

# Rapport PR1 – Cartographie des défis, inquiétudes et besoins des étudiants.



Vilnius  
University



2021-1-FR01-KA220-HED-  
000027504

## Introduction

Ce rapport présente les résultats du premier résultat du projet (PR1) de MP4s, financé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne sous l'identifiant de projet 2021-1-FR01-KA220-HED-000027504.

PR1 a consisté en une recherche intersectorielle approfondie sur les défis et les préoccupations émotionnelles des étudiants, suivie d'une enquête européenne visant à dresser une carte des principaux défis et préoccupations des étudiants en 2022, après la pandémie de COVID-19.

Le projet vise à promouvoir les compétences non techniques et à accélérer la transition sociale et climatique en mettant particulièrement l'accent sur la pratique de la pleine conscience en relation avec l'environnement et le changement climatique. Le consortium du projet est composé de l'Institut Polytechnique UniLaSalle (coordinateur du projet), de l'Université de Vilnius, de Conhecer-Se, de l'Università degli Studi Roma Tre, de l'Universidade Nova de Lisboa, du Consorzio Scuola Comunità Impresa - CSCI, d'Ocak Izi Dernegi et d'UNICA - Réseau des universités des capitales européennes.

La méthodologie de recherche pour PR1 repose sur une enquête auprès des étudiants en Europe, menée par les quatre établissements d'enseignement supérieur (EES) du consortium, avec le soutien des deux associations membres du consortium ayant une expérience et une activité en counseling/santé mentale (Ocak Izi Dernegi et Conhecer-Se), sous la direction de l'Université de Vilnius, en Lituanie. Le champ de recherche de chaque EES du consortium a permis d'explorer les défis et préoccupations des étudiants sous différents angles, notamment historique, anthropologique, sciences cognitives, sciences religieuses, leadership et gestion. L'outil d'enquête a été diffusé dans les six langues du consortium (anglais, espagnol, français, italien, portugais et turc), ce qui l'a rendu utilisable dans les lycées ou les EES en dehors de l'UE, tels que le réseau de l'Association internationale des universités lasalliennes.

L'enquête a produit des données sur l'état émotionnel des étudiants et leur attitude envers l'environnement en tant qu'individus et en tant que groupe (EES). L'enquête a été conçue pour produire une cartographie des principaux défis et préoccupations, y compris les questions sociales, psychologiques et environnementales qui s'entrecroisent. Les résultats du PR1 sont directement liés à d'autres activités du projet, en particulier la création d'un outil d'orientation et d'évaluation (PR3), dirigé par l'Université Roma Tre grâce à son expertise dans le laboratoire des sciences humaines numériques, et une forte contribution des professeurs de pleine conscience du consortium, qui est basée sur la cartographie des étudiants du PR1 et les résultats de l'enquête.

Les résultats de PR1 ont un potentiel significatif et fournissent la base pour une plus grande mise en œuvre de la pleine conscience auprès des étudiants de l'université et au-delà. La compréhension de l'état actuel des connaissances dans ce domaine quant aux effets culturels, sociaux et économiques permettra de développer des outils de pleine conscience plus précis et plus souples pour l'enseignement supérieur. Les résultats de l'enquête pourraient être utilisés par d'autres chercheurs, éducateurs et praticiens pour améliorer leurs compétences et faire le lien entre les problèmes environnementaux aux actions individuelles dans d'autres universités, communautés, entreprises, et au-delà. Sur la base des résultats de PR1, l'équipe du projet prévoit de publier des articles scientifiques rédigés en anglais et destinés à des revues à comité de lecture et indexées.

## Méthodologie

L'objectif du PR1 était de créer une enquête appelée "Student Challenges Mapping/Survey". Celle-ci avait pour objectif de mieux appréhender le lien entre la pleine conscience et les mouvements en faveur de la durabilité et de la justice environnementale, et de recueillir des informations auprès des étudiants de l'enseignement supérieur, qui constituent l'objet principal de notre recherche.

L'enquête s'appuie sur les [Objectifs de Développement Durable \(ODD\) des Nations unies](#), les établissements d'enseignement supérieur s'étant engagés à contribuer à leur réalisation d'ici à 2030 ([Vilalta et al.](#) 2018). Ces 17 ODD ont été établis par les États membres des Nations unies en 2015 et sont rassemblés dans l'Agenda 2030. Les ODD sont interconnectés, reconnaissant que les mesures prises dans un domaine auront un impact sur les résultats des autres domaines, et que le développement doit prendre en compte la durabilité sociale, économique et environnementale. Ils sont organisés autour des "5P" - Planète, Population, Prospérité, Paix et Partenariats - pour répondre aux besoins actuels et futurs.

En bref, les ODD sont les suivants:

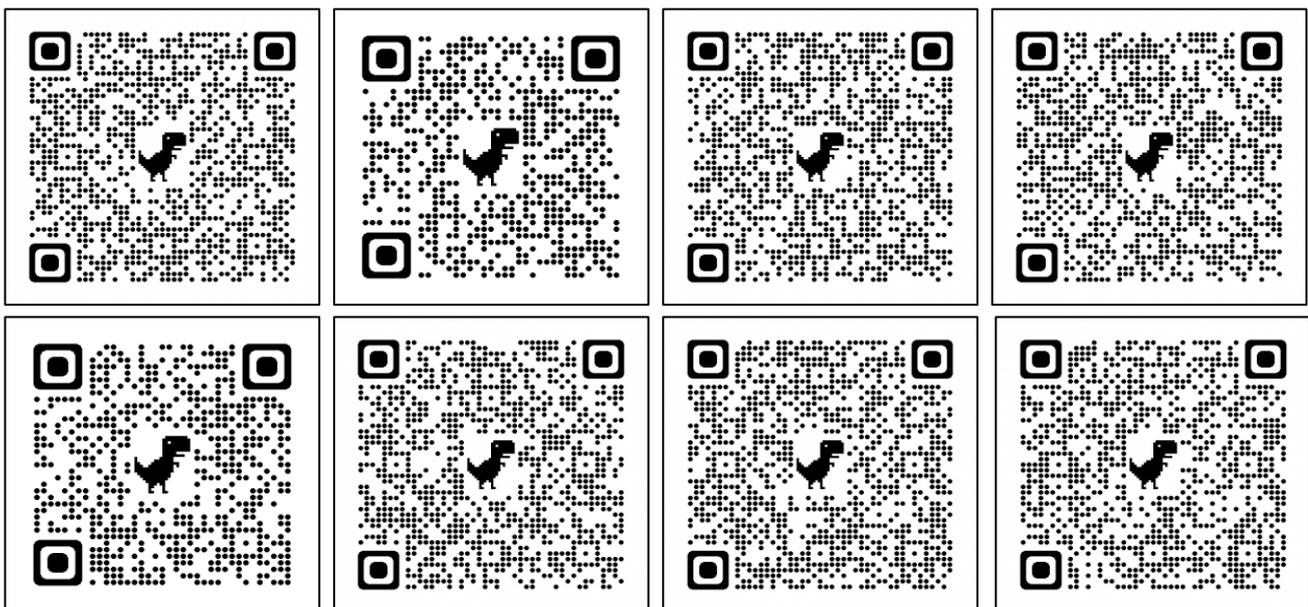
- 1) Mettre fin à la pauvreté sous toutes ses formes et partout dans le monde ;
- 2) Éliminer la faim, assurer la sécurité alimentaire et une meilleure nutrition et promouvoir l'agriculture durable ;
- 3) Garantir une vie saine et promouvoir le bien-être de tous à tout âge ;
- 4) Assurer une éducation de qualité inclusive et équitable et promouvoir les possibilités d'apprentissage tout au long de la vie pour tous ;
- 5) Réaliser l'égalité entre les hommes et les femmes et autonomiser toutes les femmes et les filles ;
- 6) Assurer la disponibilité et la gestion durable de l'eau et de l'assainissement pour tous ;
- 7) Garantir l'accès de tous à une énergie abordable, fiable, durable et moderne
- 8) Promouvoir une croissance économique soutenue, inclusive et durable, le plein emploi productif et un travail décent pour tous ;
- 9) Construire des infrastructures résilientes, promouvoir une industrialisation inclusive et durable et favoriser l'innovation ;
- 10) Réduire les inégalités au sein des pays et entre eux ;
- 11) Rendre les villes et les établissements humains inclusifs, sûrs, résilients et durables ;
- 12) Garantir des modes de consommation et de production durables ;
- 13) Prendre des mesures urgentes pour lutter contre le changement climatique et ses conséquences ;
- 14) Conserver et utiliser durablement les océans, les mers et les ressources marines pour le développement durable ;
- 15) Protéger, restaurer et promouvoir l'utilisation durable des écosystèmes terrestres, gérer durablement les forêts, lutter contre la désertification, stopper et inverser la dégradation des sols et enrayer la perte de biodiversité ;
- 16) Promouvoir des sociétés pacifiques et inclusives pour le développement durable, assurer l'accès à la justice pour tous et mettre en place des institutions efficaces, responsables et inclusives à tous les niveaux ;

