

Editions
Guiguess



**Neuroéducation : Comprendre le cerveau pour
mieux enseigner au XXIème siècle**

Sous la coordination de :

Pr Mahamat Alhadji (MC/HDR)

Dr Rasmata Bakyono Nabaloum (MC/CAMES)

Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation
réservés pour tous les pays.

No part of this book may be reproduced in any form by print,
photo-print, microfilm or any other means without written
permission from the publisher.

Titre : Neuroéducation : Comprendre le cerveau pour
mieux enseigner au XXIème siècle
© By Guiguess Editions, 2025

ISBN : 978-9956-466-26-9

Infographie et montage : *Guiguess Creator*

Photographie de la jaquette : Getty Images

Imprimeur : DILANE (Yaoundé)

Distributeurs : DILICOM (Distributeur international),
Librairie Guiguess (Moulvoudaye),...

Monographie : 121 – X 1 P ; 20cm

Siège social : Bâtiment blanc en face de l'hôtel de ville de
Moulvoudaye, Moulvoudaye – EN- Cameroun

Appels et WhatsApp : +237 695 623 027 / +237 651 856 030

Courriel : guiguesseditions@gmail.com

Site-Web: www.guiguesseditions.com

SOMMAIRE

Introduction générale Neuroéducation : **Comprendre le cerveau pour mieux enseigner entre les neurosciences et les sciences de l'éducation.**

(Mahamat Alhadji et Rasmata Bakyono Nabaloum) 6

Axe 1 : bases neurobiologiques de l'apprentissage 21

Chapitre 1 : principes cérébraux dans les apprentissages : sortir des déterminismes biogénétiques **(Manga Anne Marie Blanche et Tsanga Jules Marie)** 22

Chapitre 2 : impact de la neuroéducation sur la réduction de la stigmatisation envers les élèves ex-associés à Boko Haram dans les écoles primaires des Monts Mandara **(Mamtsai Yagai)** 33

Axe 2 : impact des émotions sur l'apprentissage 50

Chapitre 3 : stratégies pédagogiques et intégration des émotions dans l'apprentissage des adolescents de Kousséri, Cameroun **(Hassana Sali Gombo)** 51

Chapitre 4 : effet du "coping power program for children" sur la santé mentale des enfants présentant un bégaiement dans un contexte éducatif inclusif **(Lienou Mitérand)**

Axe 3 : plasticité cérébrale et ses implications éducatives 79

Chapitre 5 : impact des neurosciences sur les pratiques d'éducation inclusive : Vers une personnalisation de l'apprentissage pour tous les élèves, le cas des élèves réfugiés et ex-détenus mineurs scolarisés de la région de l'extrême-nord du Cameroun **(Djakba Albert et Haman Palai Vincent)** 80

Chapitre 6 : environnement d'apprentissage collaboratif et niveau d'implication des étudiants dans les tâches attentionnelles **(Nkelzok Komtsidi Valère, Daibé Jermias et Batikalak Serge-André)** 97

Chapitre 7 : intervention comportementale précoce intensive et acquisition de l'autonomie motrice et cognitive chez les enfants présentant un trouble du spectre autistique : cas des enfants âgés de 3 à 10 ans de deux centres d'éducation spécialisée de la ville de Yaoundé **(Chaffi Cyrille Ivan et Manekeng guinpea Audrey)**

110

Chapitre 8 : performances scolaires des élèves hôtes et déplacés internes dans l'éducation en situation d'urgence dans la commune de Ouahigouya **(Meda Anissé Domètièro et Rasmata Bakyono Nabaloum)** 122

Axe 4 : différences individuelles dans l'apprentissage 135

Chapitre 9 : élever des enfants d'immigrés camerounais au Royaume-Uni : une analyse des enjeux éducatifs face à la perte de valeurs africaines **(Bruno Joel Tocke Ngamen, Marie Chantal Ntjam et Makadji Etienne Aquilas)** 136

Axe 5 : utilisation de la technologie dans l'éducation basée sur les neurosciences 145

Chapitre 10 : intégration de l'Intelligence Artificielle (IA) et optimisation des performances académiques : Cas de l'École Nationale Supérieure des Technologies de l'Information et de la Communication (ENASTIC) de N'Djamena **(Mahamat Alhadji et Dagué Abraham)** 146

Chapitre 11 : ciné-théâtre participatif : Un outil transformateur pour diffuser la Neuro-Éducation en Afrique subsaharienne **(Tchived félix)** 159

Axe 6 : rôle de la métacognition dans le processus d'apprentissage 174

Chapitre 12 : flexibilité cognitive et adaptation scolaire des élèves du secondaire en situation post-crise à l'Extrême-Nord du Cameroun **(Guibai Ernest)** 175

Chapitre 13 : stratégies métacognitives et efficacité attentionnelle dans une tâche d'apprentissage **(Nkelzok Komtsidi Valère, Daibé Jermias, Essuan Biyon Marie Laurence et Bebey Bougna Lydienne Hilda)** 189

Axe 7 : relation entre sommeil, mémoire et apprentissage 198

Chapitre 14 : niveaux de conscience et efficience mnésique dans les tâches d'apprentissage (Nkelzok Komtsidi Valère et Daibé Jermias)	199
Axe 8 : influence du stress sur le rendement scolaire	209
Chapitre 15 : impact du stress sur la motivation scolaire des élèves issus de milieux défavorisés : une étude neuroéducative (Makadji Etienne Aquilas)	210
Chapitre 16 : stress et rendement académique des étudiants de l'École Normale Supérieure de Maroua au Cameroun (Mbezelé Levodo Germain)	219
Chapitre 17 : stratégies d'ajustement au stress et efficience émotionnelle dans la gestion des tâches d'apprentissage chez les étudiants de psychologie de l'Université de Garoua (Nkelzok Komtsidi Valère et Daibé Jermias)	233
Chapitre 18: stress en milieu universitaire et acquisition des connaissances: Cas des étudiants de la Faculté des Arts, Lettres et Sciences Humaines de l'Université de Maroua (NgazagaiKelai Maximiliein)	252
Chapitre 19 : impact du stress chronique sur les apprentissages scolaires et le bien être des élèves de l'école primaire (Ngouet Marie Claire et Ebalé Monezé Chandel)	258
Chapitre 20 : stress, rendement scolaire et stratégies de gestion des élèves-Professeurs au Cameroun (Rodrigue Mbwassak)	273
Axe 9 : approches interdisciplinaires en neuroéducation	282
Chapitre 21 : écoles coraniques et éducation à la citoyenneté en contexte de crise sécuritaire (Boukar Margaza)	283
Chapitre 22 : utilisation des méthodes de formation variees in situ et construction des savoirs : cas pratique des enseignants des ENIEG du Cameroun (Sidoline Demgné et Daouda Maingari)	298
Chapitre 23 : enjeux et défis du développement socioéconomique dans le Département du Diamaré à l'Extrême Nord du Cameroun : acteurs et réalisations (Bahané Sabine et Pahimi Patrice)	311
Chapitre 24 : encadrement socioéducatif en milieu carcéral : Un tremplin du désistement criminel des ex détenus du Nord-Cameroun (Nyebé Lydie Florence)	322
Axe 10 : Évaluation formative basée sur les neurosciences	333
Chapitre 25 : faible sentiment d'efficacité personnelle en statistique chez les enseignant.e.s dans les ENIEG au Cameroun sous le prisme du genre (Teague Tsopgny Armel Valdin et Wamba André)	334
Chapitre 26 : stratégies neuro-éducatives des enseignants et développement des compétences cognitives des élèves en mathématiques : une étude menée sur les établissements secondaires de Garoua 2ème dans la Région du Nord-Cameroun (Mahamat Alhadji et Ibrahima Baba)	346
Conclusion Générale (Mahamat Alhadji et Rasmata Bakyono Nabaloum)	374
Biographie des auteurs	377

Équipe de coordination

Supervision : Gaya Esau, Directeur de la maison d'édition *Guiguess Editions*, Cameroun, guiguesseditions@gmail.com

Coordination :

- Pr Mahamat Alhadji (MC/HDR), Université de Garoua, Cameroun, mahamatalh@gmail.com
- Dr Rasmata Bakyono Nabaloum (MC/CAMES), Université Joseph Ki-Zerbo, Burkina Faso, rasbakyono@yahoo.fr

