

## **Programme Wecare à l'école**

Compétences psychosociales et santé mentale : retour sur une expérimentation menée auprès d'élèves en lycée et en MFR

### **Contexte et présentation du projet**

---

Le lycée de la Cité scolaire Pierre Larousse de Toucy accueille 385 élèves. Le développement des compétences psychosociales est au cœur du projet d'établissement afin de favoriser la réussite scolaire des élèves. Au cours des activités quotidiennes, l'équipe éducative a fait le constat que les jeunes, issus pour la plupart du milieu rural, présentaient une santé mentale fragilisée avec un risque majoré de consommations addictives. Ils ont formulé la demande d'un appui au déploiement d'un programme de soutien à la santé mentale.

La Maison Familiale Rurale (MFR) Centre Yonne de Villevallier accueille quant à elle une centaine d'élèves de la 4ème au Bac Pro. Elle propose des formations par alternance dans les domaines de l'agriculture et de la restauration collective. La structure est engagée depuis 2025 dans le projet « Continuum » de lutte contre le décrochage scolaire et offre un accompagnement renforcé des jeunes tout au long de leur parcours. La demande de déploiement d'un programme de soutien à la santé mentale s'inscrit dans cette démarche d'accompagnement des élèves.

### **Un projet rendu possible par une dynamique partenariale historique**

L'expérimentation du programme Wecare dans l'Yonne s'appuie sur un partenariat entre Promotion Santé BFC et Stéphane Goudet, formateur académique de la Cité scolaire Pierre Larousse à Toucy. Bien engagé en faveur du développement des CPS, il avait déjà témoigné de sa pratique pour renforcer les CPS des élèves, et de celle de sa collègue enseignante d'EPS en collège, dans une capsule vidéo en 2024 ([lien](#)). Le projet Wecare a permis de former 5 professionnels aux CPS, grâce au financement de l'ARS BFC, permettant ainsi que le lycée devienne un environnement favorable au maintien et au développement du bien-être à l'école.

L'obtention du financement mildeca attribué par la Préfecture de l'Yonne a permis d'associer la MFR de Villevallier au projet, ainsi que 5 agents du lycée des métiers Vauban d'Auxerre le temps de la formation portant sur la santé mentale et les leviers de soutien travaillés par le programme Wecare.

## Déroulement du projet

Le programme d'ateliers en présentiel Wecare est conçu comme une aventure dont le but est de favoriser le bien-être des jeunes. Le projet à Toucy et Villevallier a commencé pour les agents d'abord par une réunion d'information, puis s'est poursuivie par de la formation, de l'accompagnement et de la co-animation avec une chargée de projet de Promotion Santé BFC.



La formation avait pour but d'intégrer dans sa pratique le développement des compétences psychosociales et s'approprier le guide d'animation Wecare de manière adaptée à son contexte. Des éléments spécifiques à la promotion de la santé mentale des jeunes et la prévention des conduites addictives ont permis d'utiliser plus précisément les CPS comme levier du bien-être des jeunes en MFR et lycée. Par exemple, deux séances préalables ont été ajoutées au programme pour faciliter la libre expression. Les 10 séances ont été réalisées entre janvier 2026 et juin 2026. Les parents ont été informés du projet.

Le projet Wecare est adapté du programme prometteur Etucare validé scientifiquement.

Sur la base de focus groupes menés auprès de jeunes en formation ou résidant en habitats jeunes, les ateliers abordent ainsi ce qui les préoccupe le plus, comme le sommeil, le stress lié au travail, l'équilibre vie pro / vie perso, et les difficultés relationnelles, amoureuses, amicales et familiales.

L'enquête a révélé que disposer d'une application gratuite est le meilleur outil identifié par les jeunes pour prendre soin de soi dans la durée. [Aller plus loin.](#)

Du fait du jeune âge des participants (16-18 ans), deux séances CPS ont précédé les ateliers pour favoriser la confiance et l'engagement dans le groupe. La connaissance de ses valeurs et besoins, et de ceux du groupe, a été mobilisée pour établir un cadre de confiance.



"Mille et une valeurs" empruntable gratuitement ici.

Utiliser les compétences psychosociales permet à chacun de trouver sa manière d'aller mieux et de maintenir un équilibre. Comme le dit une élève de la cité scolaire de Toucy : *« On a tous une santé mentale, des sentiments, des moyens de comprendre la vie et d'y réfléchir mais aussi chacun nos façons de réagir »*

**CPS mobilisées / développées :**  
Conscience de soi, maîtrise de soi et accomplissement, développer des relations constructives, conscience et régulation de ses émotions et son stress

## Effets perçus

### Chez les jeunes

Globalement, le programme a des effets positifs sur la santé mentale des élèves : *« Cet atelier m'a permis de souffler, rire et travailler sur moi ! »*  
Les élèves déclarent avoir une meilleure connaissance de ce qu'est la santé mentale.

### **Un lieu pour s'exprimer et être écouté-es**

L'équipe pédagogique remarque que *« les jeunes expriment plus facilement leurs besoins »* (proviseure adjointe de la cité scolaire de Toucy) ; et que *« les jeunes vivent le programme sans pression, ils déposent ou pas leur parole et leurs silences sont respectés »*.