17) Renforcer les moyens de mise en œuvre et revitaliser le partenariat mondial pour le développement durable.<sup>1</sup>

Ce progrès est important car l'enseignement supérieur était auparavant exclu du programme de développement international ([Chankseliani & McCowan 2021](#)), et les établissements d'enseignement supérieur jouent un rôle essentiel dans la mise en œuvre des principes de durabilité ([Žalėnienė & Pereira 2021](#)). Les étudiants ont également le potentiel de contribuer à la réalisation des ODD de diverses manières, mais il existe peu de données sur leur ouverture et leurs sentiments à l'égard de ces objectifs. Alors que nous travaillons sur les moyens d'améliorer la façon dont les communautés de l'enseignement supérieur peuvent contribuer à ces objectifs, nous voulions recueillir les perceptions et les sentiments des étudiants (y compris des employés de l'enseignement supérieur) sur ce qui a été fait jusqu'à présent, ainsi que sur leur propre engagement et leur contribution à la réalisation de ces objectifs.

Une approche collaborative a été adoptée pour concevoir l'enquête, en utilisant les connaissances et l'expertise de notre équipe. L'enquête a été créée à l'aide de la plateforme docs.google.com, et les étudiants ont été invités à y répondre en utilisant leur compte Google. Il est important de noter que leurs adresses électroniques n'ont pas été collectées ainsi les réponses fournies sont restées anonymes.

L'enquête a été conçue en anglais (et en partie en français), puis traduite dans les autres [langues du projet](#) MP4s. Nous avons donc développé 8 versions de l'enquête (Figure 1) : anglais, français, italien, lituanien, polonais, portugais, espagnol, turc.



**Figure 1** - QR codes (et liens) pour l'enquête cartographique sur les défis des étudiants dans différentes langues, en haut : anglais, français, italien, lituanien ; en bas : polonais, portugais, espagnol, turc.

La première partie de l'enquête a permis de recueillir des informations générales sur le participant :

- **Adresse électronique** (requis uniquement pour l'inscription, elle n'a pas été utilisée par la suite);
- **Âge du participant.** Catégories possibles dans la liste déroulante : moins de 20 ans, 20-24 ans, 25-29 ans, 30-34 ans, 35 ans et plus;

<sup>1</sup> Pour plus de détails sur les cibles de chaque objectif, vous pouvez consulter le dernier rapport sur l'état d'avancement des ODD en 2023. ([SDG Progress Report Special Edition 2023](#))

- **Nationalité du participant.** Images possibles dans la liste : Français, italien, portugais, espagnol, belge, polonais, lituanien, turc, ukrainien, allemand, autre;
- **Lieu d'étude actuel.** Images possibles dans la liste : Français, italien, portugais, espagnol, belge, polonais, lituanien, turc, ukrainien, allemand, autre;
- **Identité de genre du participant.** Choix multiple à partir de la liste : Femme, Homme, Non-binaire, Transgenre, Intersexe, Je préfère ne pas le dire, Laissez-moi le taper ci-dessous.

L'étape suivante consistait à sélectionner l'ODD sur lequel les participants pouvaient partager leur compréhension et leurs sentiments en cliquant sur l'une des dix-sept icônes. Une série de quatre questions a été créée pour évaluer les perceptions des participants en matière de résultats, leur état émotionnel à l'égard des résultats, la question de savoir si des progrès ont été réalisés dans la bonne direction et leur propre engagement. Ces questions étaient liées à des ODD spécifiques, et les participants pouvaient choisir autant d'ODD qu'ils le souhaitaient. Il a été recommandé à chaque personne de choisir trois à cinq ODD. Pour certaines réponses, une [échelle de Likert en 7 points](#) a été utilisée. Il s'agit d'une échelle psychométrique couramment utilisée dans les recherches utilisant des questionnaires.

L'enquête comprenait les questions suivantes :

- **Dans quelle mesure connaissez-vous cet objectif des Objectifs de développement durable des Nations Unies et de l'Agenda 2030 ?** Échelle de Likert : de Pas du tout familier (1) à Très familier et engagé pour cet ODD (7). L'inspiration est venue de l'étude de [Hickman et al.](#) (2021) et l'idée n'était pas de se concentrer uniquement sur le changement climatique, mais sur tous les ODD;
- **Quelle est votre perception du niveau de réalisation de cet objectif à atteindre en 2030 ?** Échelle de Likert : de Loin d'être atteint (1) à Entièrement atteint (7). L'inspiration est venue de l'étude de [Hickman et al.](#) (2021) l'idée était d'appréhender la perception des étudiants qui traitent déjà des ODD dans leurs universités;
- **Parmi les mots suivants, lequel décrit le mieux votre état émotionnel par rapport à cet objectif ?** Choix multiple à partir de la liste qui comprenait 32 émotions différentes. La roue des émotions de Plutchik a été utilisée pour décrire les émotions ([Karimova](#) 2017). Les huit émotions principales servent de base à toutes les autres émotions et sont présentées les unes en face des autres dans une grille. La roue des émotions est construite en reliant les huit émotions les unes aux autres. Chaque émotion a sa propre couleur sur la roue. La couleur de l'indicateur augmente au fur et à mesure que la force de l'émotion se rapproche du centre de la roue. L'émotion et la teinte diminuent à proximité du périmètre. En outre, il existe des émotions secondaires qui sont des mélanges des émotions principales. L'idée d'utiliser une plus grande variété d'émotions vient de la recherche de [Pinkala](#) (2021) sur la taxonomie des émotions climatiques;
- **En ce qui concerne cet objectif, pensez-vous que votre pays/Europe va dans la bonne direction ?** Échelle de Likert : de Mauvaise piste (1) à Bonne piste (7). L'idée de calculer les orientations est venue de l'enquête IPSOS "[What Worries the World](#)" (2021) qui a suivi l'opinion publique sur les questions sociales et politiques les plus importantes dans 28 pays ;
- **Quelle est votre attitude à l'égard de cet objectif ? Participez-vous à une activité visant à l'atteindre ?** Questions ouvertes : **si non**, veuillez expliquer pourquoi. **Si oui**, veuillez décrire votre engagement selon les niveaux suivants : Niveau personnel (par exemple, je suis bénévole dans une association de ma ville pour sensibiliser les gens à ..., etc.), Niveau local (par exemple, je suis membre d'une organisation ou d'un organe universitaire qui aide ..., etc, Je m'engage dans une activité politique avec mon parti, pour promouvoir ..., etc.), le niveau européen (par exemple, je suis membre d'un réseau européen d'organisations qui défendent plusieurs causes, etc.), le niveau international (par exemple, je participe à un programme de l'ONU visant à soutenir les pays sous-

développés, etc.). L'idée d'utiliser différents niveaux d'engagement a été inspirée par la recherche de [Yilmaz & Anasori](#) (2022) sur le comportement écologiquement responsable des résidents utilisant la pleine conscience comme outil.

- **Dans quelle mesure pensez-vous que le développement de compétences intérieures - telles que la conscience de soi, la connexion, l'appréciation, etc. - est important pour atteindre cet objectif ?** Échelle de Likert : de Pas du tout (1) à Ils sont cruciaux (7). L'idée de s'interroger sur l'importance des compétences intérieures est venue de l'initiative des « [Inner Development Goals](#) », ou « [IDGs](#) » ([Objectifs de Développement Intérieur](#)), qui met en relation les compétences et les qualités avec ce qui est nécessaire pour travailler avec succès sur des questions sociétales complexes, en particulier celles identifiées dans l'Agenda 2030 des Nations unies et les 17 ODD.

