $\approx 460\ 000$

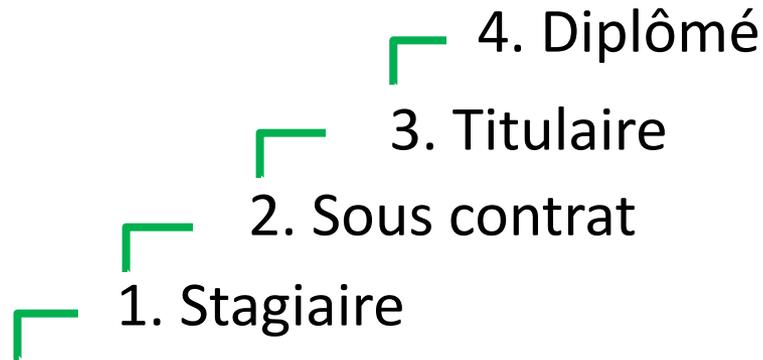
# Les enseignant-e-s en Pologne

## Formation initiale

- un diplôme de l'enseignement supérieur
- une formation pédagogique

licence  
ou  
master

## Carrière



« Professeur méritant »

## Système de travail

- du lundi au vendredi
- 18 heures de cours + 2 heures supplémentaires par semaine

1 cours : 45 min.  
récréations : 10-20 min.

# Les écoles promotrices de santé (ÉPS)



1992

2014

15 écoles-pilotes

2659 écoles

16 réseaux régionaux

≈ 7%

L'ÉPS est une école qui, en coopération avec les parents d'élèves et la communauté locale :

- crée – de façon systématique et planifiée – un milieu social et physique favorable à la santé et au bien-être des membres de la communauté scolaire,
- aide les élèves et le personnel à développer des compétences permettant de prendre soin de la santé pendant toute la vie.

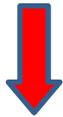
Le fonctionnement et l'efficacité de l'école dépend de plusieurs facteurs, entre autres du personnel d'établissement

compétences

satisfaction du travail

personnalité

santé et bien-être



personnel  
non-pédagogique

enseignant-e-s

élèves

parents

L'ÉPS crée un milieu social et physique favorable à la santé et au bien-être des membres de la communauté scolaire (...)

## **La santé et l'état d'âme du personnel scolaire influencent :**

- Leur fonctionnement à l'école ainsi que le fonctionnement des autres, surtout des élèves
- L'efficacité de leur travail
- Le climat psychosocial de l'école
- L'organisation de la vie scolaire
- Les frais d'entretien de l'école
- L'efficacité de l'éducation pour la santé

**La santé et le bien-être sont un capital de chaque établissement,  
ça vaut la peine de l'augmenter !**

# **Projet pilote**

***Promotion de la santé  
du personnel d'établissements scolaires***

**(2012 –2015)**

# Objectifs du projet

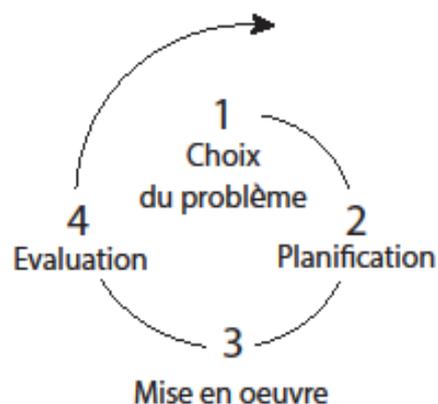
1. Introduire dans l'environnement physique et social de l'établissement des changements positifs qui favorisent le bien-être et la santé de son personnel.
2. Encourager le personnel à prendre davantage soin de leur propre santé.