 **Directeur de publication :** Makadji Étienne Aquilas, Université de Maroua, Cameroun, makadjiet@gmail.com

Comité de rédaction et de lecture

M. Aïkpe Florent
M. Bigued
M. Beyi Wendgoudi Appolinaire
M. Yao Kouakou Albert
M. Yaya Traoré

Comité scientifique

Pr Bachir Bouba, Université de Maroua, Cameroun
Pr Coulibaly Bernard, Université de Mulhouse, France
Pr Djeumeni Tchamabé Marcelline, Université de Yaoundé 1, Cameroun
Pr Djibo Hassoumi, Université Boubakar Ba de Tillabéri, Niger
Pr Galy Mohamadou, Université de Ngaoundéré, Cameroun
Pr Gutierrez Laurent, Université Paris Nanterre, France
Pr Mahamat Alhadji (MC/HDR), Université de Garoua, Cameroun
Pr Menyé Nga Germain Fabrice, Université de Ngaoundéré, Cameroun
Pr Ngwa Vandelin, Université de Yaoundé 1, Cameroun
Pr Oyono Tadjidjé Michel, Université de Ngaoundéré, Cameroun
Pr Prévôt Olivier, Université de Grenoble, France
Dr Rasmata Bakyono Nabaloum, Université Joseph KI-ZERBO, Burkina Faso

**Axe 8 : influence du stress sur le rendement
scolaire**

Chapitre 19 : impact du stress chronique sur les apprentissages scolaires et le bien être des élèves de l'école primaire

Ngouet Marie Claire
Université de Yaoundé 1
divinengouetson@gmail.com
Ebale Moneze Chandel
Université de Yaoundé 1
cebalemoneze@yaohoo.com

Résumé : Le stress chronique est état de tension et d'anxiété persistante qui dure pendant une période prolongée, souvent plusieurs mois ou même des années. Il est un phénomène courant chez les élèves notamment ceux du primaire, qui peut avoir des conséquences négatives sur leurs performances scolaires et leur bien-être. Il dépasse la capacité d'un enfant à s'adapter et à gérer efficacement les stimuli externes, ce qui peut entraîner des conséquences négatives sur sa santé mentale et physique en situation d'apprentissage. Au cours du processus enseignement-apprentissage, nous avons constaté que certains enfants en situation de stress ont des difficultés d'apprentissage et leurs performances ainsi que bien être en pâtissent. Le problème que soulève cette étude est celui des difficultés d'apprentissage, des problèmes de santé mentale, de comportements, d'estime de soi et de motivation chez l'élève de l'école primaire. Le stress chronique a-t-il un impact significatif sur les apprentissages et le bien-être des élèves ? En psychologie sociale, selon la théorie de la motivation d'Abraham Maslow, les besoins fondamentaux des élèves, tels que la sécurité, l'appartenance, et l'estime de soi, doivent être satisfaits pour qu'ils puissent se concentrer sur les tâches scolaires. Le stress peut survenir lorsque ces besoins ne sont pas satisfaits. L'objectif de cette étude est de montrer qu'il existe un lien entre le stress chronique et les apprentissages scolaires. Pour y arriver, nous avons fait des entretiens semi directifs avec 10 enseignants à l'école publique primaire de Mindic dans la région du centre, département du nyong et mfoumou. L'analyse de contenu est la méthode utilisée pour analyser les données collectées. Les résultats issus de ces entretiens ressortent l'existence d'un lien entre le stress chronique et les apprentissages chez les élèves du primaire. Il est donc impératif de mettre en place des stratégies d'interventions adaptées, telles que des programmes de gestion de stress et la création d'un environnement scolaire positif et soutenant.

Mots clés : stress chronique, apprentissage, bien-être, élèves, éducation, motivation

Abstract : Chronic stress is a state of persistent tension and extended period, often several months or even years. It is a common phenomenon among students, which can have negative consequences on their academic performance and well-being. It exceeds a child's ability to adapt and effectively to manage external stimuli, which can lead to negative consequences for their mental and physical health in learning situations. During the teaching learning process, we have observed that some children in stressful situations have learning difficulties and their performance and well-being suffer. The problem raised by this study is that of learning difficulties, mental health problems,

behavior, self-esteem and motivation among primary school students. Does chronic stress have a significant impact on student learning and well being ? In social psychology, according to Abraham Maslow's theory of motivation, students' basic needs, such as security, belonging, and self-esteem, must be met in order for them to focus on academic tasks. Stress can arise when these needs are not met. The objective of this study is to demonstrate a link between chronic stress and academic learning. To achieve this, we have done semi structured interviews with 10 teachers from public primary school of Mindic in the Nyong and Mfoumou department. Content analysis is method used to analyse data collected. The results of these interviews shows the existence of a link between chronic stress and learning among primary school students. It is therefore imperative to implement appropriate intervention strategies, such as stress management programs and the creation of a positive and supporting school environment.

Key words : chronic stress, learning, well-being, students, education, motivation.

Introduction

Le stress chronique est un problème de santé publique qui affecte de millions de personnes à travers le monde. C'est également une réalité de plus en plus connue dans le milieu scolaire. Les élèves en particulier sont vulnérables au stress chronique en raison de la pression scolaire, des exigences sociales et des changements physiques et émotionnels qui accompagnent l'adolescence. Le stress chronique peut avoir des conséquences négatives sur la santé mentale et physique des élèves, notamment une diminution de la motivation, une augmentation de l'anxiété et de la dépression, ainsi qu'une diminution des performances scolaires. En outre, le stress chronique peut également affecter les relations sociales des élèves, leur estime de soi et leur bien-être général.

Cette étude vise à combler cette lacune en examinant l'impact du stress chronique sur les performances scolaires et le bien-être des élèves, ainsi que le rôle du soutien adéquat dans l'atténuation de ces effets. Nous espérons que les résultats de cette étude contribueront à améliorer la compréhension du stress chronique chez les élèves et à développer des interventions efficaces pour les aider.

La réussite des élèves a toujours été au centre de préoccupations dans la société. Cette préoccupation nous amène à comprendre que dès lors qu'il y'a un problème qui peut entraver cela des études doivent être faites pour en rechercher des causes majeures afin de trouver des solutions. De nos jours le stress chronique est l'un des problèmes qui entrave sérieusement et dangereusement la réussite scolaire. Il nous a été donné de constater que, certains enfants éprouvent des difficultés d'apprentissage et des soucis de bien être émotionnel. En outre il a été démontré que le stress et l'anxiété constituent des problèmes sociaux importants auquel il est important de s'y attarder. A cet effet la prévalence du taux de stress chez les étudiants est de 5% à 80% selon les recherches (Bayam et Bilget, 2008)

Le problème que soulève cette étude est celui des difficultés d'apprentissage, des problèmes de santé mentale, de comportements, d'estime de soi et de motivation chez l'élève de l'école primaire. En psychologie sociale, selon la théorie de la motivation selon Abraham Maslow, les besoins fondamentaux des élèves, tels que la

sécurité, l'appartenance, et l'estime de soi, doivent être satisfaits pour qu'ils puissent se concentrer sur les tâches scolaires. Le stress peut survenir lorsque ces besoins ne sont pas satisfaits. Lorsqu'une situation est perçue comme stressante, si l'apprenant n'est pas en mesure de gérer cet affect, un cercle vicieux se mettra en place entravant ainsi la mobilisation des bonnes ressources cognitives dans l'acquisition des connaissances.

La suite de notre propos permettra d'explorer deux dimensions essentielles : d'une part, l'impact direct du stress chronique sur les apprentissages et d'autre part, le rôle crucial du soutien social en tant que facteur de modérateur. Cette étude invite à une analyse approfondie des mécanismes sous-jacents et à l'évaluation d'interventions potentielles pour améliorer la situation des élèves. Nous articulons notre travail autour des points suivants : la notion de stress, la théorie de la motivation de Maslow, les hypothèses de travail, la méthodologie, les résultats, la discussion, la conclusion, les références bibliographiques

1. Cadre théorique

Le stress est ce que l'on nomme : le syndrome général d'adaptation. Il fut découvert en 1935, par Hans Selye. Le stress est un phénomène d'adaptation naturelle du corps qui nous permet de réagir à notre environnement. Effectivement, notre cerveau est programmé pour réagir rapidement lorsque notre environnement change. C'est d'ailleurs ce qui a permis à l'espèce humaine de survivre depuis l'ère préhistorique. Notre cerveau perçoit les signaux extérieurs de modifications de l'environnement et s'adapte automatiquement pour pouvoir programmer une réponse adaptée, le plus rapidement et efficacement possible. Sur un laps de temps court, le stress est donc positif, car il nous permet de réagir et de nous adapter à une situation nouvelle. En revanche, si le stress s'installe dans la durée, notre capacité à réagir va s'altérer, notre organisme va commencer à s'épuiser et il apparaîtra diverses conséquences pathologiques. Le syndrome général d'adaptation permet de décrire les mécanismes physiologiques du stress en trois phases :

-L'alarme : l'organisme se prépare au combat ou à la fuite : Dès sa confrontation à une situation évaluée comme stressante, l'organisme réagit immédiatement en libérant des *catécholamines* (hormones produites par la glande médullo-surrénale, dont l'adrénaline). Celles-ci augmentent la fréquence cardiaque, la tension artérielle, les niveaux de vigilance, la température corporelle... Ces modifications ont pour but de préparer l'organisme à réagir en amenant l'oxygène aux organes qui vont être sollicités pour réagir rapidement.