Après avoir répondu à ces questions, les participants devaient élaborer davantage sur la base des [IDGs](#).

Il s'agissait de lier plus étroitement les ODD et les IDG. Les personnes interrogées ont été invitées à répondre à la question suivante : **“Pensez-vous qu'une ou plusieurs des compétences de développement intérieur suivantes sont importantes pour atteindre ces objectifs ?** en choisissant dans la liste des 23 compétences et qualités réparties **en 5 catégories**:

- **Relation avec soi-même.** Choix multiples parmi 5 réponses possibles. La relation à soi se distingue des identifications en ce qu'elle fait référence à des compétences psychologiques qui peuvent être développées par la formation ;
- **Compétences cognitives.** Choix multiples parmi 5 réponses possibles. La cognition ne se réfère pas seulement à la pensée au sens traditionnel du terme, mais aussi à la création de sens et à la créativité, des processus cognitifs qui, dans une large mesure, se déroulent sous le seuil de la conscience ;
- **Attention portée aux autres et au monde.** Choix multiples parmi 4 réponses possibles. Les attitudes et les valeurs comprennent la position de base avec laquelle un individu (ou une collectivité) se rapporte au monde (personnes, problèmes, événements, vie en général). La plupart d'entre elles ont une composante émotionnelle importante sous la forme de dispositions durables.
- **Compétences sociales.** Choix multiples parmi 5 réponses possibles. Compétences sociales est une catégorie comprenant des compétences au sens plus traditionnel du terme, qui se rapportent ici à divers aspects de la collaboration avec d'autres personnes de manière productive ;
- **Conduite du changement.** Choix multiples parmi 4 réponses possibles. Cette catégorie faisait référence à l'identité fondamentale, c'est-à-dire ce qu'une personne pense être fondamentalement.

Le dernier bloc de l'enquête **“Avez-vous une expérience de l'entraînement de votre propre attention, d'une pratique contemplative ou méditative ?”** est directement lié à l'information sur la conscience ou les pratiques contemplatives. Ce bloc de questions est lié au résultat " Mindfulness practices digital Toolbox " (PR2) qui vise à répondre directement aux besoins et aux préoccupations des étudiants identifiés dans la phase de cartographie du projet (PR1). Il permet de mieux comprendre l'état actuel de la conscience ou des pratiques contemplatives chez les étudiants.

- **Fréquence des exercices d'entraînement de l'attention - écoute attentive, assise silencieuse, etc.** Catégories possibles dans la liste déroulante : plus d'une fois par jour, quotidien, hebdomadaire, mensuel, jamais ;
- **Durée moyenne des exercices.** Réponse courte demandée : nombre moyen de minutes par pratique;
- **Nombre d'années de pratique.** Réponse courte demandée avec une valeur minimale de 0,1 ;

- **Réflexions, perceptions ou sentiments sur un autre type d'entraînement à la pleine conscience.** Réponse ouverte de 500 caractères maximum.

La collecte des données des enquêtes a commencé et s'est terminée à un rythme différent, en raison du facteur de traduction et du processus de diffusion de l'enquête parmi les étudiants (Tableau 1).

Au total, **613** réponses ont été collectées. Dans certaines langues, le nombre de réponses était insuffisant pour permettre une analyse pertinente. Par conséquent, seules **5 enquêtes en anglais, français, italien, lituanien et turc ont** été retenues pour les besoins de notre étude. La version portugaise de l'enquête a été convertie en Limesurvey (au lieu de google forms) afin de résoudre certains problèmes techniques à Nova University. Les résultats de cette enquête sont inclus dans le reste de ce rapport.

**Tableau 1** - Nombre de réponses, date de la première et de la dernière réponse aux enquêtes.

Language	No. of answers	First date (dd/mm/yyyy)	Last date (dd/mm/yyyy)
English	<b>52</b>	06/07/2022	28/11/2022
French	<b>150</b>	08/09/2022	09/11/2022
Italian	<b>61</b>	07/07/2022	22/11/2022
Lithuanian	<b>58</b>	28/06/2022	27/09/2022
Polish	<b>2</b>	19/10/2022	06/11/2022
Portuguese	<b>244</b>	20/11/2022	28/02/2023
Spanish	<b>5</b>	19/10/2022	23/11/2022
Turkish	<b>41</b>	02/10/2022	29/11/2022
<b>In total</b>	<b>613</b>	<b>28/06/2022</b>	<b>29/11/2022</b>

L'enquête lituanienne, par exemple, a été diffusée en deux temps. La première diffusion a eu lieu en juin 2022, juste avant les vacances d'été des étudiants de l'Université de Vilnius (VU). La deuxième a eu lieu de septembre à novembre 2022, en utilisant un large éventail de répondants potentiels. Si la diffusion s'est principalement faite de manière virtuelle en utilisant des listes de contacts personnels, il y a également eu des opportunités de diffusion en face-à-face. Par exemple, l'enquête a été communiquée aux étudiants en météorologie et en hydrologie, en protection de l'environnement et en recherche, ainsi qu'aux parties prenantes associées à VU. En outre, des efforts ont été déployés pour contacter des étudiants de divers horizons, notamment en santé publique, en philosophie et en psychologie.

La diffusion de l'enquête a également été étendue à la faculté des sciences sociales, des arts et des lettres de la Kaunas Technological University (KTU), ainsi qu'aux partenaires de l'alliance universitaire Arqus. Elle a aussi réussi à atteindre des étudiants de l'Université Claude Bernard de Lyon 1. Pour assurer une plus grande portée, l'enquête a été mise à disposition dans différentes versions linguistiques, dont l'anglais, le français et d'autres, en vue d'une diffusion externe.

# Résultats

## Information Générale

L'enquête a été créée en premier lieu pour les étudiants, il est donc évident que la majorité des réponses (Figure 2) tombent dans les catégories "Under 20 years old" (Moins de 20 ans) et "20-24" ans (étudiants en licence). Les raisons pour lesquelles l'une ou l'autre catégorie domine parmi les réponses sont déterminées par le destinataire (l'année d'études) de la distribution et l'année d'entrée à l'université des étudiants dans les différents pays. Par exemple, en Lituanie, la majorité des étudiants sortent de l'enseignement secondaire à l'âge de 19 ans et, en deuxième année d'université, ils ont déjà une vingtaine d'années. Les participants les plus jeunes venaient de Turquie. Toutefois, l'idée était d'obtenir des réponses de l'ensemble des communautés universitaires, y compris les universitaires, les scientifiques, l'administration, le personnel technique, etc. Les réponses à la version anglaise proviennent principalement de la catégorie des plus de 35 ans, ce qui pourrait inclure un contingent plus large que celui des étudiants.

