



est heureux de présenter

# Rapport d'évaluation d'impact

inspiR

— PROJET RÉSILIENCE —

**Camp Août 2025**  
(Pré-pilote)

# Index



## Contexte

L'association Projet  
Résilience  
Cadre théorique  
Méthode

## Résultats

Le Camp  
Satisfaction  
Appartenance  
Connaissances  
Observations  
La parole des participants  
Témoignages parents et  
éducateurs

## Recommandations

Structure des ateliers  
Satisfaction  
Connaissances et  
compétences  
Réplicabilité  
Projection  
Annexes

# Contexte et Cadre de l'étude

# Projet Résilience et le programme InspiR



L'association Projet Résilience, créée en décembre 2024, œuvre pour le bien-être, la confiance en soi et la résilience des adolescents, en considérant la santé comme un état global physique, mental et social. Face à des défis accrus l'association propose un accompagnement préventif, pour aider les jeunes à développer leurs ressources intérieures et à s'épanouir.

Le programme InspiR s'adresse aux adolescents de 14 à 16 ans et à leurs parents. Il vise à renforcer les compétences psychosociales permettant aux jeunes de **mieux se connaître, de gérer leurs émotions, de développer des relations constructives et d'adopter des comportements favorables à leur santé globale.**

Il intègre également des modules sur le bien-être physique et mental, ainsi que sur un usage éclairé et critique du numérique. L'approche est ludique et interactive, avec ateliers pratiques, débats, fresques collectives et rencontres inspirantes.

InspiR implique aussi les parents, pour assurer cohérence et accompagnement dans le quotidien. Le programme est conçu pour être adaptable et déployé à grande échelle, en contexte scolaire ou extrascolaire.

# Cadre Théorique



Construire des **programmes de formation socio-émotionnelle de qualité peut avoir un impact positif considérable sur les résultats scolaires et sur une série de comportements liés au bien-être de l'enfant et l'adolescent**, améliorant ainsi la vie scolaire dans son ensemble (Elias & Arnold, 2006).

Des recherches récentes confirment que l'absence de ces compétences, souvent due à un manque de formation, affecte négativement le comportement et la santé des enfants (Durlak et al., 2011; Taylor et al., 2017). **Les interventions socio-émotionnelles contribuent ainsi non seulement au bien-être et à la santé des enfants, mais préviennent également les comportements à risque** (Blum & Libbey, 2004). Les établissements jouent un rôle crucial en soutenant non seulement le développement cognitif mais aussi le développement social et émotionnel des élèves (Greenberg et al., 2003).

Les programmes efficaces doivent être structurés et basés sur des preuves, permettant l'amélioration des comportements prosociaux, la régulation des émotions et le bien-être général des enfants (Durlak et al., 2011; Durlak et al., 2010).

Une méta-analyse a montré que ces interventions ont un effet durable, présent au moins six mois après la formation, et qu'elles sont efficaces dans différents contextes socio-culturels et niveaux scolaires, urbains comme non-urbains (Durlak et al., 2011).

**Le développement émotionnel constitue une base essentielle de ces programmes, et il peut être compris et structuré à partir des travaux de Mickolajczak (2016) sur les compétences émotionnelles, qui fournissent des outils concrets pour identifier, exprimer et réguler les émotions dans différents contextes.**

Ainsi, le projet inspiR s'inscrit dans cette perspective : proposer des activités structurées visant à développer les compétences socio-émotionnelles des jeunes, en **combinant apprentissage des connaissances, régulation émotionnelle et engagement dans des expériences sociales significatives.**

Pour évaluer l'impact de ces activités sur les jeunes participants, le projet a été conçu selon un design quasi-expérimental combinant une approche mixte : des évaluations quantitatives des acquis et de la satisfaction, ainsi que des mesures qualitatives issues d'observations, de questionnaires sur les dimensions psychosociales et des témoignages des parents et éducateurs.

# Approche méthodologique



Le projet InspiR a été évalué selon un design quasi-expérimental, combinant des approches quantitatives et qualitatives afin de rendre compte à la fois des effets mesurables et des expériences vécues par les participants.

- **Évaluation des acquis et connaissances :** Des questionnaires et quiz ont permis de mesurer ce que les jeunes ont retenu des ateliers, et d'identifier les thématiques mieux assimilées ou nécessitant un approfondissement.
- **Satisfaction des participants :** Des évaluations globales et spécifiques à chaque atelier ont permis d'apprécier le degré d'intérêt et de satisfaction des adolescents.
- **Développement des compétences psychosociales :** Les questionnaires, observations directes lors des ateliers et témoignages des parents ont été utilisés pour évaluer le développement de dimensions telles que le sentiment d'appartenance, la cohésion, l'autonomie et la gestion des émotions.

Cette approche mixte permet ainsi de trianguler les données et d'obtenir une vision complète de l'impact du programme, combinant mesures objectives, perceptions des participants et retours de l'entourage.

# Résultats

# Le camp en quelques chiffres



Le programme InspiR s'est déroulé à **United Kitchens**, Nanterre, auprès de **15 adolescents (14-16 ans)**. Il comprenait 10 ateliers pour un total de **35 heures de formation**.

L'équipe était composée d'une coordinatrice générale, d'une coordinatrice pédagogique référente, d'une chercheuse et de 6 intervenants.



# Satisfaction par atelier



Pour évaluer l'intérêt et appréciation des participants pour les ateliers on leur a demandé de mettre un score allant de 1 à 5.