# Étapes du projet

1. Présentation dans l'établissement et décision d'y participer
2. Diagnostic de l'état initial
3. Élaboration des plans d'action année par année
4. Mise en œuvre année par année
5. Évaluation des résultats
  - à la fin de chaque année
  - en clôture du projet

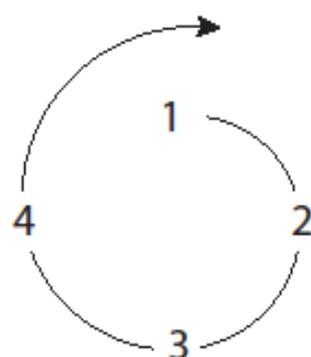
# Cycles du projet

Diagnostic  
de l'état  
initial

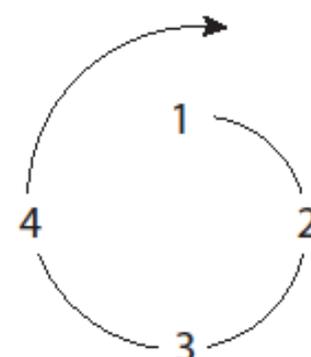


2012

2012/2013



2013/2014



2014/2015

Evaluation  
des  
résultats

2015

# Participant-e-s

780 enseignant-e-s

270 autres professionnel-le-s (administration, service)

de 16 écoles primaires et 6 collèges

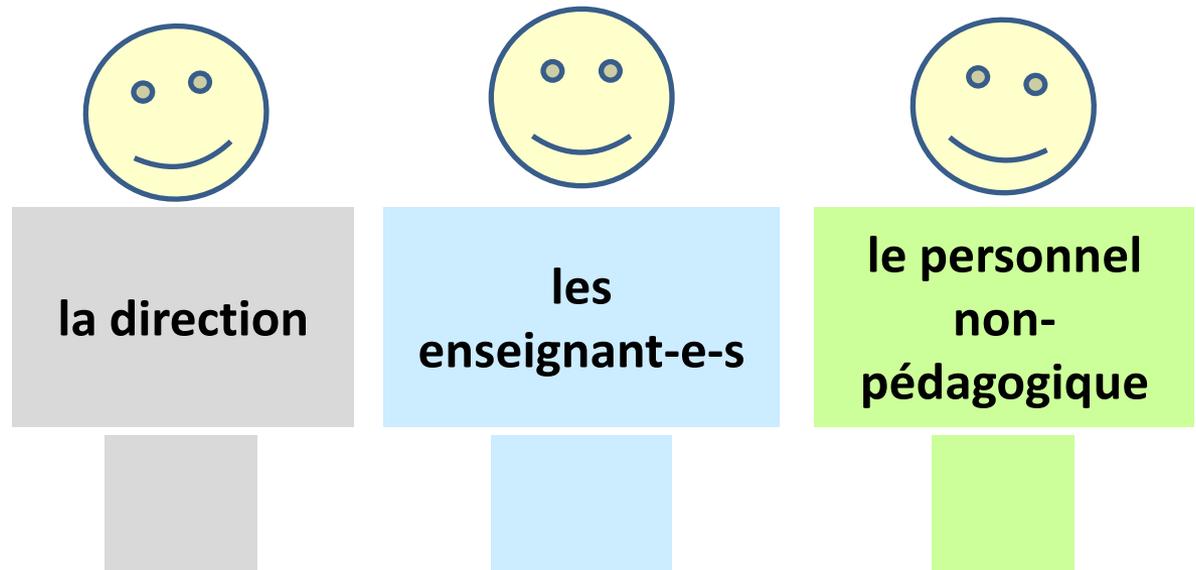
situés dans les villes et villages de 6 régions

## Critère principal de participation :

- consentement **volontaire** à participer au projet de la part de la direction et au moins 60% du personnel de l'école

# Équipe responsable du projet dans chaque établissement

- de 4 à 10 membres, représentant :



- un « coordinateur-riche scolaire » en tant que chef-fe de l'équipe

volonté d'entreprendre  
des actions pour la santé  
du personnel

conviction que  
la santé  
du personnel  
est importante



démarche de  
gestion  
démocratique

**PERSONNE-CLÉ**

direction

**Le personnel de l'école ne peut pas devenir destinataire passif des actions initiées par les autres**

**Il doit être leur **CO-CRÉATEUR** !**

**Il faut  
que les  
travailleurs:**

- comprennent pourquoi prendre soin de la santé est important pour l'individu et pour l'école, milieu de leur travail
- veulent entreprendre des actions favorables à la santé d'eux-mêmes et de gens avec qui ils vivent et travaillent

Il est **nécessaire** de :

1. motiver le personnel à participer au projet,
2. expliquer que changer le mode de vie et entreprendre des actions favorables à la santé dans le milieu de vie et de travail :
  - est un investissement en soi,
  - conduit à améliorer la santé et le bien-être,
  - améliore la qualité de vie personnelle, interpersonnelle et professionnelle.

