

# LES CARNETS DE LA CHAIRE

La Collection de la Chaire de recherche sur la sécurité et la violence en milieu éducatif

Vol 4 no 1 • Mars 2018



## *L'anxiété chez les élèves du primaire : un phénomène méconnu des enseignants*

Par

Véronique **Lambert-Samson**



UNIVERSITÉ  
**LAVAL**



Comme la société québécoise est préoccupée par la réussite scolaire, les difficultés d'apprentissage et de comportement des élèves représentent des défis à surmonter. Plusieurs chercheurs se sont intéressés aux causes de ces problèmes, certains pointant l'anxiété vécue par les élèves pour expliquer l'une ou l'autre de ces problématiques (Vitaro et Gagnon, 2000). Malgré le fait que près de 10 % des enfants peuvent souffrir d'anxiété au cours de leur développement (Costello, Mustillo, Erkanli, Keeler et Angold, 2003), la littérature qui s'attarde précisément à l'anxiété des élèves du primaire est limitée. Il importe donc de développer les connaissances concernant cette problématique qui risque d'affecter la réussite et la persévérance scolaire des jeunes.

L'école constitue un lieu de prédilection pour intervenir étant donné que les jeunes y passent la majorité de leur temps. C'est pourquoi la présente recherche avait comme objectif général d'explorer les connaissances théoriques et pratiques d'enseignants du primaire travaillant en classe régulière sur la question de l'anxiété à l'école. Plus spécifiquement, cette étude visait à : 1) identifier leurs connaissances sur la problématique de l'anxiété des élèves (causes, conséquences, manifestations), 2) décrire les interventions qu'ils jugent efficaces pour prévenir et faire diminuer l'anxiété chez leurs élèves et 3) identifier les sources des connaissances théoriques et pratiques sur le sujet en considérant les enjeux liés à la formation initiale et continue des enseignants. Pour ce faire, les propos de 12 enseignants du primaire (titulaires et spécialistes de la 1<sup>re</sup> à la 6<sup>e</sup> année) de la grande région de Québec ont été recueillis et analysés.





## Cadre théorique : l'anxiété chez les élèves du primaire

L'anxiété est une émotion humaine caractérisée par des symptômes physiques, des tensions et des inquiétudes (American Psychiatric Association [APA], 2013; Casbarro, 2003). L'anxiété « normale » (« situationnelle ») est vécue par tous les êtres humains dans différentes situations (Association canadienne pour la santé mentale, 2015). Éprouvée de façon plus intense et fréquente, elle est considérée comme un trouble anxieux (anxiété chronique). Ces deux formes d'anxiété peuvent être vécues par les adultes comme les enfants.

Elle se manifeste à l'école sous forme de symptômes physiques (ex. : nausées) ou de comportements intériorisés (ex.: timidité) et extériorisés (ex.: agressivité). En milieu scolaire, certains facteurs de risque contextuels (ex. : climat non sécurisant ou compétitif, transition maternelle/1<sup>re</sup> année), ou psychosociaux (ex. : relations élève/enseignant difficiles, intimidation) peuvent prédisposer un enfant à souffrir d'anxiété (Casbarro, 2003; Hawker et Boulton, 2000; Sadock, Sadock et Kaplan, 2009). Des situations particulières telles que les examens, le retour de vacances ou les remontrances des adultes peuvent plutôt déclencher l'anxiété. L'anxiété vécue à l'école peut engendrer différentes conséquences personnelles, sociales et scolaires. Des symptômes dépressifs sont relevés par divers auteurs, ainsi que des pensées stéréotypées, des préférences pour des situations routinières, de l'évitement des situations sociales ou un besoin de conformisme (Cassady, 2010; Tardif, 2008). Les situations anxiogènes peuvent entraîner des difficultés d'apprentissage (APA, 2013) liées à des stratégies d'évitement de la tâche, de l'agressivité (Drouin-Maziade, 2009), des crises d'opposition (Beaumont et Sanfaçon, 2014) et des effets négatifs sur la relation élève/enseignant (Poirier, Lessard, Fortin et Yergeau, 2013). Des interventions préventives (ex.: attitude chaleureuse de l'enseignant, climat de classe positif) ou visant à gérer adéquatement l'anxiété des élèves (ex. : restructuration cognitive, entraînement aux habiletés sociales) doivent donc être connues par les enseignants afin d'aider leurs élèves à s'adapter à l'école (McLoone, Hudson et Rapee, 2006).