Les résultats montrent une différence significative entre ateliers ( $\chi^2 = 44,2$  ; ddl = 12 ;  $p < .001$ ), indiquant que **certains ateliers ont été statistiquement plus appréciés que d'autres.**

Il est important de signaler qu'**aucune activité n'est mal notée**, le score moyen plus bas étant à 3,2 (moyennement apprécié)

**Pâtisserie et Témoignages** se distinguent comme **les plus appréciés.**

Concernant l'organisation et rythme des ateliers, les scores sont plus homogènes, néanmoins on trouve trois ateliers significativement supérieurs en termes d'organisation : pâtisserie, sommeil, et nutrition.

|                                   |                       |
|-----------------------------------|-----------------------|
| 4,3 - 4,8<br>Tout à fait apprécié | Pâtisserie            |
|                                   | Témoignages           |
|                                   | Sommeil               |
| 3,8 - 4,2<br>Beaucoup apprécié    | Numérique             |
|                                   | Sport                 |
|                                   | Fresque               |
|                                   | Traducteurs émotion   |
|                                   | Détectives d'émotions |
| 3,2 - 3,7<br>Moyennement apprécié | Anti-Stress           |
|                                   | Forces                |
|                                   | Nutrition             |
|                                   | Zen des émotions      |
|                                   | Ice-breaker           |

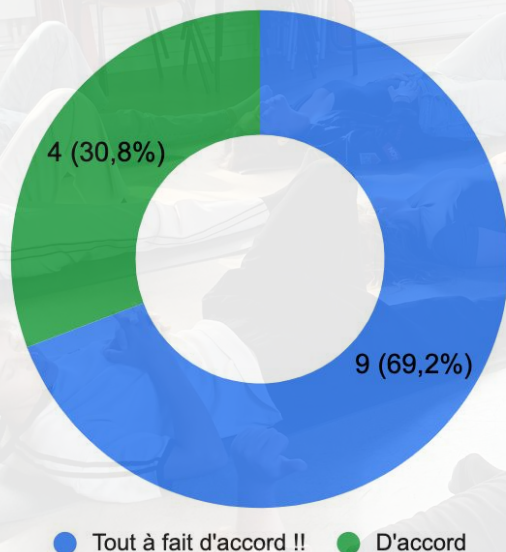
\* As-tu apprécié et/ou trouvé intéressant cet atelier ?

1 = Pas du tout !! ; 2 = Pas trop ; 3 = Moyen ; 4 = Beaucoup ; 5 = Tout à fait !!

# Satisfaction général



Le programme InspiR devrait être proposé à tous les jeunes (collège/lycée)



L'évaluation de la satisfaction vis-à-vis du programme montre un **très haut niveau d'adhésion de la part des jeunes participants**.

En effet, 69 % (n = 9) déclarent être tout à fait d'accord avec l'idée que le programme InspiR devrait être proposé à l'ensemble des jeunes au collège et au lycée, et 31 % (n = 4) se disent d'accord.

Ainsi, **la totalité des répondants exprime une perception positive et une reconnaissance claire de la pertinence et de l'utilité du programme**.

Ces résultats suggèrent non seulement une forte acceptabilité du dispositif, mais également un potentiel de diffusion à plus grande échelle.

# Appartenance

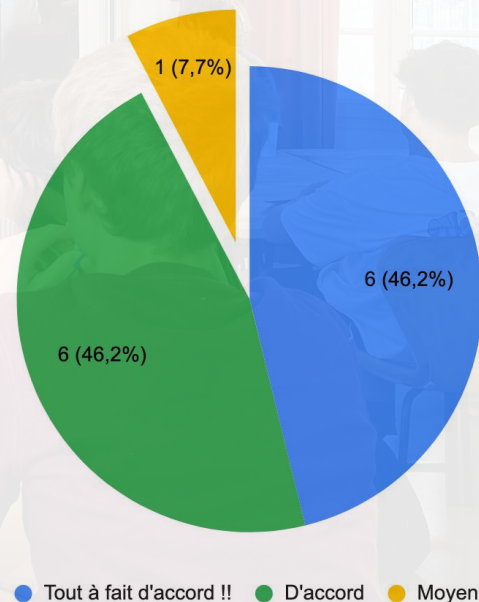
Les analyses factorielles des 8 questions sur les compétences sociales évaluées ont identifié un seul facteur principal regroupant 6 items, correspondant théoriquement au sentiment d'appartenance au groupe.

Les résultats sur le graphique montrent que la **grande majorité des jeunes ont développé ce sentiment** "tout à fait" (bleu) ou "beaucoup" (vert), avec seulement un participant au niveau moyen.

Ces résultats sont très encourageants et **suggèrent un effet positif du programme** en termes d'identité parmi un groupe d'inconnus.

Dans un groupe classe, ce sentiment pourra être remplacé par un sentiment d'appartenance accru, ou même de la cohésion, qui est à confirmer sur un échantillon plus large et avec **une évaluation plus complète des compétences psychosociales**.

Pourcentage de sentiment d'appartenance des jeunes

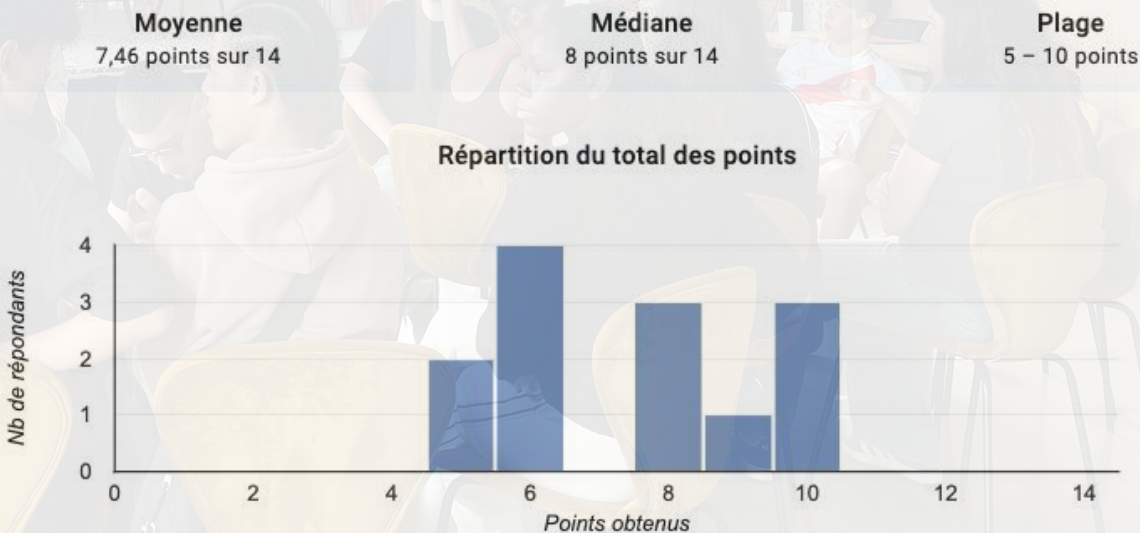


# Connaissances générales



La moyenne (7,46) et la médiane (8) **reflètent des scores légèrement supérieurs au score attendu par hasard (7)**, ce qui suggère **une tendance positive mais reste à interpréter avec prudence.**

Les résultats varient entre 5 et 10 points sur 14, traduisant à la fois la diversité des jeunes et la difficulté inégale des questions.