# Participants externes

**deux  
coordinatrices  
nationales**

**Université de Médecine**

**Centre du Développement de l'Éducation**

Nos tâches principales :

- Élaboration de la conception du projet, des outils pédagogiques et des instruments d'évaluation
- Consultation et formation des coordinateurs scolaires et des directeurs d'établissements

**Deux rencontres  
communes par an**

**Les coordinatrices nationales  
ne sont que des accompagnatrices  
des équipes scolaires !**

C'est le personnel d'établissement scolaire qui:

- identifie ses problèmes,
- entreprend des actions pour les résoudre,
- en évalue les effets,
- et essaye de nouveau si ces effets ne sont pas satisfaisants.

**Méthode:  
recherche-  
action**

# **Actions entreprises par les écoles**

## Action n° 1

# Diagnostic de l'état initial

Questionnaires anonymes visant à évaluer trois aspects:

Bien-être professionnel  
et facteurs qui le favorisent

Comportements favorables  
à la santé

Santé subjective

## Action n° 2

# Identification des problèmes à résoudre

### Conditions de travail

- niveau de bruit élevé
- manque d'accès à une pièce pour le repos, le travail et les rencontres individuelles

### Relations entre les enseignant-e-s

- manque de confiance
- manque de coopération satisfaisante
- accès faible aux informations scolaires

### Relations avec les élèves et leurs parents

- motivation faible à apprendre
- coopération insuffisante de la part de parents

### Organisation du travail

- sentiment d'être surchargé-e

### Compétences professionnelles

- faible compétence informatique

### Comportements liés à la santé

- de 10 à 20% ont des comportements à risque
- beaucoup d'insuffisances quant à des comportements favorables à la santé

### Existence de:

- maladies chroniques
- maux
- émotions négatives

## Action n° 3

# Choix des problèmes prioritaires à résoudre pendant la 1<sup>ère</sup> et la 2<sup>ème</sup> année du projet et

## élaboration des plans d'actions et de leurs évaluation

### Problème prioritaire :

- définition,
- description,
- justification de son choix,
- ses causes,
- solutions pour l'éliminer

### Objectif :

- définition
- critères de succès
- méthodes de vérification si l'objectif (succès) a été atteint

### Actions

Action	Critères de succès	Méthode de réalisation, délai	Réalisateur-ric-e-s	Moyens	Méthodes de vérification si l'action a été réalisée

## 4 groupes d'objectifs :

**1.**  
**Améliorer  
la façon  
de se nourrir  
et  
accroître  
l'activité physique**



**2.**  
**Réduire  
le niveau  
de bruit  
à l'école**



**3.**  
**Créer une place  
pour le repos,  
le travail et  
les rencontres  
Individuelles**



**4.**  
**Améliorer  
les relations  
inter-  
personnelles**



## Améliorer la façon de se nourrir

et

## Accroître l'activité physique

### Exemples d'actions

- organiser des rencontres avec les diététiciens,
- organiser le 2<sup>ème</sup> petit déjeuner à l'école
- limiter les sucreries pendant les réunions du personnel
- aménager un coin permettant de préparer un repas rapide
- créer un coin „Santé” à la bibliothèque scolaire
- organiser des échanges de recettes saines
- diffuser les recommandations en matière d'activité physique pour la santé
- organiser des groupes entreprenant systématiquement différentes formes d'activité physique
- organiser des excursions communes
- trouver des moyens pour cofinancer l'abonnement sportif

# Réduire le niveau de bruit à l'école

## Exemples d'actions

- mesurer le niveau de bruit et en analyser les causes
- éduquer à respecter le silence
- repenser l'organisation de récréations en vue de diminuer le bruit
- améliorer les conditions acoustiques des pièces
- réparer l'équipement de l'école

## **Créer une place pour :**

- **le repos,**
- **le travail individuel**
- **les rencontres avec les parents/les élèves**