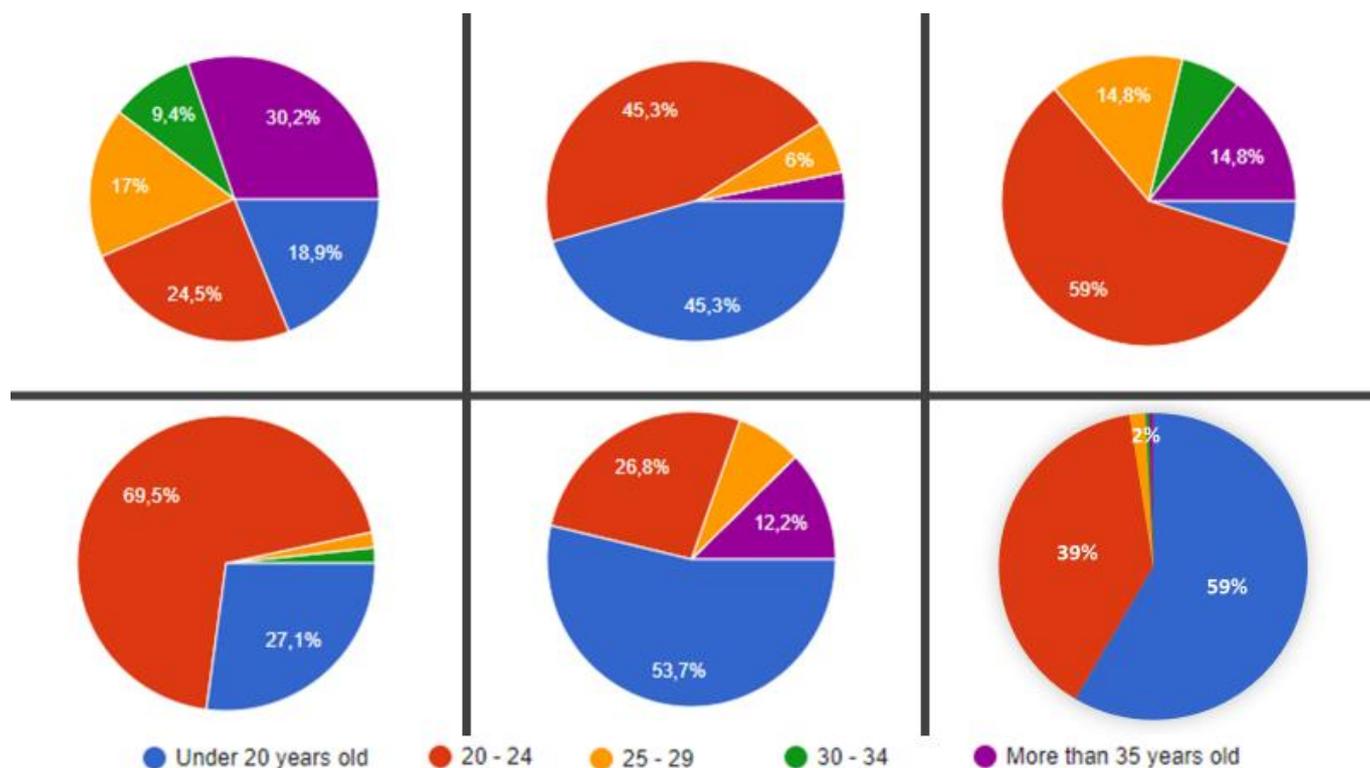
La nationalité des répondants est étroitement liée aux langues utilisées dans l'enquête (Figure 3). Plus de 90 % des répondants de France, d'Italie, de Lituanie et de Turquie ont utilisé leur langue nationale pour répondre à l'enquête. D'autre part, les répondants qui ne parlaient pas les langues spécifiques de l'enquête ont opté pour la version anglaise, qui est la plus accessible au niveau international. Au total, la version anglaise a attiré des répondants de 23 nationalités différentes. Il peut s'agir d'étudiants internationaux, de personnes ne parlant pas couramment la langue du pays ou de personnes extérieures au consortium dans d'autres pays. Par exemple, le groupe national le plus important (22,6 %) ayant utilisé la version anglaise était islandais, car l'enquête a été distribuée à l'Université d'Islande par l'intermédiaire de notre partenaire UNICA (réseau d'universités des capitales européennes). Un nombre important de répondants français (18,9 %) ont également utilisé la version anglaise parce qu'il s'agissait de la première option disponible pour l'enquête.

La majorité des répondants suivent actuellement des études dans le même pays que leur nationalité (Figure 4). Par exemple, toutes les personnes interrogées dans le cadre de l'enquête lituanienne étudiaient actuellement en Lituanie, à l'Université de Vilnius notamment. La version anglaise comprenait également des personnes qui étudiaient en Lituanie.

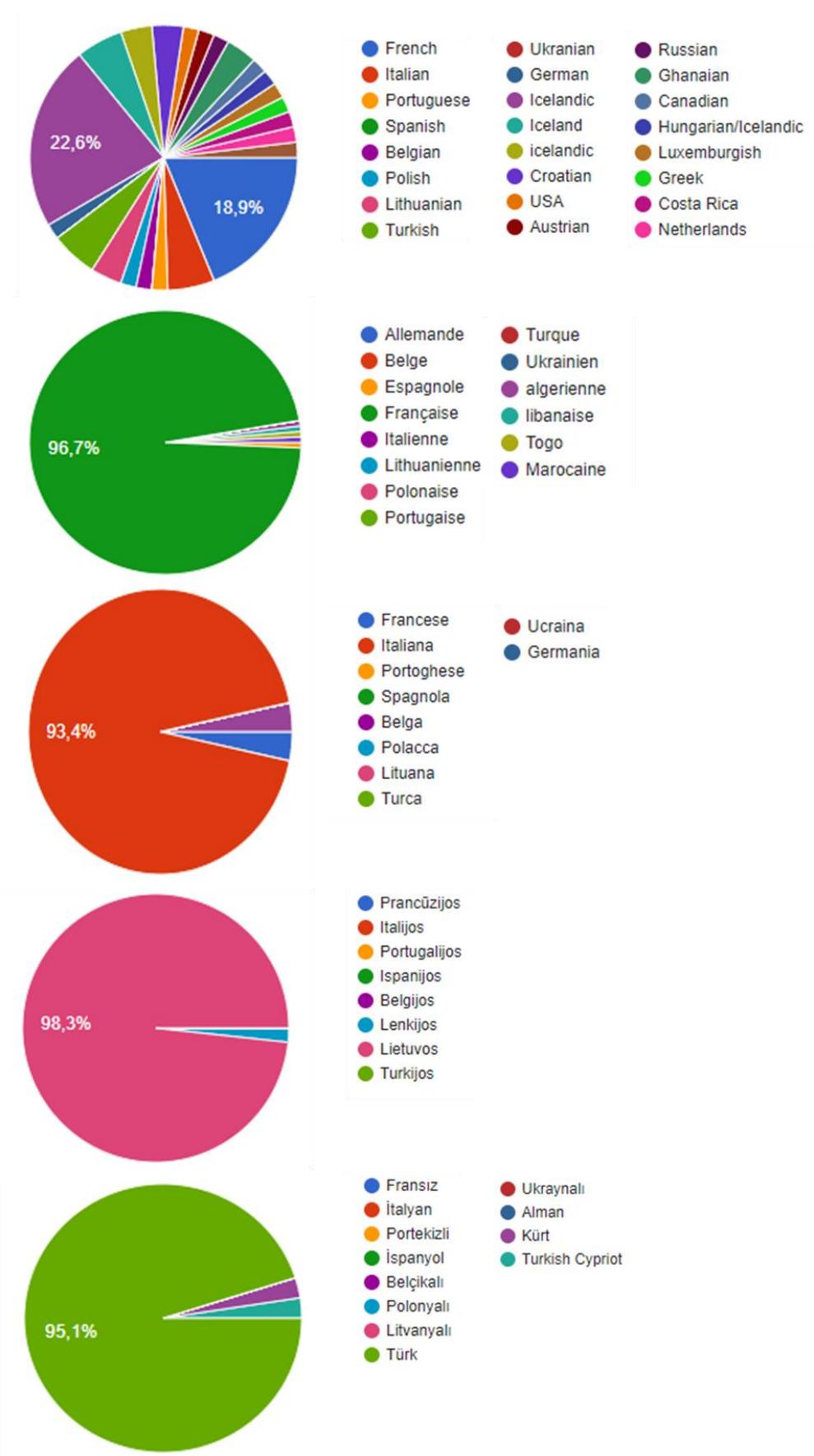
La majorité des personnes interrogées se sont identifiées comme étant des femmes (Figure 5). En moyenne, environ 2/3 des enquêtes ont été remplies par des femmes, à l'exception de l'Italie où le nombre de réponses est presque égal entre les hommes et les femmes, avec une légère dominance des répondants masculins. Parmi toutes les réponses, il n'y avait que quelques réponses avec d'autres identifications de genre, y compris non binaires, transgenres, etc.