# Connaissances par type de question

Les analyses montrent que sur les concepts théoriques, le taux de réussite se situe à 59 % → **cela veut dire que les jeunes ont une maîtrise du contenu de fond transmis par les ateliers.**

En revanche, les connaissances autour des pourcentages sont réussies à peine à 33 % → **cela veut dire que pour des connaissances plus brutes, l'apprentissage est plus faible.**

Le pôle des questions sur les acquis pédagogiques est à compléter par des questions qui évalueront la mise en pratique des connaissances apprises.

| Thème                       | Question Théorique | Question Pourcentages |
|-----------------------------|--------------------|-----------------------|
| Identification des émotions | 100 % ●            | 30.8 % ●              |
| Compréhension des émotions  | 84.6 % ●           | 38.5 % ●              |
| Maîtrise des émotions       | 69.2 % ●           | 7.7 % ●               |
| Nutrition                   | 30.8 % ●           | 46.2 % ●              |
| Sommeil                     | 76.9 % ●           | 38.5 % ●              |
| Stress                      | 92.3 % ●           | 23.1 % ●              |
| Numérique                   | 84.6 % ●           | 23.1 % ●              |

# Pertinence des questions posées par les intervenants



Il est important de noter que la majorité des questions des intervenants étaient trop faciles (>70%) ou trop difficiles (<30%) → avec souplesse, 9 questions ont été retenues pour analyse, ainsi les questions fiables se trouvent surtout dans la zone 30-70 % (4 et 9).

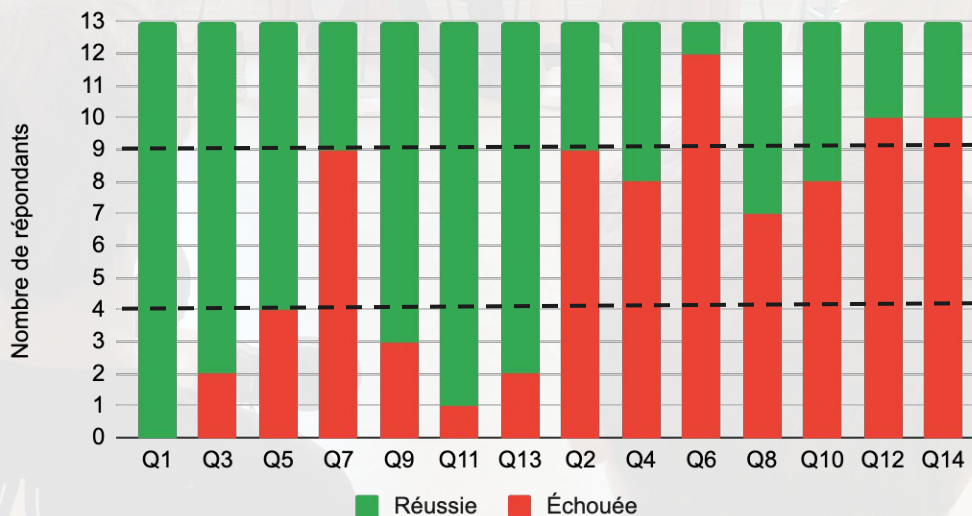
**Questions théoriques** : soit la majorité réussit, soit la majorité échoue → **peu de différenciation des vraies apprentissages.**

**Questions sur les pourcentages** : résultats mieux répartis entre réussites et échecs → elles **distinguent mieux les niveaux de connaissance des jeunes.**

Pour la suite, un **bon questionnaire doit** donc mélanger des questions faciles, moyennes et difficiles pour **refléter tous les profils d'apprentissage.**

## Questions Échouées et Réussies

Impairs = Questions théoriques / Pairs = Questions pourcentages



# Observations de l'équipe opérationnelle I



L'équipe a observé des comportements clés tout au long de la semaine, révélateurs de l'impact du programme.

Les adolescents, **d'abord réservés et parfois hésitants, ont rapidement trouvé leur place**, coopéré spontanément et participé activement aux ateliers.

Même **les participants les plus discrets ont progressivement pris la parole et contribué aux activités collectives**, montrant un réel développement de l'attention, de la motivation et de l'engagement.

Les **moments de tension ou de fatigue ont été ponctuels et gérés collectivement**, illustrant une capacité d'entraide et de régulation émotionnelle remarquable.



# Observations de l'équipe opérationnelle II



Le programme InspiR a offert bien plus qu'un simple cadre de transmission de connaissances: **il a constitué une expérience émotionnelle riche et structurante.**

Les jeunes ont partagé des émotions fortes, **développé de la complicité et un sentiment d'appartenance**, tout en découvrant de nouvelles compétences et en s'appropriant des outils pour mieux se connaître et interagir avec les autres.

Ces observations soulignent l'importance de ce type de programme pour **favoriser à la fois l'apprentissage et la dynamique collective.**

# À garder et à améliorer selon les participants



## À garder pour une prochaine version :

- ✓ **Pâtisserie (3)** : cité plusieurs fois comme marquant et apprécié.
- ✓ **Sommeil (3)** : jugée utile, car astuces applicables au quotidien.
- ✓ **Émotions (3)** : intérêt pour la compréhension et leur gestion.
- ✓ **Sport (2)** : appréciée car elle permet de bouger et de se dépenser.
- ✓ **Nutrition (2)** : bien perçue car reliée à la santé et au bien-être.