-Si la situation persiste, l'organisme entre en phase de résistance : Peu de temps après la première phase, de nouvelles hormones, les *glucocorticoïdes*, sont sécrétées (par la glande corticosurrénale). Ces hormones augmentent le taux de sucre dans le sang pour apporter l'énergie nécessaire aux muscles, au cœur et au cerveau et y maintenir un niveau constant de glucose. L'organisme se prépare aux dépenses énergétiques que nécessite la réponse à la situation stressante.

-Si la situation stressante se prolonge ou s'intensifie, l'organisme entre en phase d'épuisement : Dans cette situation, les capacités de l'organisme sont débordées. L'organisme est submergé d'hormones activatrices qui, à long terme peuvent devenir délétères pour la santé. Vous l'aurez certainement compris, le stress

à court terme est positif. Il permet de donner un « coup de fouet » à l'organisme, afin de réagir de manière concrète et adaptée à la situation nouvelle qui se présente. Néanmoins, lorsque le stress devient chronique, c'est-à-dire, lorsque les facteurs de stress perdurent dans le temps, alors l'organisme s'épuise car il n'a plus suffisamment de ressources disponibles. En effet, soumis à de fortes pressions physiques et psychiques, le corps ne dispose plus de suffisamment de réserves pour faire face à la situation. C'est alors qu'apparaissent différents troubles somatiques et psychologiques.

Au niveau du corps, être soumis à un stress prolongé peut engendrer différents troubles somatiques comme : les troubles musculo-squelettiques (douleurs des articulations et douleurs musculaires), les troubles gastro-intestinaux (maux de ventre, douleurs et ulcères d'estomac), les troubles cardiovasculaires (hypertension artérielle, palpitations cardiaques, ...), les migraines, l'Hypercholestérolémie, diabète de type 2 et les crises d'asthme, etc... Ces troubles sont ceux que l'on observe principalement comme conséquences d'un stress durable.

Au niveau psychologique, le stress chronique s'avère également néfaste en entraînant un impact sur le comportement et l'humeur. Parmi les conséquences les plus marquées, on retrouve : la fatigue et irritabilité chroniques, les troubles du sommeil, les bouffées de chaleur et hypersudation régulières, les crises d'angoisse régulières, le dysfonctionnement sexuel, le syndrome dépressif d'épuisement professionnel : « le burn-out », la dépression majeure, les troubles des conduites alimentaires (surtout obésité), la consommation accrue de médicaments, la consommation accrue d'alcool, de tabac et autres substances psychotropes, l'isolement social, repli sur soi, la difficulté d'apprentissage, performances réduites, les mauvaises décisions, incohérences dans les actions, les comportements à risque et actions suicidaires, l'hyperactivité ou au contraire apathie, cynisme, démotivation complète.

Les stressseurs ont été définis par Selye comme étant des agents intérieurs ou extérieurs à l'individu qui expriment une demande face au sujet, enclenchant ensuite la phase d'alarme. Ce sont donc des stimuli de l'environnement ou de l'organisme qui provoquent du stress chez l'individu, et qui peuvent aussi être très différents par nature et par durée. Nous pouvons citer : l'environnement scolaire (pressions pour obtenir de bons résultats, relations conflictuelles avec les enseignants ou les camarades...), l'environnement familial (conflits familiaux, pressions pour répondre aux attentes des parents...), l'environnement social (pression pour se conformer aux normes sociales, relations conflictuelles avec les amis ou collègues, sentiments d'isolement ou d'exclusion), la santé ou le bien être (maladies chroniques, malaise physique ou manque de repos ou de sommeil), les événements de la vie (changement d'école ou d'emploi, déménagement, perte d'un être cher) et les pressions personnelles (pour atteindre des objectifs personnels, sentiment de responsabilité excessive, peur de l'échec)

Dans sa revue de littérature, Kessler (1997) montre que le stress peut produire de la dépression. Ses recherches montrent que cette relation est également vraie dans l'autre sens : la dépression contribue évidemment à augmenter le stress. Dans les trois études suivantes, les auteurs ont investigué le lien entre la dépression et la performance pour pouvoir prédire l'impact du stress sur la performance. Dans l'étude de Humensky et al. (2010), les auteurs ont examiné ce lien avec un échantillon de 83 adolescents à fort risque de dépression. L'étude s'est concentrée sur deux liens

différents : la relation entre les symptômes dépressifs et la performance objective, représentée par les variables mesurant la présence à l'école, les notes d'anglais et de mathématiques, et la relation entre la dépression et la performance subjective ressentie par les élèves. Ces analyses ont été faites à l'aide de régressions linéaires et logistiques. Les résultats ont montré qu'il n'y avait pas de lien entre la dépression et la performance objective. En revanche une relation a été établie avec la perception subjective de cette performance par les adolescents à travers les variables « avoir l'impression de faire bien à l'école », la résolution des devoirs à la maison, la capacité de concentration en classe et l'interaction avec les autres élèves. Ces éléments ont été mis en évidence également par les interviews que les auteurs ont réalisées avec les participants.

Les adolescents ont indiqué aussi que pour eux, les symptômes dépressifs causaient une mauvaise performance à l'école et que cette dernière aggravait à leur tour les symptômes dépressifs. Ils avaient donc la sensation de se retrouver dans un cercle vicieux duquel il était difficile de sortir. Les auteurs concluent que même si l'impact de ces symptômes dépressifs ne se reflète pas sur les notes des tests, les résultats concernant la performance subjective pourraient être un prélude à une baisse des résultats dans les temps qui suivent.

Abraham Maslow (1970) était un psychologue américain connu pour ses travaux sur la motivation humaine et la psychologie humaniste. Il a développé la théorie de la hiérarchie des besoins, qui postule que les besoins humains sont organisés en une hiérarchie de cinq niveaux, chacun étant un prérequis pour le niveau suivant. La théorie de Maslow propose une hiérarchie de cinq niveaux de besoins, allant des besoins physiologiques fondamentaux aux besoins de réalisation de soi, les plus élevés à savoir.

- ✚ **Les besoins physiologiques :** Au bas de la pyramide se trouvent les besoins physiologiques, également appelés besoins primaires ou besoins de survie. Ces besoins sont essentiels à la vie et doivent être satisfaits avant que l'individu ne puisse se concentrer sur d'autres besoins. Ils comprennent la faim et la soif, le sommeil, la respiration, l'homéostasie.
- ✚ **Les besoins de sécurité :** Une fois les besoins physiologiques satisfaits, l'individu se tourne vers les besoins de sécurité. Ces besoins concernent la recherche de stabilité, de protection et d'ordre dans l'environnement. Ils correspondent à un désir de se sentir en sécurité et à l'abri des dangers et des menaces. Les besoins de sécurité se manifestent de différentes manières, notamment les sécurités physique, financière, sociale, morale et psychologique.
- ✚ **Les besoins d'appartenance et d'amour :** Une fois les besoins de sécurité satisfaits, l'individu se tourne vers les besoins d'appartenance et d'amour. Ces besoins concernent le désir d'établir des relations sociales significatives et d'appartenir à un groupe. Ils reflètent le besoin fondamental d'être aimé, accepté et valorisé par les autres. L'individu recherche un sentiment d'appartenance, de connexion et d'intimité dans ses relations avec les autres. Les besoins d'appartenance et d'amour se manifestent de différentes manières, notamment l'amitié, l'amour, la famille, les groupes sociaux et la communauté.
- ✚ **Les besoins d'estime :** Une fois les besoins d'appartenance et d'amour satisfaits, l'individu se tourne vers les besoins d'estime, qui correspondent au désir d'être respecté, apprécié et reconnu par soi-même et par les autres. Ces besoins se divisent en deux catégories l'estime de soi et l'estime des autres.

✚ **Les besoins de réalisation de soi :** Au sommet de la pyramide de Maslow se trouvent les besoins de réalisation de soi, également appelés besoins de croissance ou besoins d'actualisation. Ces besoins représentent le désir profond de l'individu de réaliser son plein potentiel, de devenir la meilleure version de lui-même et de laisser sa marque sur le monde. Il s'agit d'un processus continu d'apprentissage, de développement personnel et de quête de sens.