## Résultats : état de la situation vue par des enseignants du primaire

Cette étude visait d'abord à identifier les connaissances des enseignants sur l'anxiété des élèves (causes, conséquences et manifestations). La plupart sont parvenus à différencier l'anxiété chronique et situationnelle. Plusieurs ont reconnu l'anxiété à travers des comportements extériorisés (ex. : pleurs), alors qu'ils étaient moins nombreux à la reconnaître dans ceux intériorisés (ex. : inhibition). Plusieurs enseignants ont aussi nommé divers symptômes physiologiques, ignorant cependant certaines manifestations (ex. : conformisme). Les facteurs de risque familiaux ont été les plus identifiés, bien que l'hérédité et la situation socioéconomique n'aient été reconnues par aucun. Le déclencheur scolaire le plus nommé concerne les examens. D'autres déclencheurs familiaux et sociocognitifs (ex. : perturbations familiales, conflits avec les pairs) sont aussi identifiés. Les enseignants du premier cycle ont surtout reconnu les conséquences physiologiques (ex. : démangeoisons) et personnelles (ex. : faible estime), tandis que ceux des 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles ont principalement cité celles scolaires (ex. : concentration difficile). Toutefois, peu ont abordé les conséquences négatives de l'anxiété sur le climat scolaire.

Concernant les pratiques des enseignants, mentionnons une certaine confusion entre les deux approches (préventive et de gestion) dans les réponses obtenues. En prévention, les enseignants ont particulièrement ciblé leur attitude d'ouverture. Pour faire diminuer l'anxiété, les enseignants agissent surtout en réaction, recourant par exemple à l'arrêt d'agir. Le quart des participants révèle qu'il semble difficile, voire impossible, de faire diminuer l'anxiété des élèves, les signes précurseurs pouvant leur échapper.

En lien avec le dernier objectif étudié, les participants ont mentionné que leur principale source de connaissances concernant l'anxiété provenait de leur expérience personnelle (ex. : lectures, vécu anxieux), ou professionnelle (pratique). Seuls deux participants ont indiqué avoir entendu parler vaguement de l'anxiété des élèves lors de leur formation initiale, tandis qu'un seul a mentionné avoir reçu de la formation continue sur le sujet.

## Conclusion et retombées sur la pratique

Ces résultats suggèrent que les enseignants du primaire possèdent certaines connaissances théoriques et pratiques sur l'anxiété des élèves du primaire, celles-ci étant cependant fragmentaires et inégalement réparties entre les participants. Cela peut s'expliquer par le fait qu'elles proviennent majoritairement de l'expérience personnelle et professionnelle des enseignants et non d'une source objective commune, comme la formation initiale ou continue. Malgré des limites associées au petit échantillon rendant impossible la généralisation des résultats, des recommandations peuvent être proposées en lien avec ces constats. Globalement, comme les enseignants ont peu de connaissances théoriques et pratiques pour prévenir et faire diminuer l'anxiété chez les élèves du primaire, une bonification de la formation initiale et de l'offre de formation continue serait tout indiquée afin de mieux les préparer à intervenir plus efficacement auprès de leurs élèves qui présentent des symptômes d'anxiété. Considérant les impacts négatifs de cette anxiété situationnelle ou chronique sur le développement personnel, de même que sur la réussite et la persévérance scolaire des élèves, l'intérêt de s'y attarder peut s'avérer une perspective à considérer pour améliorer les chances de réussite scolaire du plus grand nombre d'élèves.