## À améliorer pour une prochaine version :

- ! **Pauses (3)** : Demande récurrente d'allonger les pauses.
- ! **Sport (3)** : Souhait de plus de jeux collectifs pour éviter l'ennui.
- ! **Émotions (2)** : Ateliers à fusionner.



# La parole aux participants



InspiR a été perçu par les jeunes comme bien plus qu'un simple stage : c'est une expérience riche, à la fois sociale, créative et formatrice. **Beaucoup le décrivent comme un mini-stage intéressant, où l'on peut rencontrer des personnes incroyables et tisser des amitiés fortes dans une atmosphère bienveillante.** Le programme se distingue par ses activités centrées sur le bien-être et la santé, qui abordent des thèmes essentiels comme le sommeil, la nutrition, la gestion des émotions, la respiration et même les usages numériques.

Les participants parlent d'**un espace où l'on peut s'amuser tout en apprenant, un lieu qui aide à mieux se comprendre en tant qu'adolescent et à développer sa confiance en soi.** Pour certains, ce fut même « un moment de changement », une parenthèse qui peut transformer la manière de voir la vie et favoriser une évolution positive, tant sur le plan émotionnel que mental et physique.

L'expérience est décrite comme **parfois un peu stressante au début, mais rapidement vécue comme enrichissante, apaisante et motivante**, grâce à la qualité des activités et à la disponibilité de l'équipe pédagogique, jugée très gentille et accessible. **Les jeunes insistent aussi sur le caractère utile et concret des apprentissages :** des astuces pour mieux dormir, des moyens de gérer le stress, des pistes pour mieux comprendre les autres et soi-même, ainsi qu'une ouverture sur de nouveaux métiers.

**En résumé, InspiR est pour eux un programme cool, utile et marquant, qui permet d'apprendre sur la vie, de s'épanouir et de créer des liens, tout en vivant une semaine à la fois ludique et profondément formatrice.**

# Témoignages des parents et éducateurs



« Mon fils sort du lit facilement et sans être en colère ».

« Elle exprime clairement ses émotions, effectue les tâches à la maison sans qu'on le lui demande, fait ses devoirs et accepte certaines situations avec sérénité »

« Ma fille m'a appelé en pleurs car elle ne voulait pas que le camp se termine ; elle m'a dit que le camp lui a apporté plus que ce qu'elle pouvait s'imaginer. »

« Merci pour ce que vous avez fait pour cet enfant, il est tellement changé, je ne savais pas qu'il pouvait parler et s'exprimer ainsi ».

« Il va se coucher (...) vers 23 heures, alors qu'il avait (...) tendance à rester devant son téléphone très tard, il est beaucoup plus organisé et détendu, (...) il mange (...) beaucoup moins de sucreries »

« Ma fille dit qu'elle dort très bien cette semaine, elle s'implique beaucoup (...) la motivation est là »

**Ces témoignages illustrent l'efficacité du programme pour favoriser l'autonomie, l'expression émotionnelle et la motivation, ainsi que le développement d'un sentiment d'appartenance au sein du groupe.**

# Recommendations

# Structure des ateliers I

Les résultats suggèrent l'importance d'écouter les besoins et préférences des adolescents, sans pour autant se soumettre à toutes leurs demandes. Ainsi, il est essentiel de **maintenir un apport théorique structuré dans chaque atelier**. Même si certains adolescents ont exprimé une certaine lassitude face aux contenus plus formels, **ces apports restent essentiels pour consolider les notions clés et donner une valeur pédagogique réelle aux ateliers**.

Pour rendre cette partie plus efficace, il est recommandé d'**explicitement clairement la structure de chaque session : une partie consacrée à la théorie, suivie d'une mise en pratique interactive**. Cette organisation permet aux adolescents de savoir à quoi s'attendre et de rester attentifs tout en assurant que les apprentissages soient ancrés.



# Structure des ateliers II



Par ailleurs, **les parties pratiques doivent être centrées sur l'élève, le mobiliser idéalement physiquement** par le biais des activités ou des jeux des société à jouer en collectif. Le travail en équipes/groupes est un succès.

Enfin, **certaines thématiques redondantes pourraient être fusionnées**. Cf: Identification des émotions et Compréhension des émotions; Gestion des émotions et Gestion du stress (Mission Anti-Stress). Aussi, il vaut mieux proposer 2 grandes activités par journée, plutôt qu'un ensemble de petites activités.

Enfin, il conviendrait de **prévoir des supports synthétiques** reprenant les notions théoriques essentielles **afin de permettre** aux adolescents de les retrouver après les ateliers et **d'ancrer durablement les apprentissages**.

# Satisfaction auprès des ateliers



Il est important de souligner que l'activité la plus appréciée, la pâtisserie, ne peut pas être considérée comme pertinente dans une logique de répliquabilité.

Pour une prochaine version, il conviendrait de **proposer uniquement des activités facilement transposables dans les établissements scolaires**, afin d'éviter de biaiser les résultats liés à l'évaluation des ateliers réellement applicables.

Ces observations suggèrent qu'il serait pertinent, pour une prochaine version, de **mener des entretiens semi-structurés auprès des jeunes pour identifier les facteurs qui favorisent l'engagement et la motivation**, et permettre une itération qui favorise le déploiement généralisé de ce projet.