La théorie de Maslow a également des implications importantes dans le domaine de l'éducation. Elle offre un cadre pour comprendre les besoins des élèves et pour créer des environnements d'apprentissage qui favorisent leur développement. En effet, les élèves ne peuvent pas apprendre efficacement s'ils ne se sentent pas en sécurité, s'ils n'ont pas un sentiment d'appartenance et s'ils ne sont pas motivés à apprendre. Les enseignants peuvent utiliser la théorie de Maslow pour identifier les besoins fondamentaux des élèves et pour mettre en place des stratégies pour les satisfaire. Par exemple, les enseignants peuvent créer un environnement de classe sûr et stable pour répondre aux besoins de sécurité des élèves. Ils peuvent également favoriser un sentiment d'appartenance en créant un environnement inclusif et en encourageant la collaboration entre les élèves.

Nous sommes partis sur la base d'une hypothèse générale de recherche pour mener notre étude, HG : Le stress chronique a un impact significatif sur les apprentissages et le bien être des élèves.

Nous avons formulé deux hypothèses de recherche à savoir :

- HR1 : le stress chronique a un impact négatif significatif sur les performances académiques des élèves.

- HR2 : le stress chronique a un impact négatif significatif sur le bien être des élèves.

Après la formulation de ces hypothèses, nous avons collecté des données en vue d'être analysées auprès des enseignants à l'école primaire de Mindic dans la région du centre, département du nyong et mfoumou

2.Méthodologie

Nous avons mené une étude qualitative dans la ville de Mfou auprès de 10 enseignants dont 1 homme et 9 femmes. Ces derniers sont âgés de 30 ans à 49 ans et capables de fournir les informations permettant de bien comprendre les relations qui existent entre le stress chronique et les apprentissages et la santé mentale des élèves. Nous avons utilisé l'échantillonnage par jugement à priori, qui consiste à sélectionner les individus dont on pense avant de les interroger qu'ils sont détenteurs d'information cruciale pour l'étude. Pour ce faire, on peut considérer des individus, apparemment représentatifs de la population étudiée.

Tableau représentatif n° 1 de l'âge de la population de recherche

Population	Effectif	Pourcentage%
Hommes	01	10
Femmes	09	90
Total	10	100

Source : nos analyses :(Ngouet Marie Claire 20025)

Il en ressort d'après le tableau ci-dessus qu'un seul homme a participé à notre étude contrairement aux femmes qui sont au nombre de 9.

Tableau représentatif n° 2 de l'âge de la population de recherche

Tranches d'âges	Effectif	Pourcentage%
(30-34)	03	30
(35-39)	04	40
(40-44)	02	20
(45-49)	01	10
Total	10	100

Source : nos analyses :(Ngouet Marie Claire 20025)

D'après le tableau ci-dessus, les enseignants ont été interviewé selon les tranches d'âge comme suivante : de 30 ans - 34 ans, nous avons 03 dont 30%, de 35 ans - 39 ans, ensuite 04 dont 40%, de 40 ans - 44 ans, 02 personnes pour 20% et enfin pour la tranche d'âge de 45 ans - 49 ans, nous avons une seule personne pour 100%.

L'entretien semi directif a été utilisé pour collecter les informations. C'est cette forme qui oscille entre la non-directivité et la directivité. Ici, le chercheur a une attitude non directive quand il répète et reformule les propos de l'interviewé et une attitude directive quand il pose des questions spontanées ou préparées. Dans cette forme d'entretien, le chercheur précise à l'avance l'objet de l'étude et dégage les composantes importantes. Quelle que soit la forme retenue, les méthodes d'entretien se caractérisent par un contact direct entre le chercheur et ses interlocuteurs et par une faible directivité.

Au total, l'entretien permet au chercheur d'accéder directement à l'information souhaitée. Parlant de l'information, Quivy et Campenhoudt (1985: 195), précisent qu'il peut s'agir de la perception d'un événement ou d'une situation, des interprétations ou d'expériences énoncées par l'enquête. Nous avons utilisé la statistique descriptive et l'analyse de contenus pour analyser et présenter les résultats. L'analyse de contenu est, d'après Quivy et Campenhoudt (1985 : 229),

«Un ensemble de techniques d'analyse des communications visant, par les procédures systématiques et objectives de description du contenu des messages, à obtenir des indicateurs (quantitatifs ou non)

permettant l'inférence de connaissances relatives aux conditions de produit/réception (variables inférées) des messages ».

L'analyse de contenu présente trois grandes variantes ; à savoir, les analyses thématiques, les analyses formelles et les analyses structurales (Quivy et Campenhoudt (1985) Dans notre travail, les données recueillies sur le terrain au travers des entretiens semi structurés sont exploitées suivant ce modèle d'analyse. L'analyse de contenu est donc une technique de traitement de données préexistantes par recensement, classification et quantification des traits d'un corpus. L'analyse de contenu demande un grand esprit scientifique pour accepter de tout compter et de donner les vrais pourcentages. Selon Miles et Huberman (2005 : f291)

« Ceux qui ont des convictions préalables ou des préjugés préfèrent faire beaucoup d'entretiens ou de questionnaires pour paraître scientifique, puis après en extraire tout ce qui est d'accord avec leur thèse, ou même donner comme « preuve » de leur préjugé deux ou trois extraits ou citations, en taisant tout ce qui est opposé ».

3. Résultats

En ce qui concerne l'impact négatif sur les performances académique, 69 % ont des difficultés de concentration de mémoire. Des études montrent que le stress chronique modifie la chimie cérébrale, affectant des zones essentielles pour la concentration et la mémoire, comme l'hippocampe. Les élèves qui ressentent un stress constant peuvent avoir du mal à se concentrer en classe, ce qui se traduit par des difficultés à suivre les leçons et à retenir les informations. Pour ce qui est de l'anxiété et performance académique, Le stress est souvent associé à des niveaux d'anxiété plus élevés. Les élèves anxieux peuvent éprouver une peur de l'échec, ce qui les empêche de donner le meilleur d'eux même lors des évaluations. Des recherches indiquent que l'anxiété liée aux performances peut réduire significativement les résultats scolaires. Des études montrent que les élèves qui se sentent soutenus par leurs parents et amis sont mieux équipés pour gérer le stress, ce qui contribue à un meilleur bien être émotionnel.

Le sentiment d'appartenance : un bon réseau social favorise un sentiment d'appartenance, essentiel pour le développement émotionnel des enfants. Les élèves qui se sentent acceptés et valorisés au sein de leur groupe social sont moins susceptibles de ressentir des effets négatifs du stress, ce qui leur permet de mieux gérer leurs émotions et d'améliorer leur qualité de vie

Interventions scolaire : les programmes de soutien émotionnel dans les écoles, tels que le mentorat ou les groupes de soutien, montrent que lorsqu'un espace est créé pour partager des expériences et des émotions, les élèves ressentent une diminution du stress. Ces interventions permettent non seulement de renforcer les liens sociaux, mais aussi de développer des compétences en gestion du stress.

Tableau n° 3 : Tableau du test de la première hypothèse de recherche selon la MEC

Performances académiques Stress Chronique			Performances scolaires		
			X		
			Bonnes		Mauvaises
			Xx1		Xx2
Stress chronique	Y y1	Difficultés de concentration de mémoire	Yy1 -1	10(Yy1 Xx1) -1 :	00
		Anxiété	Yy1-2	08(Yy1 Xx1) -2 :	02
		Emotions négatives et engagement	Yy1-3	07(Yy1 Xx1) -3 :	03

Source : nos analyses :(Ngouet Marie Claire 20025)

Hypothèse de recherche 1 (HR1) : le stress chronique a un impact négatif sur les performances académiques des élèves.

Cette hypothèse a deux variables : la variable dépendante et la variable indépendante. La variable dépendante est performances scolaires et la variable indépendante est le stress chronique. Les indicateurs de la variable dépendante sont :

- X= performances scolaire
- Xx1= bonnes performances scolaires
- Xx2= mauvaises performances scolaires

Les indicateurs de la variable dépendante sont :

- Yy1 = stress chronique
- Yy1-1= Difficultés de concentration de mémoire
- Yy1-2= Anxiété
- Yy1-3= Emotions négatives et engagement

10 (Yy1-1; Xx1) = 10 interviewés affirment qu'effectivement les difficultés de concentration entraînent de mauvaises performances scolaires

08 (Yy1-2; Xx2)= 08 interviewés affirment qu'effectivement l'anxiété entraîne de mauvaises performances scolaires

07 (Yy1- ; Xx3)= 07 interviewés affirment qu'effectivement les émotions négatives produisent de mauvaises performances scolaires.

D'après les résultats obtenus cette hypothèse a été confirmée.