## **Exemples d'actions**

- réorganiser les locaux
- les aménager (rénovation, ameublement)

# Améliorer les relations interpersonnelles

## Exemples d'actions

- organiser des ateliers développant les compétences psychosociales
- organiser des groupes de travail et de soutien mutuel
- organiser des excursions communes
- améliorer l'accès à des informations

**Action n° 4**

**Mise en oeuvre**

**Action n° 5**

**Évaluation des résultats**

**Élaboration du **rapport annuel** :**

- évaluation de l'objectif
- évaluation des actions
- conclusions
- recommandations

# Résultats du projet

21 écoles ont préparé leur rapports finaux en 2013 et 2014

Toutes les écoles ont entrepris beaucoup d'actions et les ont décrites en se concentrant sur les actions et non pas sur leur efficacité

Seulement 7 écoles en 2012/2013 et 8 écoles en 2013/2014 ont réussi à documenter leurs résultats

## 2012/2013

- 4 écoles ont arrangé une pièce pour le repos, travail en silence
- Dans 3 écoles environ 20% des enseignant-e-s ont accru leur activité physique

## 2013/2014

- 2 écoles ont réussi à baisser le niveau de bruit
- Dans 3 écoles environ 20% des enseignant-e-s ont accru leur activité physique
- Dans 3 écoles environ 20% des enseignant-e-s ont amélioré leurs pratiques alimentaires

# Qu'est-ce qui était difficile ?

## Planification, mise en marche et évaluation du projet au sein des établissements

- compétences insuffisantes concernant la planification et l'évaluation
- soutien insuffisant de la part de certains directeurs
- manque de moyens financiers
- concentration sur le corps enseignant (personnel de service et administration mis à l'écart)

## Attitudes et comportements des participant-e-s

- manque de motivation et d'engagement du personnel
- manque de temps
- sentiment d'être surchargé-e
- concentration sur des actions adressées aux élèves

## Problèmes du système éducatif

## Nature du changement

## Quels sont les aspects positifs de nos actions ?

- Début de la réflexion et mise en oeuvre des actions visant à promouvoir la santé du personnel.
- Efforts pour améliorer des compétences de planification et d'évaluation.
- Prise de conscience du besoin de promouvoir sa santé, découverte des avantages du projet pour soi et pour toute la communauté.
- Création du groupe de personnes venant des écoles différentes qui sont prêtes à coopérer, échanger des opinions et apprendre.
- Attitude positive par rapport au projet de la majorité des directeurs et des coordinateurs scolaires.
- Toutes les écoles, sauf une, continuent à réaliser le projet.

# Conclusions

Implanter  
le projet de promotion de la santé  
du personnel d'école  
est un **processus long et difficile**.

**Pour nos écoles  
c'est une tâche  
nouvelle !!!**

C'est un **essai** de :

- **changer** la façon de penser des gens travaillant à l'école,
- les **motiver** à entreprendre des actions favorables à leur santé.

patience

persévérance

moyens

soutien

compréhension

compétences

engagement

coopération

temps

# La réalisation d'un tel projet demande de :

- expliquer au personnel le concept de promotion de la santé
- briser le stéréotype selon lequel la promotion de la santé des élèves est plus importante que celle du personnel de l'établissement
- améliorer les compétences de planification et d'évaluation
- planifier de façon réaliste, agir par des petits pas
- motiver le personnel pour qu'il participe, leur montrer les avantages qu'ils peuvent en tirer
- impliquer davantage le personnel non-pédagogique ayant un statut socio-économique moins favorisé et demandant une approche spécifique en promotion de la santé
- convaincre les directions pour qu'elles s'engagent davantage dans la réalisation du projet

# Le mot de la fin

**Nous faisons aujourd'hui ce que nous pouvons faire  
avec l'espoir que demain nous pourrions faire plus !**



- Comment vous sentez-vous dans votre travail ?
- Est-ce que vous pouvez faire quelque chose dans vos établissements pour vous sentir mieux ?
- Qu'est-ce qu'on pourrait faire ?
- Comment s'y prendre ?

**Bonne chance !**

**Merci de votre écoute !**