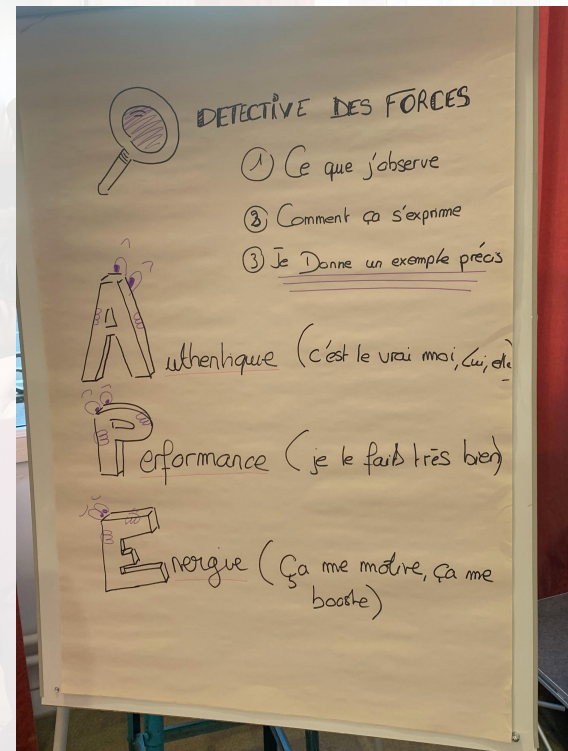


# Connaissances et compétences

Les analyses réalisées sur le programme InspiR montrent que les adolescents ont acquis des connaissances théoriques de base. Cependant, certains contenus plus abstraits (cf. pourcentages) ont été moins bien retenus. L'application des apprentissages n'a pas été mesuré

À cet égard, il serait pertinent de **développer des questionnaires plus complets avec des questions pertinentes sur l'application réelle des connaissances théoriques.**

Le questionnaire sur les compétences sociales et émotionnelles a été raccourci pour éviter la surcharge des jeunes, ce qui a empêché une évaluation approfondie des aspects psychosociaux. Pour une prochaine version il est fondamentale de **développer des questionnaires psychométriques complets permettant d'évaluer correctement les construits psychologiques ciblés par le programme**, en lien avec les recommandations ministérielles sur le développement des jeunes.



# Répliquabilité I



Sur la base des analyses réalisées, il apparaît possible d'envisager la répliquabilité du programme InspiR dans différents collèges et lycées, y compris les lycées professionnels, sous réserve de certaines adaptations. Les résultats du pilote montrent que le maintien d'une **structure claire pour chaque atelier**, avec la **fusion de certaines thématiques**, contribue à améliorer la compréhension et l'engagement des adolescents.

Il est essentiel que **chaque atelier soit organisé selon le même schéma : une partie théorique suivie d'une partie pratique**. Cette structure doit être **explicite dès le début auprès des participants**, afin qu'ils sachent exactement "le deal" : qu'ils auront une phase de théorie, puis une mise en pratique. Cela évite la surprise ou la déception, et permet aux adolescents de se préparer mentalement à chaque étape.

Les activités collectives et les jeux d'équipe se sont révélés particulièrement efficaces pour mobiliser les adolescents, surtout lorsqu'elles intègrent un **composant physique** lorsque le contenu le permet. Cette dimension active favorise la participation, l'ancrage des apprentissages et la motivation.

## Réplicabilité II



Concernant les intervenants, la littérature scientifique montre que **les effets significatifs sont plus importants lorsque ce sont les enseignants ou les référents pédagogiques de l'établissement qui délivrent les interventions**, comparativement à des intervenants externes. Ces professionnels ont déjà construit un lien de confiance et de respect avec les élèves, ce qui favorise l'attention, la coopération et l'adhésion. Ainsi, pour un déploiement optimal, il est recommandé que le **personnel de l'établissement (enseignants ou référents) soit formé au programme InspiR par des formateurs InspiR spécialisés**. Ce modèle garantit à la fois la fidélité au programme et une relation plus solide avec les participants.

La taille des groupes doit également être prise en compte : le pilote a montré qu'avec 15 élèves, la dynamique reste gérable, mais qu'au-delà, **il est préférable de prévoir un enseignant/éducateur/personnel supplémentaire en co-animation**, afin de gérer efficacement l'attention, l'autorégulation et les éventuels comportements perturbateurs.

Enfin, **le programme gagne à être intégré à la période de transition au début du lycée**, moment où les adolescents font face à des changements majeurs, un sentiment accru d'autonomie et parfois de l'anxiété. InspiR peut ainsi soutenir le développement de l'autorégulation, la confiance en soi et les compétences psychosociales dans ce contexte.

## Réplicabilité III



Ces recommandations, directement issues de la littérature scientifique en complément avec l'analyse des données recueillies lors du pilote devront être mises en place avant le déploiement d'un pilote, et devront être mesurés avec un échantillon plus représentatif.

**Une évaluation élargie, réalisée dans plusieurs établissements avec des instruments psychométriques adaptés et une analyse d'impact psychosocial et socio-économique, permettra de mesurer les effets réels sur le bien-être, la confiance en soi et les compétences psychosociales, tout en identifiant les ajustements nécessaires pour un déploiement plus large et efficace du programme.**

Ces recommandations offrent ainsi une feuille de route pour optimiser InspiR, maximiser son impact et garantir sa pertinence, tout en restant fidèle aux besoins des adolescents et aux objectifs éducatifs du Ministère et aux objectifs psychosociaux du programme.

# Projection

## AUJOURD'HUI : LE PROGRAMME EN ACTION

## 2026 : UN PILOTE POUR ALLER PLUS LOIN

Aujourd'hui : sur 15 jeunes, 100% recommanderaient le programme à leurs pairs, 90% ont développé un sentiment d'appartenance (renforceur de la confiance en soi) et 59% apprennent les bases théoriques autour du bien-être psychosocial et physique (émotions, relations aux pairs, nutrition, sommeil...). En bonus : cohésion et travail en équipe ont été observés comme étant renforcés.

Un pilote l'année prochaine, impliquant des centaines de jeunes, nous permettra de recueillir des chiffres encore plus fiables sur l'impact du programme dans différentes connaissances et compétences liés leur bien-être, et ainsi de préparer un déploiement à grande échelle capable de toucher des centaines d'élèves supplémentaires avec le même taux d'adhésion et de satisfaction, mais avec un effet multiplicateur : plus d'impact social mesuré.