Tous les ODDs/SDGs ont été plus ou moins inclus dans les réponses (Figure 6). Seules quelques réponses concernaient l'ODD/SDG 9 - Industrie, innovation et infrastructure (3 réponses) et l'ODD/SDG 17 - Partenariats pour l'objectif (7). Les ODDs/SDGs les plus populaires sont les suivants : ODD/SDG 13 - Action pour le climat (102), ODD/SDG 5 - Égalité des sexes (51), ODD/SDG 3 - Bonne santé et bien-être (46). En Lituanie, par exemple, 24 % des élèves ont choisi l'ODD/SDG 13. Cela pourrait être lié au fait que l'enquête ait été menée auprès d'étudiants en sciences naturelles et en sciences de la terre. Par

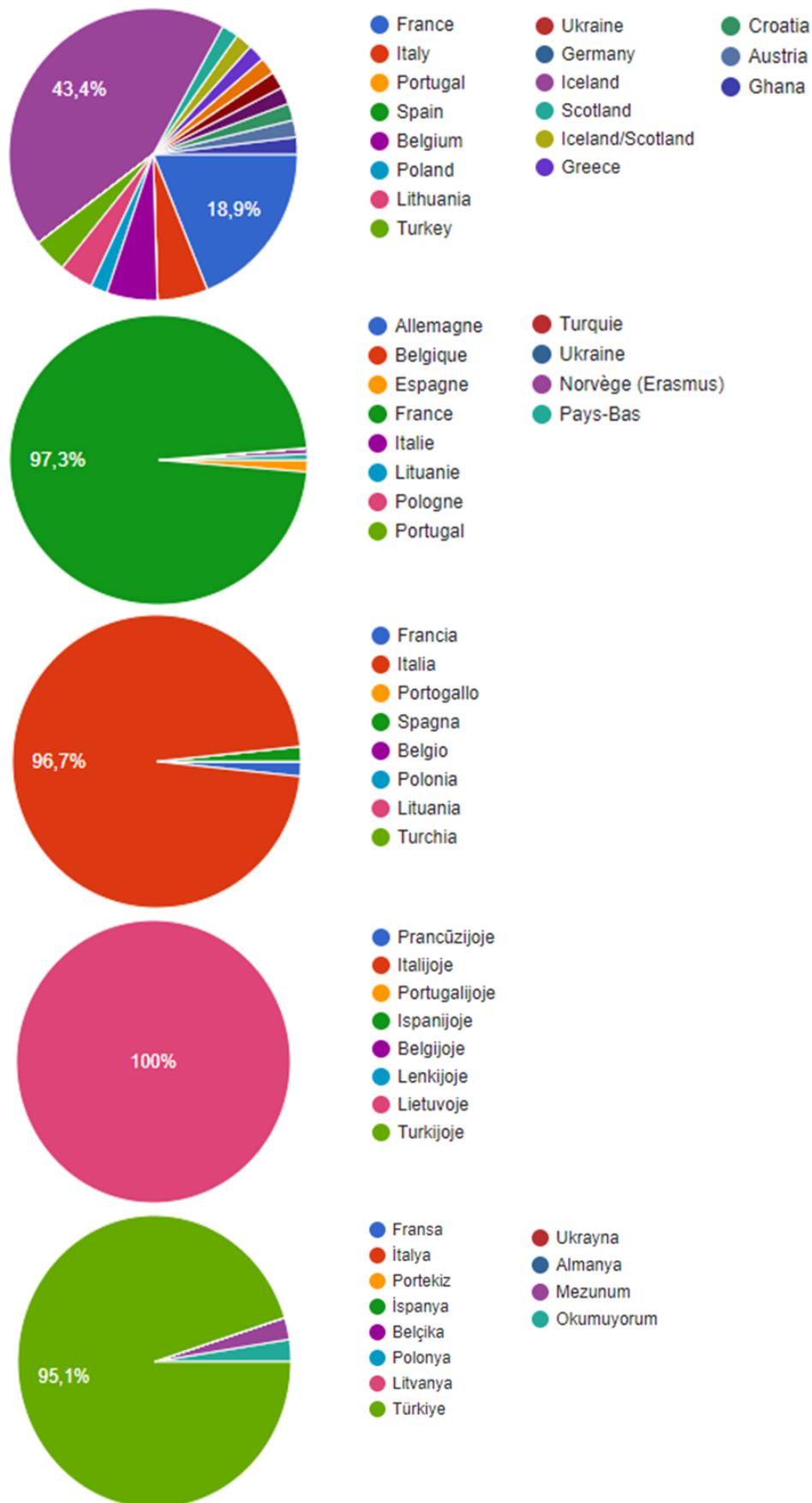
conséquent, dans la prochaine section, nous nous concentrerons sur l'ODD/SDG 13 - Action pour le climat.



**Figure 2** - Quel âge avez-vous ? Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de gauche à droite) : anglais, français, italien, lituanien, turc et portugais.



**Figure 3** - Quelle est votre nationalité ? Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de haut en bas) : anglais, français, italien, lituanien et turc. Les couleurs peuvent varier d'une langue à l'autre.



**Figure 4** - Où étudiez-vous actuellement ? Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de haut en bas) : anglais, français, italien, lituanien et turc. Les couleurs peuvent varier d'une langue à l'autre.

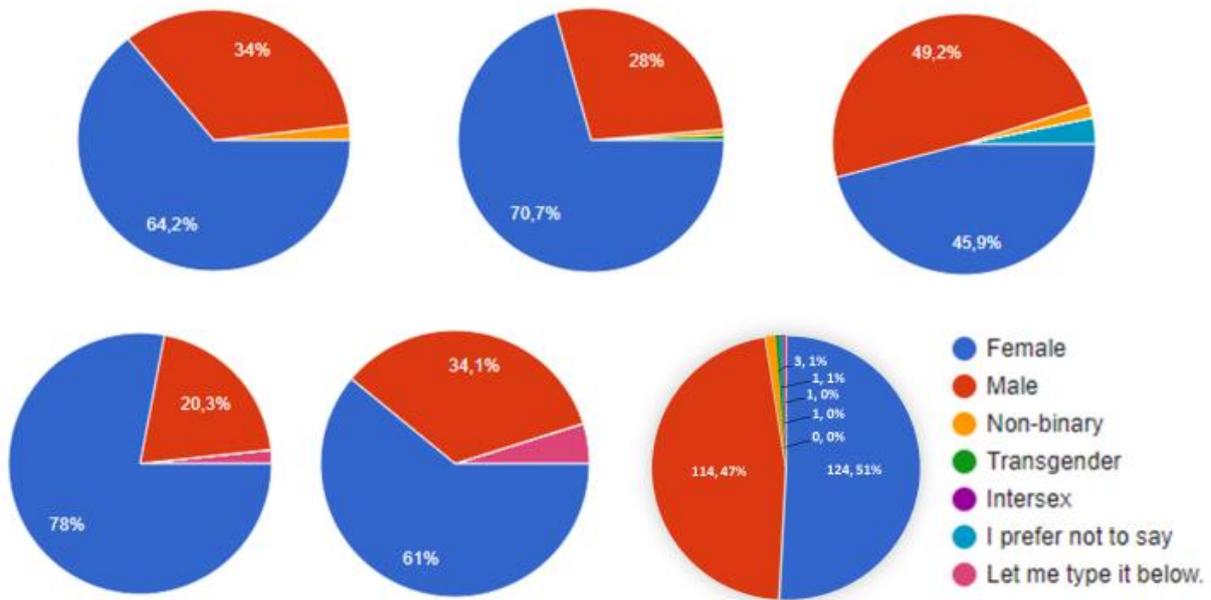


Figure 5 - A quelle identité de genre vous identifiez-vous le plus ? Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de gauche à droite) : anglais, français, italien, lituanien, turc et portugais.