Nous testerons notre deuxième hypothèse de recherche

Tableau n° 4 : Tableau du test de la deuxième hypothèse de recherche selon la MEC

Bien être émotionnel des enfants Le stress chronique				Bien être des enfants	
				X	
				Effectif	Non effectif
				Xx1	Xx2
Stress chronique	Yy1	Difficultés de concentration ou d'attention	Yy1 -1	10(Yy1 - 1 : Xx1)	00
		Anxiété	Yy1-2	09(Yy1 - 2 : Xx1)	01
		Emotions négatives et engagement	Yy1-3	09(Yy1 - 3 : Xx1)	01

Source : nos analyses:(Ngouet Marie Claire 20025)

Hypothèse de recherche 2 (HR2): le stress chronique a un impact négatif sur le bien être des élèves. .

Cette hypothèse a deux variables : la variable dépendante et la variable indépendante. La variable dépendante le bien être des élèves et la variable indépendante est le stress chronique.

Les indicateurs de la variable dépendante sont :

- X= Bien être des enfants
- Xx1= effectivité du bien être
- Xx2= non effectivité du bien être

Les indicateurs de la variable indépendante sont :

-Yy1 = stress chronique

- Yy1-1= Difficultés de concentration de mémoire

-Yy1-2= Anxiété

-Yy1-3= Emotions négatives et engagement

10 (Yy1-1; Xx1) = 10 interviewés affirment qu'effectivement les difficultés de concentration ou d'attention ont un impact significatif sur le bien être chez l'enfant.

09 (Yy1-2; Xx2)= 09 interviewés affirment qu'effectivement le interviewés affirment qu'effectivement l'anxiété a un impact significatif sur le bien être chez l'enfant.

09 (Yy1-2; Xx2)= 09 interviewés affirment qu'effectivement interviewés affirment qu'effectivement les émotions négatives et l'engagement ont un impact significatif sur le bien être chez l'enfant.

4. Interprétation des résultats

Tableau n°5 : Tableau de synthèse des discours des thèmes et des sous-thèmes

Thèmes	Sous-thèmes	Synthèses de discours
Stress chronique	Difficultés de concentration de mémoire	Peur intense lors les devoirs ne sont pas faits et lors des compositions hebdomadaires ou mensuelles
	Anxiété	Anxieux lorsqu'il faut présenter le travail devant la classe ou encore prendre la parole devant les camarades ou en encore exécuter une tâche nouvelle dans une nouvelle activité en classe
	Emotions négatives et engagement	Pressions énormes familiales pour obtenir de bons résultats Tristesse en cas d'incompréhensions.
Le stress chronique	Anxiété et dépression	critiques à l'école et dans la famille Aucun encouragement familial Insensibilité, rejection, dédain, apathie, égoïsme
	Estime de soi	Tristesse de faire partie de l'école ou de la classe Sentiments d'irresponsabilité envers ses camarades et ses enseignants Sentiments d'insécurité dans son environnement scolaire
	Interventions scolaires	Evite les présentations orales ou des examens Difficultés d'apprentissage Relations conflictuelles avec les autres Absence de collaboration avec les parents pour aider les élèves à surmonter des difficultés

Source : Ngouet (20025)

Les résultats obtenus nous ont permis de tester les deux hypothèses de recherche.

Notre hypothèse générale HG : Le stress chronique a un impact significatif sur les apprentissages et le bien être des élèves a été confirmée.

Nous avons formulé deux hypothèses de recherche à savoir : HR1 : le stress chronique a un impact négatif significatif sur les performances académiques des élèves, HR2 : le stress chronique a un impact négatif significatif sur le bien être des élèves.

Les deux hypothèses formulées ont été toutes confirmées : ce qui implique que :

- le stress chronique a un impact négatif sur les performances académiques des élèves. Ces résultats impliquent qu'il faut prendre en compte le stress chronique des élèves et mettre en place des stratégies pour les aider à gérer leur stress et à améliorer leurs performances académiques. Cela peut inclure les programmes de soutien émotionnel, des activités de relaxation et des stratégies d'apprentissage pour aider les élèves à gérer leur stress et à améliorer leurs résultats scolaires

Pour ce qui est de la deuxième hypothèse confirmée, les résultats ont des implications importantes pour les écoles, les enseignants et des parents. Il est essentiel un soutien adéquat aux élèves pour les aider à améliorer leur bien-être. Cela peut inclure la formation des enseignants et des parents pour qu'ils puissent fournir un soutien adéquat, ainsi que la mise en place de programmes de soutien scolaire et de santé mentale

5.Discussion

Les résultats de notre étude montrent que le stress chronique a un impact négatif sur les performances académiques et le bien être des élèves. De plus, nous avons constaté que le soutien adéquat atténue les effets du stress chronique sur le bien être des élèves. Ces résultats sont cohérents avec les recherches précédentes qui ont montré que le stress chronique peut avoir des conséquences négatives sur la santé mentale et les performances académiques des élèves (Lazarus, 2000). Selon ces derniers, le stress est une réaction physiologique, psychologique et comportementale qui apparaît lorsque l'individu aperçoit une menace ou un défi qui dépasse ses capacités.

Ces résultats corroborent également avec les travaux de Kessler (1997) qui montre que le stress peut produire de la dépression. Ses recherches montrent que cette relation est également vraie dans l'autre sens : la dépression contribue évidemment à augmenter le stress. Dans les trois études menées sur le stress des chercheurs ont investigué sur le lien entre la dépression et la performance pour pouvoir prédire l'impact du stress sur la performance. Ces derniers concluent que même si l'impact de ces symptômes dépressifs ne se reflète pas sur les notes des tests, les résultats concernant la performance subjective pourraient être un prélude à une baisse des résultats dans les temps qui suivent.

Pour ce qui est de la théorie de la hiérarchisation des besoins de Maslow, nous comprenons que le stress peut être considéré comme un facteur qui peut affecter la satisfaction des besoins physiologiques et de sécurité. Lorsque des individus sont soumis à un stress chronique, ils peuvent avoir des difficultés à satisfaire leurs besoins physiologiques et la sécurité, ce qui peut affecter leur bien-être et leurs performances. La performance peut être considérée comme un facteur qui peut affecter la satisfaction des besoins d'estime et d'auto réalisations. Lorsque les individus réalisent des performances élevées, ils peuvent ressentir un sentiment de

fierté et de satisfaction qui peut contribuer à la satisfaction de leurs besoins d'estime et d'auto-réalisation.

Conclusion

Cette étude a examiné l'impact du stress chronique sur les performances des élèves et le bien être des élèves, ainsi que le rôle du soutien adéquat dans l'atténuation de ces effets. Les résultats ont montré que le stress chronique a un impact négatif significatif sur les performances académiques et le bien être des élèves, mais que le soutien adéquat peut atténuer ces effets. Ainsi nous pouvons observer un manque de concentration en classe, aux problèmes de rétention des leçons une baisse dans les performances académiques, des conflits avec des pairs, des enseignants et les membres de la famille nuisant ainsi aux interactions sociales et à l'acquisition des connaissances. Et il est donc crucial d'adresser ces problèmes de manière proactive.

Ces résultats ont des implications importantes pour les écoles, les enseignants et les parents. Nous comprenons donc que les conséquences de ce problème peuvent être profondes allant de la diminution de la concentration et de la performance académique à des problèmes de santé mentales tels que l'anxiété et la dépression. Il est essentiel de prendre en compte le stress chronique des élèves et de mettre en place des stratégies pour les aider à gérer leur stress et à améliorer leur bien-être. Cela peut inclure la formation des enseignants pour qu'ils puissent fournir un soutien adéquat, ainsi que la mise en place de programmes de soutien scolaire et de santé mentale.

Nous espérons que les résultats de cette recherche contribueront à améliorer la compréhension du stress chronique chez les élèves et à développer des interventions efficaces pour les aider.

Références bibliographiques

Baayram, N., bilgel (2008). *La prévalence et la corrélation sociodémographique de la dépression, anxiété et stress chez un groupe d'étudiants étudiants psychiatrie epidemol* 43(8). 667-672.

Humensky, J., Kuwabara, S. A., Fogel, J., Wells, C., Goodwin, B., & Voorhees, B. W. V.(2010). *Les adolescents et des symptômes dépressifs en rapport avec leurs challenges dans les apprentissages à l'école*. Le Journal de l'école Nursing, 26(5), 377-392.

Kessler, R. C. (1997). *Les effets des événements stressants de la vie sur la dépression*. Revue Annuelle de la psychologie, 48(1), 191-214.

Lazarus, R. S. (1993). *Du stress psychologique aux émotions : A history of changing outlooks*. Annual review of psychology, 44(1), 1-22

La zarus, R.(2000). *Vers une meilleure recherche sur le stress et l'adaptation*. American Psychologist, 55,665-673

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Evaluation et adaptation*. Springer publishing company.

Maslow, A (1943). « *Une théorie de la motivation humaine*. Psychological review. 5à(4) : 370-96. CiteSeerX 10.1.1.334.7586 ?doi :10.1073/h00543446-via psychclassics.yorku.ca.