*« C'est super bien car là on n'est pas jugés, c'est cool »* (parole d'élève rapportée).

**Le contact avec la nature** - pas prévu dans le programme - a été si apprécié, que le groupe d'élèves a formulé une demande de randonnée. Ce que l'équipe a entendu : une trentaine d'élèves a ainsi participé à la randonnée post-ateliers.



### **Participation active**

A Toucy, les animateurs ont pris le parti de réduire la verticalité qui caractérise la relation équipe éducative/élève en participant en tant que "personne". Cette implication active a été vivement appréciée par les élèves *« C'est cool que vous fassiez en même temps que nous »* (parole d'élève rapportée). Cette posture a favorisé la liberté de parole.

## Trouver et mobiliser des ressources

L'évolution des croyances au sujet de la demande d'aide "quand on va mal" va dans le sens d'une mobilisation de l'entourage :

### Séance 3

« J'aurais peur de paraître faible si je demande de l'aide »

« On « se sent » faible de demander de l'aide mais on n'est pas faible »

« On nous dit de demander de l'aide mais on ne veut pas forcément embêter des personnes avec nos problèmes. Par contre il y a des professionnels exprès pour »

« Savoir demander de l'aide, c'est être lucide, reconnaître qu'un de mes besoins n'est pas satisfait »

« Quand on a besoin d'aide et qu'on demande, ce n'est pas être faible. C'est savoir identifier ses besoins et les exprimer. Et dans notre société, il faut plutôt être fort pour oser demander de l'aide »

« Ce qui est important, c'est d'identifier l'aide dont on a besoin et à qui demander. Il faut s'adresser à la bonne personne pour avoir la « bonne aide ».

« Au fond, on a tous besoin de l'aide de quelqu'un d'autre, on se complète tous »

### Séance 10

## Repérage précoce et orientation vers les soins

Un des animateurs retient de son expérience *« l'arrêt du programme d'une élève pour s'engager dans un soutien psychologique avec un professionnel de la santé mentale a permis une prise en soin précoce et adaptée »*.

Cette expérience souligne que le programme Wecare, par la libre expression des jeunes, favorise le repérage précoce et l'orientation vers les soins.

## Chez les professionnel·les

### Une bulle dans l'établissement

Par leur singularité, les séances Wecare sont devenues, avec le temps, un moment attendu : *« On s'amuse à mettre en place ce programme en équipe »*, *« je ne louperais une séance pour rien au monde »* (proviseure adjointe de la cité scolaire de Toucy) ; *« Comme souvent, on est pressé par le temps mais on n'a pas ce ressenti pendant les ateliers qui étaient une pause dont le temps n'a pas été facteur de stress : comme une bulle »* (Equipe Toucy)

### Connaitre et voir évoluer les élèves

*« Ce que j'apprécie c'est de connaître les élèves »*  
(équipe Villevallier)

Pour l'équipe de Toucy, l'évolution se voit dans l'adhésion du groupe aux ateliers (aucun atelier ou activité n'a pas pris), la richesse et la générosité des échanges, la connivence du groupe, et l'écoute importante entre les jeunes.

## Changement de regard sur les professionnel·les

La participation active des professionnel·les aux ateliers et le partage d'éléments plus personnels ont modifié le regard des élèves sur l'équipe éducative qui les accompagne, rendant les échanges encore plus humains au quotidien : « *les jeunes me voient différemment* » ; « *Le cadre des ateliers a permis de faire oublier aux élèves le statut de proviseure adjointe* ».

## Freins & leviers



### N°1 : Un engagement conséquent

« *Toutes les séances ont été faites sur du temps hors travail, par choix, mais deux séances par semaine ont eu un impact plus lourd sur mon organisation.* »

« *Manque de temps pour préparer en concertation.* »

« *Ça reste un programme lourd, qui nécessite de trouver du temps pour s'approprier le contenu et se sentir à l'aise.* »

Cette expérience rappelle que le soutien hiérarchique et le portage institutionnel sont nécessaires à la durabilité du projet.

## Solutions mises en places



La **dynamique d'équipe projet** qui permet de **se relayer** pour l'animation, **construire ensemble** les séances : « *La coopération et l'appropriation* » ; « *Avoir un déroulé détaillé et pouvoir se relayer* »

La **formation** et l'**accompagnement** centrés sur la méthode de construction d'une séance et sur la technique d'animation.

La **co-animation** avec une intervenante tiers de Promotion Santé BFC.



## Solutions à expérimenter

- **S'exercer à l'animation** lors de l'accompagnement et faire la programmation sur un autre temps.
- Disposer de **temps de travail d'équipe**.
- Optimiser la reproduction du projet :
  - Constituer une **mallette à outils** Wecare.
  - Elaborer un **livret d'implantation** pour garder des traces.
  - Favoriser la **transmission de savoir-faire en interne** : encourager l'observation des agents lors des ateliers, former une équipe Wecare...