L'idée ce serait d'évaluer scientifiquement l'ensemble des CPS, plus l'estime de soi, la confiance en soi (scolaire et générale), la satisfaction avec la vie, la motivation (dont sentiment d'autonomie), ainsi que leurs apprentissages InspiR (avec versant théorique, technique, et appliqué). Ces éléments du développement de l'adolescent sont des indicateurs clé du bien-être des jeunes et des prédicteurs de réussite académique et social.

15 jeunes



100 %

recommanderaient le programme à leurs pairs



59 %

apprennent les bases théoriques autour du bien-être : émotions, nutrition, sommeil...



90 %

ont développé un sentiment d'appartenance (renforce la confiance en soi)



**Bonus : cohésion et travail en équipe renforcés**



1000+ jeunes  
chaque année



Des centaines de jeunes touchés en 2026

+

Préparation d'un déploiement à grande échelle



**+ d'impact social**

Compétences psychosociales (CPS)  
Estime de soi et confiance (scolaire/générale)  
Satisfaction avec la vie  
Motivation et autonomie  
Apprentissages



**Chiffres fiables**

sur l'impact du programme.  
Même taux de satisfaction  
Meilleur taux d'apprentissage



Éléments clés pour le bien-être des jeunes, et prédictifs de leur

**réussite sociale  
et académique**

**Merci pour votre attention**

Macarena-Paz CELUME  
Docteure en Psychologie

[mp.celume@emotedlab.fr](mailto:mp.celume@emotedlab.fr)  
07 82 80 48 70

# ANNEXES

Pour aller plus loin... (Détails des analyses de résultats)

# Pour aller plus loin... Satisfaction par atelier



Pour évaluer l'intérêt porté par les participants aux différents ateliers, nous avons utilisé les scores donnés sur une échelle de 1 à 5.

Étant donné que les distributions n'étaient pas normales, nous avons appliqué des tests non paramétriques (test de Friedman suivi de comparaisons pair-à-pair Durbin-Conover) pour identifier les différences significatives entre ateliers.

Les résultats indiquent une différence significative globale entre les ateliers ( $\chi^2 = 44.2$  ; ddl = 12 ;  $p < .001$ ), ce qui suggère que certains ateliers ont été davantage appréciés que d'autres. Pour faciliter l'interprétation, nous avons regroupé les scores en trois plages équivalentes :

|      |   |      |   |                      |          |
|------|---|------|---|----------------------|----------|
| 3,2  | – | 3,73 | : | Moyennement          | apprécié |
| 3,73 | – | 4,26 | : | Beaucoup             | apprécié |
| 4,26 | – | 4,8  | : | Tout à fait apprécié |          |

Aucune activité n'est tombée dans la plage faible, ce qui signifie que tous les ateliers ont été globalement appréciés et qu'aucun ne se détache comme particulièrement peu attractif. Cependant, certains ateliers se détachent clairement comme préférés, avec des médianes supérieures à 4,3 (cf. Pâtisserie et Témoignages).

Cette classification permet de visualiser non seulement que tous les ateliers ont rencontré un certain succès, mais aussi de mettre en évidence les ateliers les plus attractifs pour les participants.

Concernant l'organisation et le rythme des ateliers, les scores attribués par les participants sont globalement plus homogènes que pour l'appréciation générale. La majorité des ateliers se situe dans une plage intermédiaire, entre 3 et 4, ce qui correspond à une organisation jugée "moyenne" à "bien". Cela indique que, pour l'ensemble du programme, le rythme et la gestion des activités ont été perçus comme globalement satisfaisants, sans atelier particulièrement critiqué sur ces aspects.

Cependant, trois ateliers se détachent clairement par des scores plus élevés : Pâtisserie (4,46), Labo du Sommeil (4,08) et Nutrition et équilibre (3,92). Ces ateliers sont considérés par les participants comme particulièrement bien organisés et adaptés en termes de rythme, ce qui peut refléter des facteurs tels que la clarté des consignes, la fluidité du déroulement ou l'adéquation de la durée de l'activité.

# Pour aller plus loin... Sentiment d'appartenance



Pour évaluer les compétences sociales développées au sein du groupe, nous avons utilisé un pôle de 8 questions portant sur différents aspects de l'interaction et de la dynamique de groupe. Les analyses factorielles exploratoires ont révélé qu'un seul facteur principal se dégageait, regroupant 6 items. Cette structure suggère que ces questions mesurent un construit unique, que l'on peut interpréter comme le sentiment d'appartenance au groupe. Autrement dit, les items retenus convergent vers une dimension commune reflétant la perception des jeunes quant à leur intégration et leur lien avec le groupe.

Les moyennes des items calculées pour chaque participant montrent que la majorité des jeunes se perçoivent comme ayant développé ce sentiment "tout à fait" ou "beaucoup", tandis qu'un seul participant mentionne un développement moyen. Ces résultats indiquent que les ateliers ont globalement contribué à renforcer le sentiment de cohésion et d'appartenance parmi les participants.

Dans une perspective scientifique, ce type de résultats suggère que le programme favorise le développement de compétences sociales collectives, notamment la capacité à se sentir intégré, reconnu et soutenu dans un groupe.

Si un plus grand nombre de participants avait répondu de manière plus dispersée, ou si le facteur identifié avait été moins cohérent, cela aurait pu indiquer que les ateliers n'avaient qu'un impact limité. Ici, la concentration des réponses dans les valeurs élevées montre une efficacité homogène du programme pour cette dimension sociale.

Dans un groupe classe, ce sentiment pourrait se traduire par un renforcement du sentiment d'appartenance, voire par une véritable cohésion entre les élèves. Autrement dit, les mécanismes observés dans notre étude – favorisant la création de liens et la perception d'un collectif soudé – laissent penser qu'un tel programme appliqué en contexte scolaire pourrait contribuer à installer une dynamique de groupe plus harmonieuse, facilitant à la fois la coopération, l'entraide et un climat scolaire positif.