Maslow,A (1970). *Motivation et personnalité (deuxième édition)*. New York. Harper and Row.

Miles, B., Huberman, A. (2005). *Analyse des données qualitatives*. Bruxelles : de Boeck 2ieme édition.

Quivy,R., et Campehoudt, L., (1995). *Manuel de recherche en sciences sociales*. Paris : Dunod.

Biographie des auteurs

Batikalak Serge-André est titulaire d'un Doctorat en Sociologie obtenu à l'Université de Yaoundé 1. Il est diplômé de l'Ecole Normale Supérieure de Yaoundé (DIPES II en Langues et cultures camerounaises. Auteur de plusieurs publications, il est enseignant et Chef de Département des Enseignements fondamentaux en éducation à la Faculté des Sciences de l'Education de l'Université de Garoua. Ses centres d'intérêt scientifique tournent autour de la Sociologie de l'éducation et plus précisément sur les questions de Gouvernance associative universitaire, de jeunesse et citoyenneté, de violences en milieux scolaires, des pratiques d'études, de l'enseignement des langues maternelles.

Bebey Bougna Lydienne Hilda est Psychologue de la cognition et des apprentissages. Depuis 6 ans, Psychologue en milieu scolaire inclusif à *Dewey International School of Applied Sciences* où elle est chargée du suivi psychologique de tous les apprenants ; de l'évaluation des capacités académiques, de l'évaluation et du développement des intelligences, et du développement des apprenants (évaluation psychologique). Diagnostic des styles d'apprentissage et des difficultés d'apprentissage. Médiatrice parents-élèves-enseignants. Responsable du projet de coaching scolaire. Responsable du projet pour les élèves à risque d'échec scolaire. Suivi des élèves à besoins éducatifs spéciaux et préparation psychologique aux examens. Par ailleurs, elle est Candidate au doctorat Phd en Psychologie cognitive à l'Université de Douala. Promotrice de *Mental Health in All Domains Association*. Membre de la Société Camerounaise de Psychologie. Membre du Comité transitoire de l'ordre national des psychologues du Cameroun. Consultante au CENTREPSYS. Membre de la CPA (Cameroon psychological Association), Responsable Communication de l'Association Opsycours, membre du Laboratoire de Psychologie et des Sciences du Comportement, membre du Laboratoire de Psychologie cognitive (Université de Douala).

Boukar Margaza, est né vers 1977 à Pouss, arrondissement de Maga, département du Mayo Danay dans l'Extrême-nord Cameroun. Il fait ses études respectivement à l'école primaire de Pouss, au Lycée de Maga et au Lycée bilingue de Maroua puis à l'Université de Ngaoundéré, sanctionnées par l'obtention d'un CEPE, d'un baccalauréat A4 et d'une License en Droit à la Faculté des Sciences juridiques et politiques. En 2008, il est admis à l'ENS de l'Université de Maroua, et y obtient le diplôme de Conseiller d'Orientation scolaire, universitaire et professionnel (DIPCO). Dans la même Université, il obtient le Master II en 2012, puis le Doctorat Ph. D en Sciences de l'Education en 2024. Au plan professionnel, après sa sortie de l'ENS en 2010, il sert au Lycée de Widikum dans la région du Nord-Ouest du Cameroun. Entre 2013-2024, il occupe le poste de Conseiller régional de Pédagogie chargé du bilinguisme à la Délégation régionale de l'éducation de base de l'Extrême-nord à Maroua. Depuis le 08 octobre 2024, il est Assistant (Enseignant-chercheur) au département de Philosophie et de Psychologie de la Faculté des Arts, Lettres et Sciences Humaines (FALSH) de l'Université de Maroua, Cameroun. Il a conduit plusieurs consultations au profit des Nations-Unies et des Organisations Non Gouvernementales sur des domaines des recherches variées : éducation et paix et sécurité pour la prévention de l'extrémisme violent dans le bassin du lac Tchad.

Chaffi Cyrille Ivan est Psychologue de l'Education, titulaire d'un Ph.D en Psychologie de l'Education obtenu à l'Université de Yaoundé I. Il est Maître de Conférences, à la

Faculté des Sciences de l'Éducation de l'Université de Yaoundé I. Il est actuellement Chef de Département des Sciences de l'Éducation, de l'Ecole Normale Supérieure de Yaoundé. Ses travaux de recherche portent des questions de Management de l'éducation, d'accompagnement scolaire, d'inclusion scolaire, des drogues et violences en milieu scolaire, de réinsertion des ex-détenus mineurs et sur les injonctions pédagogiques padoxales. C'est à ce titre qu'il est impliqué depuis plus d'une décennie dans des projets en relation avec l'éducation avec les ministères de tutelle et les Organisations non Gouvernementales. Il est en outre membre du comité scientifique de plusieurs sociétés savantes. Il a son actif, plusieurs articles publiés en rapport à ses orientations de recherche et deux ouvrages.

Chandel Ebale Moneze est Diplômé des universités du Cameroun, Gabon et de la France Docteur nouveau régime de l'université de Provence dans la spécialité psychologie, Enseignant depuis plus de 3 décennies. Professeur hors échelle Spécialiste des représentations sociales il a publié une trentaine d'articles, 1 opuscule et 2 livres. Il a été Chef de Département de Psychologie à l'Université de Yaoundé 1 de Juin 2021 à Novembre 2024. Par ailleurs, il a occupé le poste de Sous-Directeur au Ministère de la Promotion de la Femme et de la Famille de 2011 à 2019. Sur le plan honorifique il est chevalier de l'ordre national de la valeur.

Maingari Daouda, psychopédagogue, Professeur titulaire en sciences de l'éducation. Enseignant à l'Ecole normale supérieure de Yaoundé et Chef de Département de curricula et évaluation à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université de Yaoundé 1. Auteurs de nombreux travaux en éducation, il a été Conseiller Culturel à l'Ambassade du Cameroun en Belgique.

Demgne Sidoline est titulaire d'un Doctorat PhD en Sciences de l'Éducation obtenu à l'Université de Yaoundé 1 et Enseignante-Chercheuse Associée à l'Université de Bertoua. Elle se consacre à façonner l'avenir de l'éducation. Enseignante à l'École normale d'instituteurs de l'enseignement général de Mbalmayo au Centre du Cameroun, elle met son expertise au service d'une éducation de qualité, inclusive et ouverte sur le monde. Ses recherches approfondies sur la formation des enseignants visent à créer des environnements d'apprentissage stimulants et à former des professionnels capables de relever les défis de la diversité. Guidée par la conviction que l'éducation est la clé du développement, Demgne Sidoline explore des pistes innovantes pour rendre l'apprentissage accessible à tous, et ce, dans un esprit d'inclusion et d'ouverture sur le monde. Ses travaux pourraient avoir un impact profond sur les pratiques pédagogiques et les politiques éducatives, contribuant ainsi à façonner un avenir meilleur pour les générations futures.

Djakba Albert fut instituteur et a poursuivi des études supérieures pour devenir Professeur d'Ecole Normale d'Instituteurs puis Doctorant en sciences de l'éducation à l'Université de Maroua. Son parcours met en valeur la passion pour l'apprentissage. Il s'est consacré à offrir une éducation de qualité à ses apprenants. Cependant, il a remarqué plusieurs de ses élèves adolescents faire la prison pour des petits larcins et y ressortir comme des grands criminels. Il s'est posé la question de savoir comment faire pour réduire l'incarcération et la récidive des mineurs ? D'où son intérêt à écrire ce livre.

Dague Abraham est Instituteur, chercheur et écrivain tchadien, reconnu pour son engagement en faveur de l'amélioration du système éducatif au Tchad. Né le 1er janvier 1990 à Tifoul/Fianga, il œuvre pour l'intégration des Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) et de l'Intelligence Artificielle dans l'éducation, convaincu de

leur impact sur le développement du pays. Diplômé en sciences de l'éducation, il obtient un Master en Curricula scolaires et Didactique de l'Éducation à l'Université de N'Djamena, explorant les dispositifs didactiques et leur influence sur la qualité de l'enseignement. Chargé d'Étude et de Partenariat au Cabinet ACRESIF Consulting, il coordonne également le Centre de Formation en Informatique de base et Prestation (CFIBAP). Auteur de plusieurs ouvrages et articles sur les TIC et la pédagogie, il publie notamment *Réforme éducative et TIC et Éducation et Numérique au Tchad*. Ses romans, comme *Étudiant de la Bourrasque, entre ombre et lumière ainsi que Odyssée de la famille pasteur*, reflètent son engagement pour les thématiques éducatives et sociales. Formateur et consultant, il travaille à promouvoir les outils numériques auprès des écoles tchadiennes, affirmant ainsi son rôle clé dans l'évolution du paysage éducatif du pays.