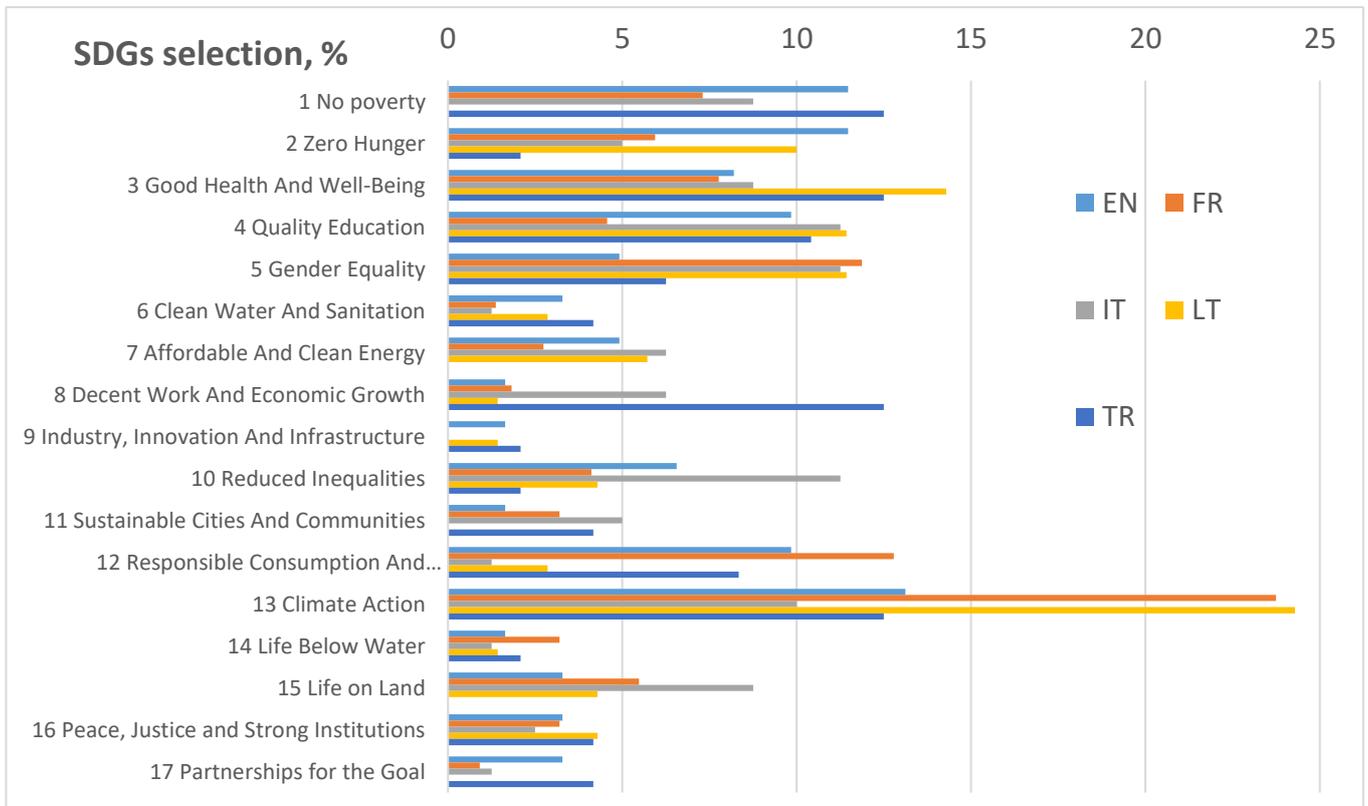


Figure 6a - Répartition des réponses (%) entre les différents ODD/SDGs dans les langues de l'enquête : anglais (EN), français (FR), italien (IT), lituanien (LT) et turc (TR).

## PT Survey | SDGs selection, %

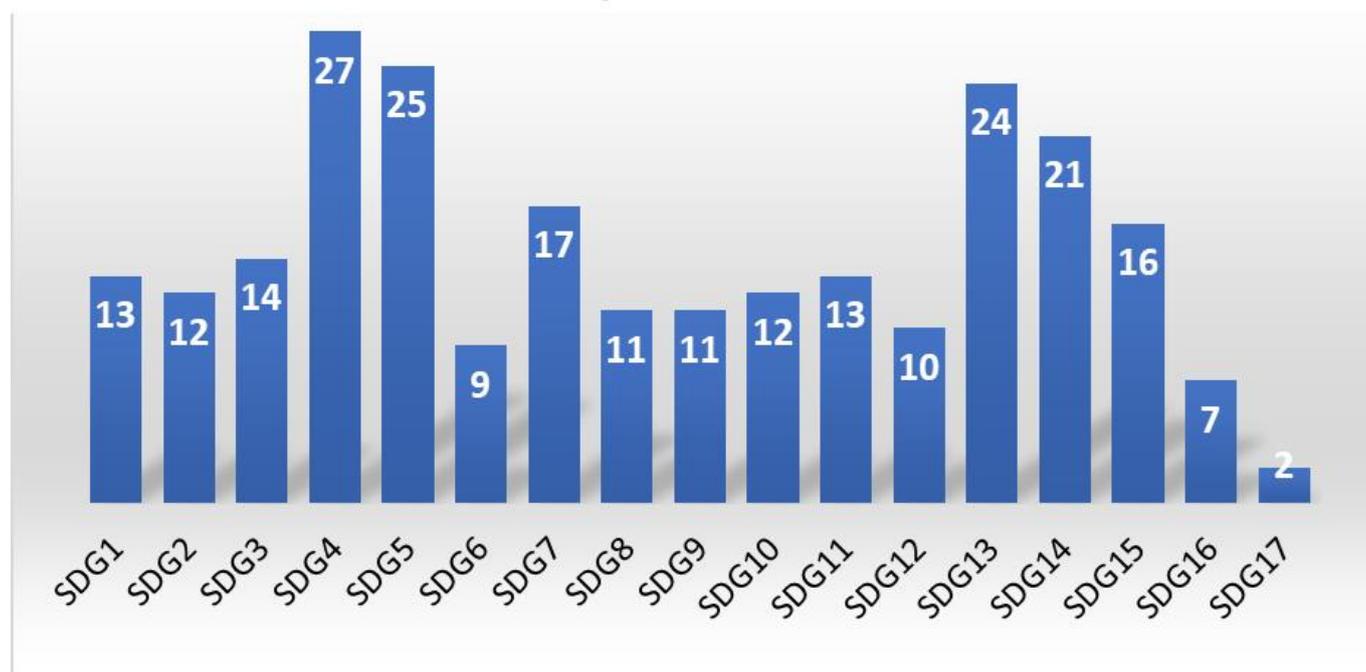


Figure 6b - Répartition des réponses (%) entre les différents ODD/SDGs dans l'enquête portugaise (PT).

### ODD/SDG 13 - Action pour le climat

L'ODD/SDG 13 a été le plus souvent choisi dans les enquêtes menées en français (51 réponses), en anglais (19), en lituanien (18) et en Turquie (6), et le deuxième dans les réponses italiennes (8). Un répondant sur cinq a choisi de répondre aux questions sur l'ODD/SDG.

La majorité des répondants dans toutes les langues ont choisi des réponses moyennes (valeurs entre 3 et 5) à la question sur leur familiarité avec les ODD (Figure 7). Les répondants italiens ont montré la plus grande familiarité avec les ODD, avec plus d'un tiers d'entre eux indiquant qu'ils les connaissaient. Ils étaient suivis par les répondants anglais et français. En Lituanie, les étudiants étaient les moins familiers avec les ODD. L'enquête française a donné les réponses les plus diversifiées, réparties sur l'ensemble du spectre de réponses, tandis que les réponses turques se sont concentrées sur le milieu de l'échelle. La perception de la réalisation des objectifs des ODD a donné lieu à des réponses presque inversées à cette question (Figure 8). Plus une personne est familiarisée avec les ODD et l'Agenda 2030, moins elle perçoit de réalisations. La perception de la réalisation était très faible dans les groupes français, italien et anglais, avec presque aucune réponse positive (valeurs 6 et 7). Une fois encore, les réponses turques et lituanien se répartissent principalement autour des valeurs moyennes.

L'ODD/SDG 13 a suscité un large éventail d'émotions (Figure 9). Des tendances peuvent être observées entre les différentes langues d'enquête (Tableau 2). La paire d'émotions dominante parmi tous les répondants était Appréhension-Crainte (« Apprehension-Fear »), les émotions négatives telles que Tristesse-Songerie (« Sadness-Pensiveness »), étant fréquemment sélectionnées. Toutefois, des émotions plus orientées vers l'action, telles que Vigilance-Anticipation-Intérêt (« Vigilance-Anticipation-Interest »), ont également été souvent choisies, ce qui indique des attitudes positives à l'égard de la lutte contre le changement climatique. Les groupes d'émotions tels que l'extase, la surprise et l'acceptation n'ont pas été sélectionnés par les répondants.