## N°2 : Manque d'intégration dans le temps scolaire

« Comme les élèves ne sont pas toujours présents en même temps à la MFR selon les classes (plannings de stages différents), il est compliqué de proposer les ateliers à des élèves de différentes classes, même si ce serait l'idéal »

### Solutions mises en places



**Réunion d'équipe projet** en début d'année pour définir un calendrier des ateliers.



### Solutions à expérimenter

« Etaler davantage les séances sur l'année scolaire »

- Toucy : mieux cibler le public (internes puis ouverture du groupe aux autres élèves), davantage intégrer les emplois du temps, créer et former un groupe dès le premier trimestre.
- Villevallier : cibler une classe plus âgée (+ de 16 ans), intégration aux plannings plus anticipée pour mieux répartir les séances sur l'année.



## N°3 : Difficulté à consolider les apprentissages

« La conscientisation des apprentissages est difficile en MFR »

### Solutions mises en places



**Formation de l'équipe** à la promotion de la santé mentale des jeunes, à la méthode de développement des CPS des jeunes, et **apport d'outils pédagogiques** et de techniques d'animation.



### Solutions à expérimenter

S'exercer au debrief de séance CPS, s'appuyer sur des outils pratiques (ex : scholavie)

« Notre public était un peu trop jeune (16 ans), difficile de créer une dynamique de groupe sur un sujet délicat. »



#### N°4 : Manque d'engagement de jeunes

« Mobilisation des jeunes hommes difficiles sur le thème de la santé mentale avec sur-représentation féminine »

#### Solutions mises en places



- **Formation de l'équipe** sur la santé mentale des jeunes, les liens entre conduites à risques et développement des CPS, et découverte d'activités ludiques.
- Mise en place de deux **ateliers CPS en amont**.
- La **souplesse** et le **choix** des activités du guide : « Possibilité de variantes », « Supports variés et complets, avec des activités alternatives », « Souplesse des ateliers : alternatives et adaptations possibles »
- Contact avec la **nature** : « La possibilité de mener les ateliers dans la nature ou même dans la cour de récréation sur les tables de pique-nique ont complètement changé la dynamique »
- Le **rituel**, tel que l'écoute d'une musique à chaque fin de séance : « Le choix musical était propice à la découverte des émotions. [...] Lors des dernières séances, les pianistes du groupe ont joué pour le groupe, témoignant d'une dynamique de groupe bienveillante et propice à l'expression de soi ».



#### Solutions à expérimenter

- Recueillir les **représentations sociales** sur la santé mentale et les **besoins** des jeunes hommes et des plus jeunes en amont.
- Un travail de **plaidoyer** à destination des jeunes hommes.
- Renforcer la **participation** des plus jeunes et des jeunes hommes dans le projet.
- « Pour un public jeune, il faut peut-être être **plus ludique** et **revoir les objectifs** CPS un peu à la baisse », « métaphore plus explicitée, plan clair, **simplification** des consignes pour une classe plus jeune »

« Mieux vaut une action imparfaite, qu'une parfaite inaction »

Devise d'une CPE (Toucy)

## Perspectives

1. La reproduction du programme Wecare dans les établissements avec le recul de cette première expérience.
2. La poursuite du partenariat local :
  - La **préfecture de l'Yonne renouvelle sa confiance** pour expérimenter la déclinaison du programme Wecare et son ajustement auprès des **mineurs non-accompagnés**.
  - L'équipe de Toucy a **valorisé** son expérience du programme Wecare auprès du Lycée Jacques Amyot. Elle fera un retour d'expérience lors d'un **échange de pratiques** sur le thème de la santé mentale des jeunes en 2026, animé par Promotion Santé BFC.

**Réalisation** : Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté

**Autrices** : Margot Faioes Macedo, Sarah Pebayle, et Juliette Gallier, chargées de projets

**Mise en forme** : Margot Faioes Macedo

**Relecture** : Elise Guillermet, Audrey Reymond, Sarah Pebayle, et Juliette Gallier (Promotion Santé BFC), DESAUNAY Thomas et MANCHERON Isabelle, membres de l'équipe éducative de la MFR Centre Yonne de Villevallier

**Remerciements** : Mildeca (financement de l'expérimentation dans l'Yonne) ; ARS BFC (financement du guide d'animation WeCare) ; MÜLLER Patricia, proviseure adjointe de la cité scolaire Pierre Larousse (Toucy) ; GLISE Agnès, GOUDET Stéphane et GUYOU Catherine, membres de l'équipe éducative de la cité scolaire Pierre Larousse ; DESAUNAY Thomas et MANCHERON Isabelle, membres de l'équipe éducative de la MFR Centre Yonne de Villevallier ; et les élèves participants des établissements.

**Pour nous citer** : Faioes Macedo Margot, Pebayle Sarah, Gallier Juliette. Programme Wecare à l'école. Compétences psychosociales et santé mentale : retour sur une expérimentation menée auprès d'élèves en lycée et en MFR. Dijon : Promotion Santé Bourgogne - Franche-Comté, ARS Bourgogne - Franche-Comté, 2026, 8 p.

**Dépôt légal** : septembre 2026



Réalisé en partenariat avec :