## Bibliographie

- American Psychiatric Association (APA). (2013). *DSM-5®: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Association canadienne pour la santé mentale (2015). *Comprendre les troubles anxieux*. Récupéré le 13 février 2016 du site de l'association, section *Santé mentale* : [https://www.cmha.ca/fr/mental\\_health/comprendre-les-troubles-anxieux/](https://www.cmha.ca/fr/mental_health/comprendre-les-troubles-anxieux/)
- Beaumont, C. et Sanfaçon, C. (2014). L'intervention en situation de crise. Dans L. Massé, N. Desbiens et C. Lanaris (dir.), *Les troubles du comportement à l'école — Prévention, évaluation et intervention 2<sup>e</sup> éd.* (p.281-294). Montréal, Canada: Gaëtan Morin.
- Casbarro, J. (2003). *Test Anxiety & What you can do about it*. New York, NY: Dude.
- Cassady, J. C. (2010). Test Anxiety – Contemporary Theories and Implications of Learning. Dans J. C. Cassady (dir.) *Anxiety in schools - The Causes, Consequences, and Solutions for Academician Anxiety* (p.5-26). New York, NY: Peter Lang.
- Costello, E. J., Mustillo, S., Erkanli, A., Keeler, G. et Angold, A. (2003). Prevalence and development of psychiatric disorders in childhood and adolescence. *Archives of General Psychiatry*, 60 (8), 837-844.
- Drouin-Maziade, C. (2009). *Influence des processus motivationnels sur la mémoire de travail chez les enfants TDA/H avec ou sans anxiété comorbide* (thèse de doctorat, Université Laval, Canada). Récupéré le 20 décembre 2015 de la *Collection mémoires et thèses électroniques de l'Université Laval* : [www.theses.ulaval.ca/2009/26618/26618.pdf](http://www.theses.ulaval.ca/2009/26618/26618.pdf)
- Hawker, D. S. et Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment a meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41 (4), 441-455. doi: 10.1111/1469-7610.00629
- McLoone, J., Hudson, J. L. et Rapee, R. M. (2006). Treating anxiety disorders in a school Setting. *Education and Treatment of Children*, 29 (2), 219-242.
- Poirier, M., Lessard, A., Fortin, L. et Yergeau, É. (2013). La perception différenciée de la relation élève-enseignant par les élèves à risque et non à risque de décrochage scolaire. *Nouveaux cahiers de la recherche en éducation*, 16 (1), p.1-23.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A. et Ruiz, P. (2009). *Kaplan & Sadock's textbook of psychiatry – ninth edition*. Philadelphie, PA : Lippincott Williams & Wilkins.
- Tardif, G. (2008). *Trajectoires d'anxiété au primaire et adaptation des jeunes de première secondaire* (mémoire, Université Laval, Canada). Récupéré le 20 décembre 2015 de la *Collection mémoires et thèses électroniques de l'Université Laval*: [www.theses.ulaval.ca/2008/25771/25771.pdf](http://www.theses.ulaval.ca/2008/25771/25771.pdf)
- Vitaro, F. et Gagnon, C. (2000) Introduction. Dans F. Vitaro et C. Gagnon (dir.), *Prévention des problèmes d'adaptation chez les enfants et les adolescents — Tome 2 : Les problèmes internalisés* (p.1-14). Québec, Canada : Presses de l'Université du Québec.

## Note biographique

Véronique Lambert-Samson détient une maîtrise en psychopédagogie à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval. Elle est présentement étudiante au doctorat en psychopédagogie, tout en travaillant comme enseignante au primaire. Elle détient un baccalauréat en éducation préscolaire et enseignement au primaire, ainsi qu'un diplôme d'études supérieures spécialisées en adaptation scolaire. Cet article a été tiré de son mémoire de deuxième cycle effectué sous la direction de la professeure de l'Université Laval, Madame Claire Beaumont.



Un article scientifique plus complet décrit cette étude :

Lambert-Samson, V. et Beaumont, C. (2017). L'anxiété des élèves en milieu scolaire telle que perçue par des enseignants du primaire. *Enfance en difficulté*, 5, 101-129. doi:10.7202/1043356ar

*Les Carnets de la Chaire* sont publiés par La Chaire de recherche sur la sécurité et la violence en milieu éducatif de l'Université Laval qui poursuit une triple mission soit :

- Stimuler la recherche et contribuer au développement de nouvelles connaissances pour prévenir et réduire les violences en milieu éducatif ;
- Renforcer les liens entre la recherche et la pratique pour que les actions éducatives (milieux scolaires) et sociales (collectivité) bénéficient de connaissances validées pour orienter leurs interventions afin de créer des milieux scolaires positifs et sécurisants;
- Favoriser la relève scientifique en stimulant la recherche et en encourageant les étudiants et les chercheurs à publier le résultat de leurs travaux

La collection de la Chaire est dirigée par Nancy Gaudreau et Claire Beaumont, professeures au département d'études sur l'enseignement et l'apprentissage de la faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval (Québec, Canada).

Pour plus d'information sur cette publication, écrire à :  
[chaire.violence-ecole@ulaval.ca](mailto:chaire.violence-ecole@ulaval.ca)