**Tableau 2** - Les émotions les plus fréquentes et les moins fréquentes selon la Roue des Emotions de Plutchik (%) entre les langues de l'enquête. Les couleurs représentent les différents groupes d'émotions.

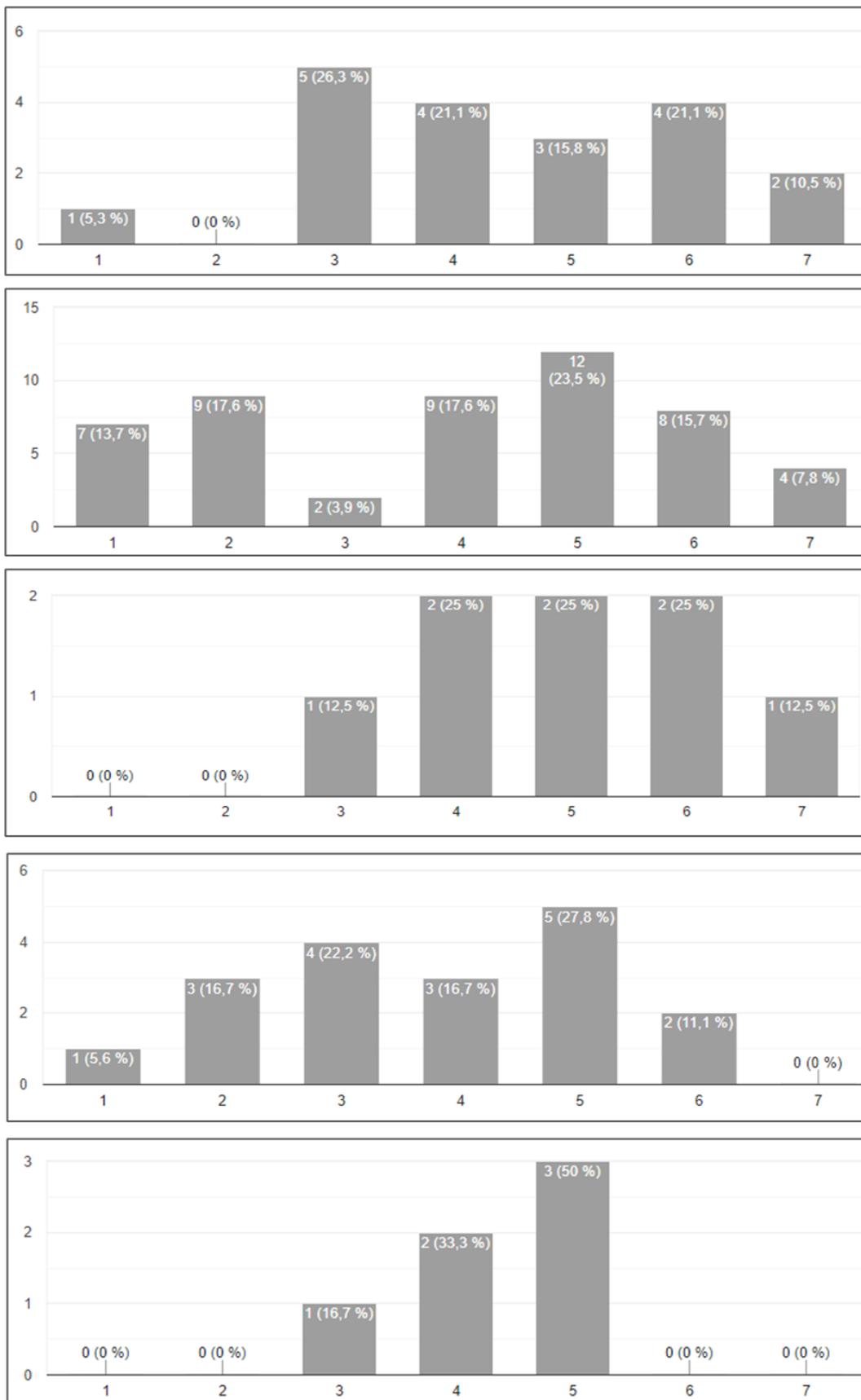
Emotions	English	French	Italian	Lithuanian	Turkish	Portuguese
<b>Most frequent</b>	Fear, Sadness, Anger, Interest	Apprehension, Interest, Vigilance, Fear	Fear, Vigilance, Apprehension	Apprehension, Pensiveness, Interest	Apprehension, Anticipation, Sadness	Interest, Sadness, Trust, Vigilance,
<b>Least frequent</b>	Acceptance, Distraction, Ecstasy	Disgust, Surprise, Ecstasy	Acceptance, Surprise, Ecstasy	Contempt, Surprise, Ecstasy	Ecstasy, Acceptance, Surprise	Ecstasy, Distraction, Boredom

Le nombre de réponses à la question ouverte sur les attitudes personnelles à l'égard des ODD a été limité, ce qui indique que le niveau d'engagement des participants n'est pas élevé.

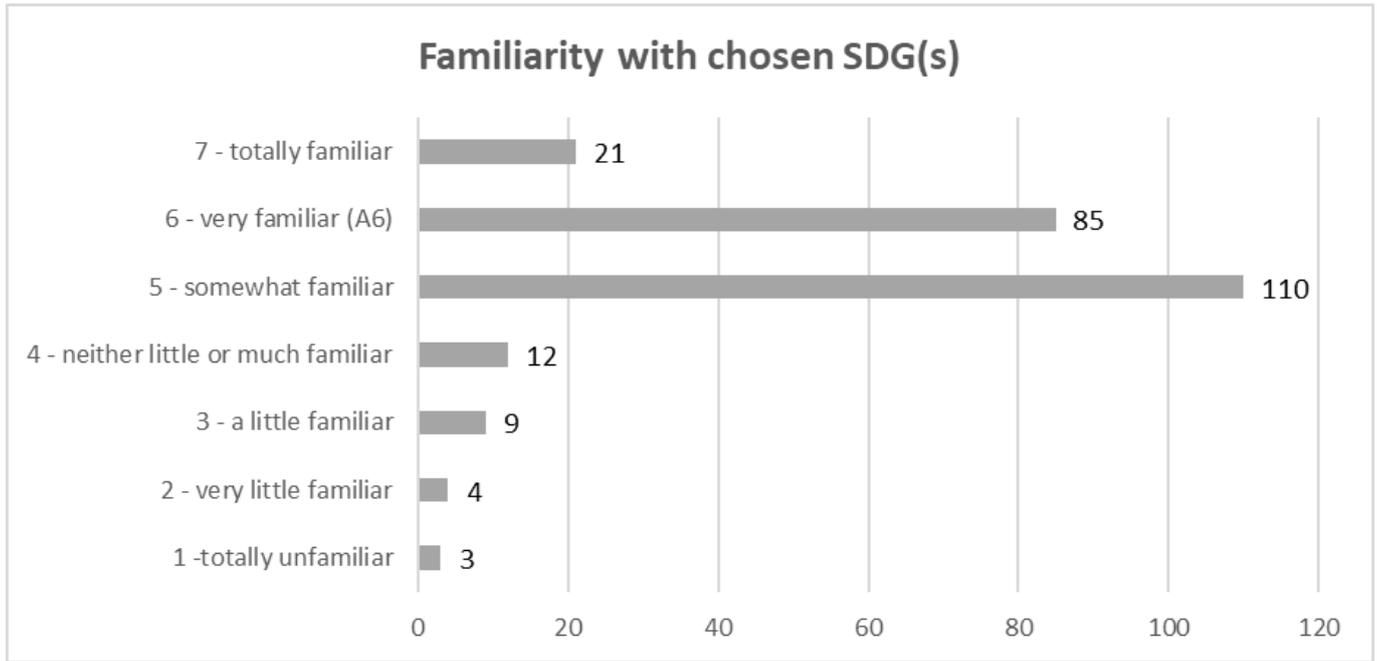
Voici quelques exemples tirés de l'enquête en anglais concernant les différents niveaux d'engagement :