Néanmoins, une évaluation plus vaste des compétences psychosociales, incluant un échantillon plus large, serait nécessaire pour confirmer ces résultats. Les données actuelles restent prometteuses et suggèrent que le programme a un impact positif sur le sentiment de cohésion et d'appartenance des jeunes participants.

# Pour aller plus loin... Connaissances Générales



Sur le graphique nous observons que la distribution des scores ne suit pas une courbe normale (par exemple, 2 jeunes à 5 points, 4 à 6 points, 3 à 8 points, 1 à 9 points, 3 à 10 points). Ceci peut s'expliquer par la petite taille de l'échantillon et l'hétérogénéité du groupe.

Du point de vue de l'analyse statistique, l'absence de normalité n'est pas "grave" en soi : cela signifie simplement que l'on ne peut pas appliquer certaines méthodes statistiques qui supposent une distribution en cloche régulière (tests paramétriques). Dans le cadre descriptif de ce quiz, cette irrégularité traduit surtout la diversité des performances des jeunes.

La moyenne observée ( $M = 7,46$ ), ainsi que la médiane des scores obtenus (8), sont légèrement supérieures à la moyenne théorique attendue (7). Ceci signifie que le groupe a obtenu des résultats un peu meilleurs que ce qu'on attendrait par hasard.

Cependant, cette différence reste modeste et doit être interprétée avec prudence : elle peut refléter un réel niveau de connaissances supérieur au hasard, mais elle peut aussi être influencée par la taille réduite de l'échantillon, par la répartition inégale des scores, ou encore par la structure du test (par exemple, la proportion de questions relativement accessibles).

En d'autres termes, on peut dire que la tendance générale est légèrement positive, mais sans pouvoir conclure de manière robuste à une performance "significativement supérieure".

Pour nuancer et comprendre plus en profondeur, en examinant la variabilité des réponses nous observons une plage des scores compris entre 5 et 10 (pour une échelle allant de 0 à 14) ce qui montre une fluctuation importante (écart de 5 points sur une échelle totale de 14). Ceci peut être attribué à des différences interindividuelles, mais également à la difficulté variable des questions.

# Pour aller plus loin... quiz de connaissances I



Conformément aux critères psychométriques classiques, seules les questions dont la difficulté se situe entre 30 % et 70 % (ou proche) devraient être retenues pour l'interprétation des apprentissages. Le critère de difficulté de 30-70 % est couramment utilisé en psychométrie pour identifier les questions les plus discriminantes.

Une question dont le taux de réussite est trop élevé (>70 %) est trop facile et ne permet pas de distinguer les participants ayant un niveau plus ou moins avancé. À l'inverse, une question dont le taux de réussite est trop faible (<30 %) est trop difficile et ne différencie pas non plus efficacement les niveaux de connaissance. En sélectionnant les questions dont la réussite se situe dans cette plage intermédiaire, on obtient des items capables de mettre en évidence les nuances dans l'acquisition des compétences, ce qui permet de mieux identifier les forces et les axes d'amélioration des participants.

L'analyse des taux de réussite par item révèle que la majorité des questions posées par les intervenants étaient trop faciles (>70 % de réussite) ou trop difficiles (<30 %) ce qui nous laisserait avec une sélection de 5 questions autour des pourcentages et zéro concernant les définitions théoriques.

Or, considérant petite taille de l'échantillon, nous pouvons faire preuve de souplesse et accepter les questions qui se trouvent dans la plage 20% - 80%. Ainsi sur l'ensemble des questions posées, 9 entrent dans cet intervalle et seront considérées comme fiables.

En examinant les questions fiables, on peut les regrouper en deux catégories principales. Pour les définitions ou concepts théoriques (3 questions retenues), le taux moyen de réussite est de 59 %. Autrement dit 59% jeunes retiennent les concepts de base et suggère que les ateliers du programme parviennent à mobiliser efficacement l'apprentissage des concepts clés. En revanche, pour les questions portant sur les pourcentages et chiffres d'application (6 questions retenues), le taux moyen de réussite est plus faible, à 33 %.

Cela signifie qu'en moyenne, moins de la moitié des jeunes réussissent ces questions chiffrées, indiquant qu'ils rencontrent davantage de difficultés pour mémoriser ou appliquer ces données. Comme le projet ne visait pas initialement la mémorisation de ces chiffres, bien que ce soient les questions les plus fiables (discriminantes), il serait pertinent d'ajouter un ensemble de questions supplémentaires pour compléter l'évaluation et mesurer la mise en pratique des contenus dans des situations réelles, sans effacer les questions existantes.

# Pour aller plus loin... quiz de connaissances II



Il est néanmoins, intéressant de noter qu'en utilisant un critère plus strict classique de 30–70 %, les questions portant sur les pourcentages et chiffres d'application auraient été les plus discriminantes.

En effet, ces questions présentent naturellement des taux de réussite intermédiaires, ce qui permet de mieux distinguer les niveaux de connaissance et d'application des jeunes.

Les questions trop faciles ou trop difficiles, en revanche, apportent peu de différenciation : elles sont soit maîtrisées par presque tout le monde, soit échouées par la majorité, et n'aident donc pas à évaluer les nuances dans l'acquisition des compétences.

Cette observation souligne que la sélection des questions en fonction de leur difficulté est un élément clé pour obtenir un questionnaire réellement discriminant et représentatif du niveau des participants.

Du point de vue psychométrique, le questionnaire utilisé présente une fiabilité correcte mais gagnerait à être enrichi par un équilibre plus marqué entre questions faciles, moyennes et difficiles, afin de mieux différencier tous les profils d'apprentissage et de couvrir l'ensemble des thématiques de manière représentative.

# Pour aller plus loin... observations



Au-delà des résultats quantitatifs, il est apparu essentiel de recueillir la perception de l'équipe opérationnel impliquée – équipe pédagogique et chercheuse – afin d'apporter un éclairage plus nuancé et incarné sur le déroulement du programme. Ces données, certes plus subjectives, constituent néanmoins un complément précieux pour comprendre l'expérience vécue et son impact.