Daïbe Jermias, jeune camerounais dynamique, originaire de la région de l'Extrême-Nord, issu du peuple du Département de Mayo-Kani est un chercheur dans le domaine de la psychologie cognitive et des apprentissages. Titulaire d'un Master et d'un Doctorat Ph.D en Psychologie Cognitive obtenu à l'Université de Douala, Dr Daïbe Jermias est aussi détenteur d'un CAPIEMP, obtenu à l'ENIEG Bilingue de Douala. Sa détermination à mieux acquérir des compétences se laisse transparaître dans son style de collaboration mesuré par son écoute attentive et son sens critique. Il s'intéresse à la problématique de la gestion des processus attentionnels sélectifs en situation de tâche d'apprentissage collaboratif en vue d'optimiser le niveau d'efficacité cognitive des apprenants. Cette thématique de la neuropsychologie s'attache fortement aux différentes stratégies de la remédiation cognitive. De sa formation initiale de psychologue, il est actuellement chargé des Travaux Dirigés à la Faculté des Sciences de l'Éducation de l'Université de Garoua et par ailleurs Enseignant vacataire au Département de philosophie et Psychologie dans la même institution universitaire.

Esuan Biyon Marie Laurence Camerounaise, ancienne élève du lycée d'Akwa-nord où elle a obtenu son baccalauréat A4ALL, et étudiante de la Faculté des Lettres et des Sciences Humaines (FLSH) de l'université de Douala où elle a obtenu la licence en Histoire, Marie Laurence ESUAN BIYON a par la suite entrepris des études universitaires à l'Ecole Normale Supérieure de l'Enseignement Technique (ENSET) de Douala. Munie d'un diplôme de Professeur des Lycées d'Enseignement Techniques (DIPET 2), elle sera successivement affectée au lycée technique de Ndikinimeki, au lycée technique de Douala-Bassa et enfin au lycée technique de Nkongsamba où elle y est actuellement en tant qu'enseignante permanente. Elle a également été enseignante vacataire à l'ENSET de Douala, et dans les écoles de formation telles que INFOPRO La Référence de Nkongsamba et le Centre de Formation aux Métiers de Nkongsamba. Grâce à son diplôme (DIPET 2), elle poursuit ses études à l'Université de Douala au département de Psychologie où elle obtient un master 2 en Psychologie option Psychologie Cognitive. Mme Marie Laurence ESUAN BIYON est actuellement doctorante au département de Psychologie à l'Université de Douala.

Guibaï Ernest est un psychologue social et urgentiste, expérimenté en santé Mentale et Soutien Psychosocial (SMSPS) en situation de crise. Par ailleurs, il est le coordonnateur de l'organisation humanitaire Action Contre la Pauvreté (ACP). En tant que coordonnateur de cette organisation, il a mis en place des programmes innovants visant à améliorer les conditions de vie des personnes touchées par la pauvreté. Il continue aujourd'hui son combat pour un monde plus juste et solidaire, en mettant ses compétences au service des plus démunis et en sensibilisant le public aux enjeux humanitaires.

Haman Palai Vincent est un universitaire camerounais spécialisé dans les sciences de l'éducation, notamment dans le domaine de l'inclusion scolaire. Actuellement Doctorant et Enseignant-Chercheur Associé à l'Université de Garoua, il mène des recherches approfondies sur les approches pédagogiques innovantes et contribue à l'avancement des connaissances dans son domaine. Sa passion pour l'éducation et son engagement en faveur de l'inclusion font de lui un acteur important dans le développement de pratiques éducatives plus équitables et accessibles, inspirant les futures générations d'enseignants et de chercheurs.

Hassana Sali Gombo est un chercheur et enseignant spécialisé en psychologie du développement de l'enfant. Titulaire d'un Master obtenu à l'Université de Maroua et du Diplôme de Professeur de l'Enseignement Normal (DIPEN II) délivré par l'Ecole Normale Supérieure de Maroua, il exerce dans l'Extrême-Nord du Cameroun, notamment à Kousséri, où il développe une expertise sur l'interaction entre vécu émotionnel, vulnérabilité contextuelle et processus d'apprentissage. Il est co-auteur de l'article « *Vécu de l'extrémisme violent et développement émotionnel des adolescents d'Afadé dans l'arrondissement de Makary, Cameroun* », publié dans l'ouvrage collectif « Les Enfants fragiles du bassin du lac Tchad ». Il a également soumis pour évaluation un article scientifique intitulé « *Stratégies pédagogiques et intégrations des émotions dans l'apprentissage des adolescents de Kousséri* », qui explore les implications pédagogiques de l'intelligence émotionnelle dans un contexte scolaire exposé à l'insécurité et aux stress multiples. Ses recherches s'inscrivent à la croisée des neurosciences affectives, de la psychologie et des sciences de l'éducation.

Ibrahima Baba est Conseiller d'Orientation et Doctorant en Sciences de l'Éducation à l'Université de Maroua. Par ailleurs, il exerce les fonctions d'Administrateur de l'Éducation, ce qui lui a permis de développer une expertise reconnue dans le domaine de la recherche éducative. En effet, son engagement professionnel se distingue par une implication active dans l'accompagnement et la formation des enseignants du secondaire, notamment en contexte de mutations pédagogiques et technologiques. Ainsi, il investit pleinement dans la réflexion et la mise en œuvre de dispositifs visant à améliorer la qualité de l'enseignement. Ses travaux de recherche s'articulent principalement autour de la planification de l'éducation, un champ qu'il explore en tenant compte des dynamiques actuelles du système éducatif. De ce fait, il accorde une attention particulière au développement des compétences tant chez les enseignants que chez les élèves, en lien avec les technologies émergentes. Dans cette perspective, son objectif est de contribuer à l'amélioration des résultats scolaires en proposant des approches innovantes intégrant les technologies numériques dans les pratiques pédagogiques. Sa démarche scientifique vise à concilier rigueur académique et utilité pratique pour répondre aux défis contemporains de l'éducation.

Mahamat Alhadji est un chercheur et universitaire camerounais reconnu pour son expertise en didactique. En tant que Maître de conférences, il occupe actuellement le poste de Vice-Doyen de la Faculté des Sciences de l'Éducation à l'Université de Garoua. Il détient également l'Habilitation à Diriger des Recherches (HDR), ce qui témoigne de son niveau d'expertise et de sa capacité à encadrer des travaux de recherche avancés. Sa passion pour la didactique maternelle se reflète dans son dernier ouvrage sur ce sujet, où il explore les méthodes pédagogiques adaptées aux jeunes apprenants. Ce livre s'inscrit dans une volonté d'améliorer les pratiques éducatives et d'enrichir la formation des enseignants.

Makadji Étienne Aquilas est Doctorant en Psychologie et Enseignant Chercheur Associé à l'École Normale Supérieure de l'Université de Maroua. Dans ses recherches, il s'intéresse à la PNL. Il explore comment les enseignants peuvent utiliser les principes de la PNL pour créer un environnement d'apprentissage positif, motiver les élèves et favoriser leur réussite scolaire.

Manekeng Nguinpea Audrey Larissa, est doctorante en éducation spécialisée, titulaire d'un Master en Education spécialisée, obtenu au Département d'Education Spécialisée de la Faculté des Sciences de l'Education de l'Université de Yaoundé 1. Ses travaux de recherche portent sur le Handicap, notamment sur le Handicap Mental et les interventions comportementales, avec une orientation sur les troubles du spectre autistiques (TSA).

Mamtsai Yagai est doctorant en sociologie du développement à l'Université de Maroua. Il participe depuis 2015 à l'élaboration et à la mise en oeuvre des stratégies et projets humanitaires, de développement et de consolidation de la paix dans la région de l'extrême-Nord du Cameroun, y compris en conduisant des recherches sur la réintégration des personnes anciennement associées à Boko Haram, parmi lesquelles les enfants.

Méda Anissé Domètiéro est mon nom. Né à Niégo, une commune rurale de la province du Ioba (région du Sud-ouest), nous y avons fréquenté l'école primaire catholique où nous avons obtenu le Certificat d'Études Primaires (CEP) en 1991. Nous avons poursuivi nos études postprimaire et secondaire au Petit Séminaire Saint Tarsicius où nous avons obtenu le Brevet d'Études Premier Cycle (BEPC) et le Baccalauréat respectivement en 1996 et 1999. Quant aux études supérieures, nous avons fait un cycle de philosophie fondamentale et de théologie dogmatique au Grand Séminaire Saint Pierre Saint Paul de Ouagadougou (1999-2002) avant d'embrasser les études de psychologie, à l'Université Joseph Ki-Zerbo de Ouagadougou. Dans ce département, nous avons pu obtenir, en 2005, la licence et un Certificat C2 de Maîtrise de psychologie, en 2006, option développement et éducation. C'est, enfin, en 2022-2024 que nous nous sommes inscrit en master de psychologie. Nous préparons notre soutenance pour cette année 2024-2025. Sur le plan professionnel, nous exerçons le métier d'éducateur en tant que professeur certifié de philosophie depuis 2008. Comme activités extrascolaires, nous avons été, pendant six ans, animateur de projets scolaires (au nombre de trois) sur la citoyenneté mondiale en lien avec des collègues et des apprenants européens. Nous avons, par ailleurs, écrit deux œuvres parues en 2020, une sur *Le goût de la philosophie africaine*, et l'autre, sur les *Citations et maximes d'Afrique*.

Mbezele Levodo Germain est Doctorant en Sciences de l'Éducation à l'Université de Maroua. Il exerce en tant qu'enseignant associé à l'École Normale Supérieure de Maroua, un établissement d'élite chargé de la formation des professionnels de l'éducation et reconnu pour la qualité de son enseignement et de sa recherche. Administrateur de l'éducation, il s'investit activement dans l'accompagnement et la formation des enseignants au sein du système éducatif camerounais. Ses travaux de recherche s'articulent principalement autour de la planification de l'éducation, avec un intérêt particulier pour la gestion de la carrière des enseignants et le développement de leurs compétences professionnelles. Son objectif est de contribuer à l'amélioration des résultats dans le processus enseignement-apprentissage, en proposant des approches innovantes et adaptées aux défis actuels du secteur éducatif.

Ngazagaï Kelaï Maximilien, né le 20 août 1997 à Souledé, est enseignant en psychologie et professionnel de la formation en santé basé à Maroua, Cameroun. Depuis novembre 2024, il occupe le poste de Surveillant Général à l'École de Formation aux Métiers de la Santé (EFMS) de Maroua, où il coordonne également les formations des Aides-Soignants Généralistes à l'EFMS et à l'Institut de Formation de Santé (IFS). Depuis octobre 2022, il est coordonnateur de la filière Technicien en Imagerie Médicale (TIM) à l'IFS. Titulaire d'un Master 2 en Psychologie et d'un diplôme de Professeur de l'Enseignement Normal de l'École Normale Supérieure de Maroua, il enseigne la psychologie appliquée à la santé ainsi qu'au développement de l'enfant. Engagé dans la recherche, il maîtrise les méthodologies de recherche et les outils informatiques spécialisés, notamment SPSS. Membre actif de la Société des Psychologues du Cameroun (SOCAPSY), il participe régulièrement à des formations continues. Sa pratique professionnelle est guidée par des valeurs éthiques rigoureuses, un esprit d'équipe, et une volonté constante d'innover dans la pédagogie.

Ngouet Marie Claire est titulaire d'un Doctorat en psychologie option psychologie sociale de l'Université de Yaoundé 1. En tant que chercheuse au département de psychologie de cette même université, plus précisément au laboratoire de psychologie expérimentale, elle mène des recherches approfondies sur les comportements humains et les dynamiques de groupe. Sa thèse, intitulée "Représentations sociales de la formation continue et réactance aux normes en vigueur chez des instituteurs", explore les aspects psychosociaux de la formation continue. Parallèlement à ses activités de recherche, elle enseigne à l'ENIEG de Mbalmayo depuis 2013. Ngouet Marie Claire possède également plusieurs diplômes professionnels, notamment un Diplôme d'État d'assistant principal des affaires sociales (2003) et un Diplôme de Professeur de l'enseignement 2e grade (2010). Passionnée par la psychologie cognitive et sociale, elle s'efforce de comprendre les comportements humains et de contribuer à l'avancement des connaissances dans son domaine.

Nyebe Lydie Florence est Doctorante en Sciences de l'Éducation à l'Université de Maroua et Professeur d'Écoles Normales d'Instituteurs. Dans ses recherches, elle s'intéresse à l'encadrement socio-éducatif des détenus et cherche à obtenir des informations sur l'impact de cet encadrement sur la réinsertion socio-économique des ex détenus et le désistement criminel pour réduire le phénomène de récidive qui augmente de plus en plus au Cameroun.

Ntjam Marie-Chantal est une psychothérapeute intégrative et Maître de Conférences en psychologie clinique à l'Université de Douala, spécialisée dans la clinique du handicap, la périnatalité et les soins ancestraux. Par ailleurs, elle est Cheffe de Département de Psychologie à l'Université de Douala. Elle combine différentes théories et méthodes pour offrir une prise en charge globale et personnalisée à ses patients, avec un intérêt particulier pour les populations vulnérables. Ses recherches portent sur les questions de santé mentale, de bien-être et de développement personnel.

Rasmata Bakyono née Nabaloum est Maître de Conférences du CAMES en psychologie, enseignante-chercheuse à l'université Joseph KI-ZERBO (Ouagadougou, Burkina Faso). Elle a fait carrière dans l'administration universitaire ainsi que dans l'administration centrale, au niveau national et international. De juillet 2019 à février 2021 : Directrice Générale du Centre National des Oeuvres Universitaires (CENOU). De mars 2018 à juin 2019 : Directrice des Bourses et des Aides Financières, au Centre national de l'information, de l'orientation scolaire, professionnelle et des bourses (CIOSPB). De Septembre 2012 à Octobre 2017 : Conseillère Culturelle à l'Ambassade du

Burkina Faso en France où je cumule cette fonction avec celle de Directrice du Centre de Gestion des Etudiants Burkinabè en France. De 2009 à juillet 2012 : Directrice Adjointe de l'UFR/Sciences Humaines, à, l'Université de Ouagadougou, Burkina Faso et d'avril 2008 à septembre 2009, Chef de Département de Philosophie et de Psychologie à l'UFR/Sciences Humaines, Université de Ouagadougou, Burkina Faso. Auteure et co-auteure de nombreux articles scientifiques et ouvrages dont on peut citer Socio-psychologie de l'éducation des adultes en Afrique co-écrit avec le Pr Afsata PARE KABORE de l'Université Norbert ZONGO, sous l'égide de l'UIL-UNESCO. Elle prend plaisir à contribuer à la réflexion sur des sujets d'intérêt dans le domaine de l'éducation, de la formation et de l'orientation scolaire et professionnelle, etc. Elle anime annuellement de nombreuses conférences à la demande d'institutions, d'associations, d'établissements sur de nombreux sujets. Elle s'efforce de travailler à la diffusion de la connaissance psychologique en participant à des émissions radio et télé sur des sujets d'intérêt national.

Sabine Bahane, née le 06 janvier 1994 à Tokombéré, originaire du Mayo-Danay est Doctorante en Histoire Politique et des Relations Internationales et Elève-Professeur en Technologie de l'Information et de la Communication (TIC) à l'Université de Maroua. Elle est par ailleurs, la Coordinatrice de l'Association Camerounaise pour le Développement Durable (ACADD). Elle consacre sa carrière à étudier la problématique du Développement socio-économique en mettant l'accent sur le développement durable à l'échelle locale et à enseigner les Technologies de l'Information et de la Communication. Elle estime qu'un développement durable local est le résultat de la synergie des forces des élites et de la société. La faible croissance économique et du développement local est due à la non formation du capital humain, qui est définie comme l'ensemble des compétences et des connaissances acquises par les individus au cours de leur vie.

Tchived Felix est un écrivain, cinéaste et leader de la société civile camerounaise, diplômé en anthropologie visuelle de l'Université de Maroua. Il poursuit actuellement un Master Erasmus Mundus Joint Master Degree (EMJMD) intitulé *Choreomundus - International Master in Dance Knowledge, Practice and Heritage*, au sein de quatre institutions prestigieuses : l'Université Norvégienne de Science et Technologie (NTNU), Trondheim, Norvège ; l'Université Scientifique de Szeged (SZTE), Hongrie ; l'Université Clermont Auvergne (UCA), France (coordinatrice) ; et l'Université de Roehampton (UR), Londres, Royaume-Uni. Passionné par les arts, la culture et les problématiques sociales, il utilise ses talents pour initier des dialogues et sensibiliser les communautés à travers des projets créatifs et innovants.

Wamba André est anthropologue de la santé (Ph.D), Université de Montréal, Montréal, Québec, Canada) et éducateur à la santé (Ph.D, Université de Genève, Genève, Suisse). Sa programmation d'enseignement et de recherche prend appui sur l'anthropologie de la santé pour aborder les problèmes fondamentaux de l'éducation à la santé, où la promotion de la santé et la prévention des maladies en sont un enjeu majeur de santé publique. Il enseigne la méthodologie de recherche à l'École normale supérieure de Yaoundé au Cameroun.

Pour

Guiguess Editions
Face l'hôtel de Ville,
Moulvoudaye – Cameroun
Septembre, 2025