## 1. Ambiance et évolution du groupe

Les deux coordinatrices pédagogiques décrivent un démarrage marqué par la réserve et parfois la réticence des jeunes, la plupart ayant été inscrits à l'initiative de leurs parents. Cependant, cette attitude initiale a rapidement évolué. Dès la première journée, des signes d'engagement et de cohésion sont apparus : rires, blagues, interactions spontanées et regroupements informels pendant les pauses.

L'ambiance s'est progressivement renforcée, au point que plusieurs parents ont rapporté la surprise de voir leurs enfants « impatients de revenir » dès le soir du premier jour.

La clôture a été particulièrement marquée par des émotions partagées, allant jusqu'à des larmes au moment des séparations, témoignant de l'attachement et de la cohésion développés au fil de la semaine.

## 2. Dynamique et organisation du groupe

Plusieurs leaders naturels se sont rapidement distingués (A, J, Y), jouant un rôle moteur dans la participation. Des sous-groupes se sont formés par affinités, mais la dynamique générale est restée inclusive, permettant à chacun de trouver progressivement sa place.

Certains jeunes initialement plus en retrait (par ex. Z, enfant placé) se sont progressivement ouverts et impliqués, jusqu'à participer activement aux présentations finales. Ces évolutions illustrent la fonction intégrative du programme et sa capacité à favoriser la socialisation et la confiance en soi.

### 3. Participation et engagement

Globalement, les jeunes ont suivi les consignes et participé activement aux activités, avec quelques variations liées à la fatigue, notamment en milieu de semaine. Des moments de forte coopération ont été rapportés, comme la réalisation des avatars, les saynètes sur les émotions ou encore l'atelier pâtisserie.

Quelques tensions ont émergé, souvent liées à la fatigue ou à des maladresses dans l'humour (ex. blagues de Yanis vécues comme blessantes par certains). Ces situations ont toutefois été gérées collectivement, permettant une régulation et un apprentissage sur les limites relationnelles.

### 4. Dimension émotionnelle

Les ateliers ont été marqués par des émotions variées : enthousiasme, humour, complicité, mais aussi fatigue et parfois anxiété. Des moments de liesse collective ont été relevés (par ex. le « chifoumi géant ») ainsi que des temps plus difficiles (ex. blocages lors des premières prises de parole).

L'accompagnement pédagogique a permis de transformer ces tensions en opportunités d'apprentissage (gestion des émotions, respect, entraide).

Le programme a donc offert non seulement un cadre de transmission de connaissances, mais aussi une expérience émotionnelle riche et structurante.

### 5. Enseignements généraux

Les témoignages convergent vers une même idée : le programme InspiR a favorisé une transformation rapide et positive d'un groupe initialement hétérogène et peu motivé en un collectif soudé, bienveillant et engagé.

Si des ajustements restent nécessaires (rythme, densité des contenus, gestion des moments de fatigue), les retours qualitatifs soulignent l'impact fort du programme sur la cohésion, l'ouverture et l'estime de soi des jeunes. Les observations des chercheurs confirment ces impressions, notamment par la régularité de la participation et les signes visibles de motivation (arrivées ponctuelles, implication croissante).

En somme, ces données qualitatives renforcent les résultats quantitatifs : elles suggèrent que le programme ne se limite pas à un apport de connaissances, mais constitue également une expérience de groupe transformatrice, porteuse d'effets psychosociaux prometteurs.

# Pour aller plus loin... Témoignages



Les retours des parents et éducateurs mettent en lumière plusieurs dimensions complémentaires du programme et de son impact sur les adolescents.

## 1. Impact émotionnel et affectif

Un thème central qui se dégage est le fort attachement des jeunes au groupe et l'importance de la dynamique collective. Plusieurs parents soulignent la difficulté pour leurs enfants de quitter le programme et le groupe, avec des expressions fortes de tristesse ou d'émotions intenses à la fin de la semaine. Ces observations confirment que le programme ne se limite pas à la transmission de connaissances : il favorise aussi un sentiment de communauté et de cohésion, qui semble constituer un moteur puissant de motivation et d'engagement.

## 2. Développement de l'autonomie et des comportements adaptatifs

Les témoignages montrent que les adolescents ont acquis ou renforcé des compétences pratiques et relationnelles dans leur quotidien : meilleur sommeil, gestion des émotions, participation volontaire aux tâches domestiques, implication scolaire. Ces changements suggèrent que le programme a un effet concret sur la vie quotidienne des jeunes, au-delà des ateliers eux-mêmes. Les retours mettent également en évidence que certains jeunes ont développé une capacité à exprimer leurs émotions avec plus de clarté et à interagir de manière constructive avec les autres, ce qui est un indicateur direct de l'impact sur les compétences psychosociales.

### 3. Motivation et engagement durable

Un autre aspect saillant concerne la motivation et l'enthousiasme des participants. Les parents rapportent que leurs enfants sont plus investis et intéressés, que ce soit pour participer aux activités du programme ou pour prolonger ces apprentissages dans leur vie quotidienne. Cela suggère que l'expérience vécue est suffisamment engageante pour générer des comportements autonomes et volontaires, ce qui constitue un indicateur prometteur de la pérennité des effets du programme.

### 4. Impact global et reconnaissance sociale

Enfin, plusieurs témoignages valorisent l'importance sociétale du programme et son rôle dans le développement personnel des adolescents: les parents perçoivent le programme comme un vecteur de changement positif, non seulement pour leurs enfants mais également pour la communauté. Cette perception renforce la légitimité et la valeur ajoutée du programme dans une perspective éducative et sociale.

L'analyse des mots et expressions utilisés par les parents et éducateurs révèle une transformation multiple: affective, comportementale et sociale. Ces retours qualitatifs viennent compléter et enrichir les données quantitatives sur la satisfaction et le sentiment d'appartenance, en confirmant que le programme InspiR génère des effets positifs tangibles et prometteurs sur les jeunes participants.

inspiR  
— PROJET RÉSILIENCE —