- **Niveau personnel** - " Je suis bénévole dans une association dont l'objectif est d'utiliser les déchets (comme les épluchures) pour faire du compost. "
- **Niveau local** - " J'ai été président du club écologique de mon lycée pendant trois ans. Nous avons organisé des journées de sensibilisation, collecté des déchets, interdit le plastique à usage unique et visité d'autres écoles respectueuses de l'environnement."
- **Niveau national** - "Je suis un membre actif d'une association nationale qui défend diverses causes, notamment la question des produits pharmaceutiques dans l'environnement."
- **Niveau européen** - "Je suis un membre actif d'une organisation faîtière qui défend diverses causes, y compris la question des produits pharmaceutiques dans l'environnement."
- **Niveau international** - " Je fais partie de groupes d'activistes " ; " Pas encore. "

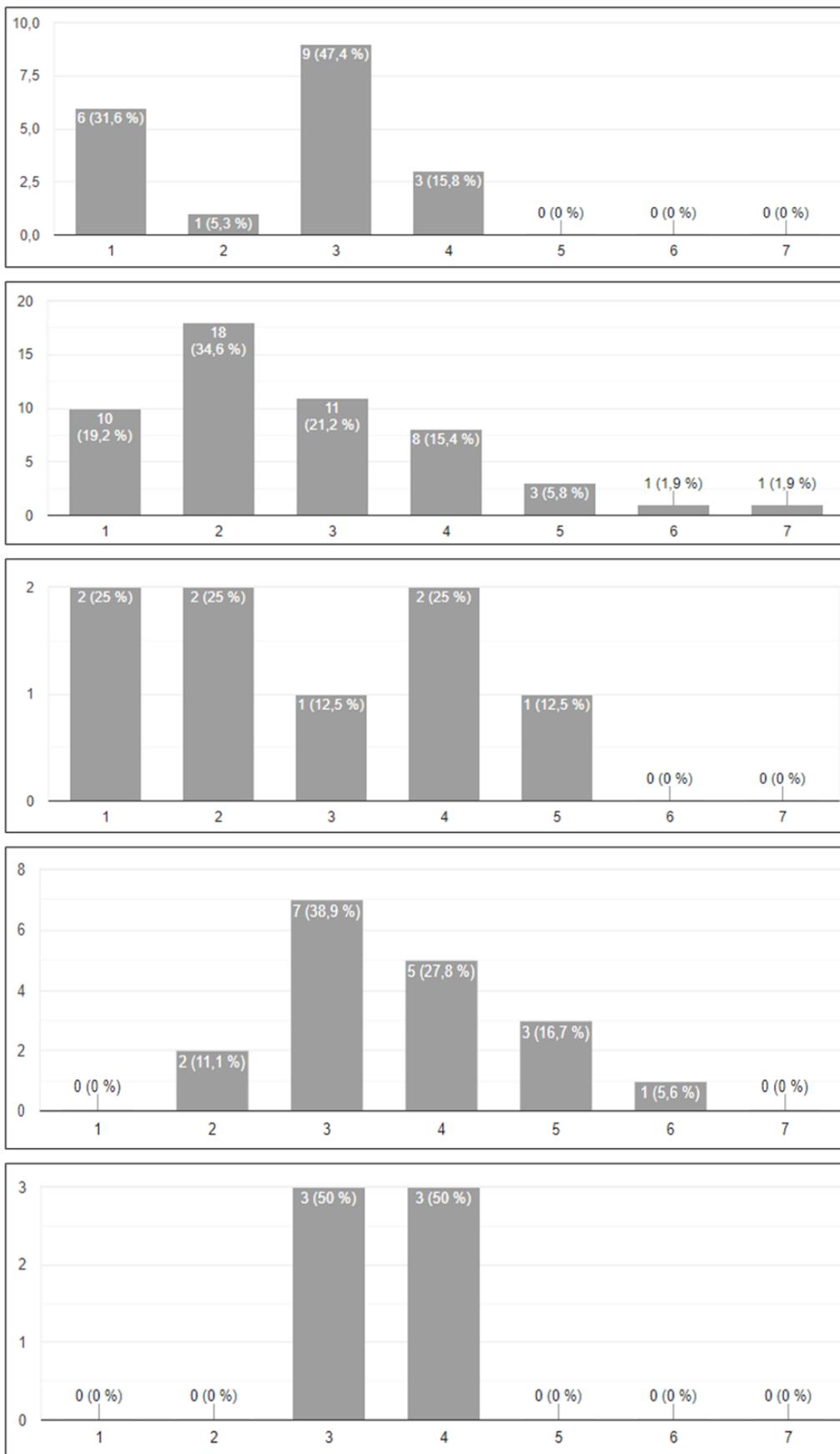
Pour ce qui est des directions prises par les pays/l'Europe, les réponses, en moyenne, ne sont pas positives (Figure 10). Elles sont en corrélation inverse avec la familiarité aux ODD (Figure 7). Les répondants italiens sont les moins positifs, suivis par les Français et les Anglophones. Seules quelques réponses estiment que les processus évoluent dans la bonne direction (valeurs 6 et 7). Les répondants lituaniens sont les plus positifs sur cette question. Inversement, la question sur l'importance du développement des compétences internes pour atteindre les objectifs des ODD a suscité davantage de réactions positives. La majorité des réponses se situent entre les catégories 5 et 7. Dans l'enquête italienne, plus de 87 % des répondants ont choisi le chiffre le plus élevé de l'échelle de Likert, ce qui peut être lié au programme d'études de l'Université de Roma Tre. Les réponses les plus dispersées à cette question ont été trouvées dans l'enquête anglophone, ce qui peut être lié aux expériences de la vie (c'est-à-dire les répondants plus âgés) et aux différentes attitudes à l'égard du développement intérieur.



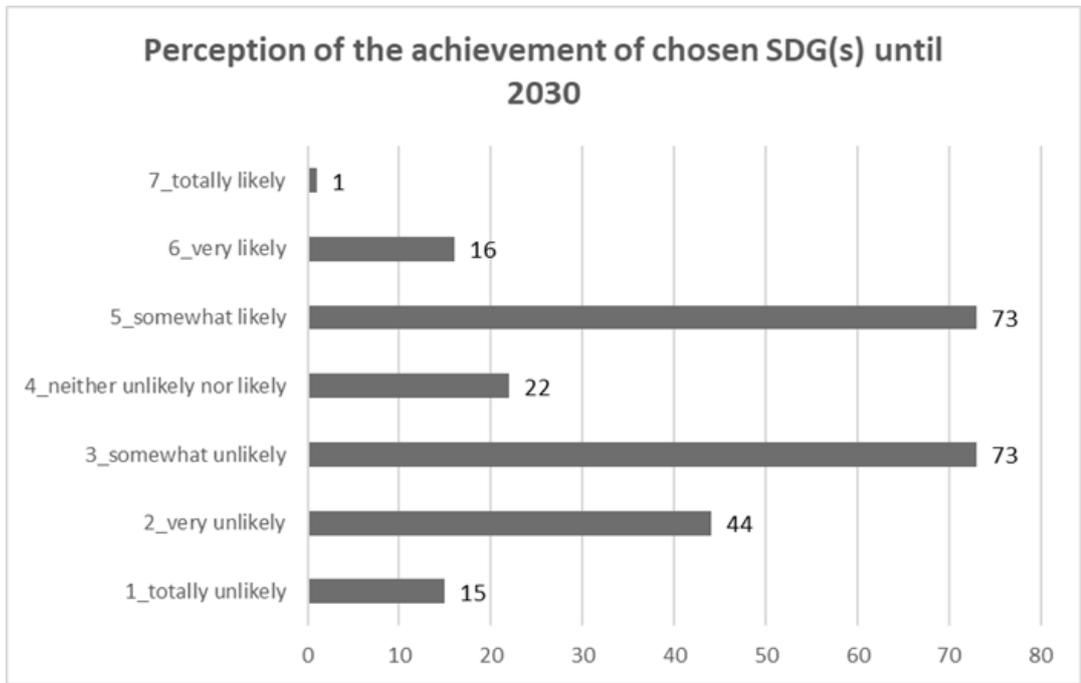
**Figure 7a** - Dans quelle mesure cet objectif des Objectifs de développement durable des Nations unies et de l'Agenda 2030 vous est-il familier ? Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de haut en bas) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc. Échelle de Likert : de Pas du tout familier (1) à Très familier et engagé dans les ODD/SDGs (7).



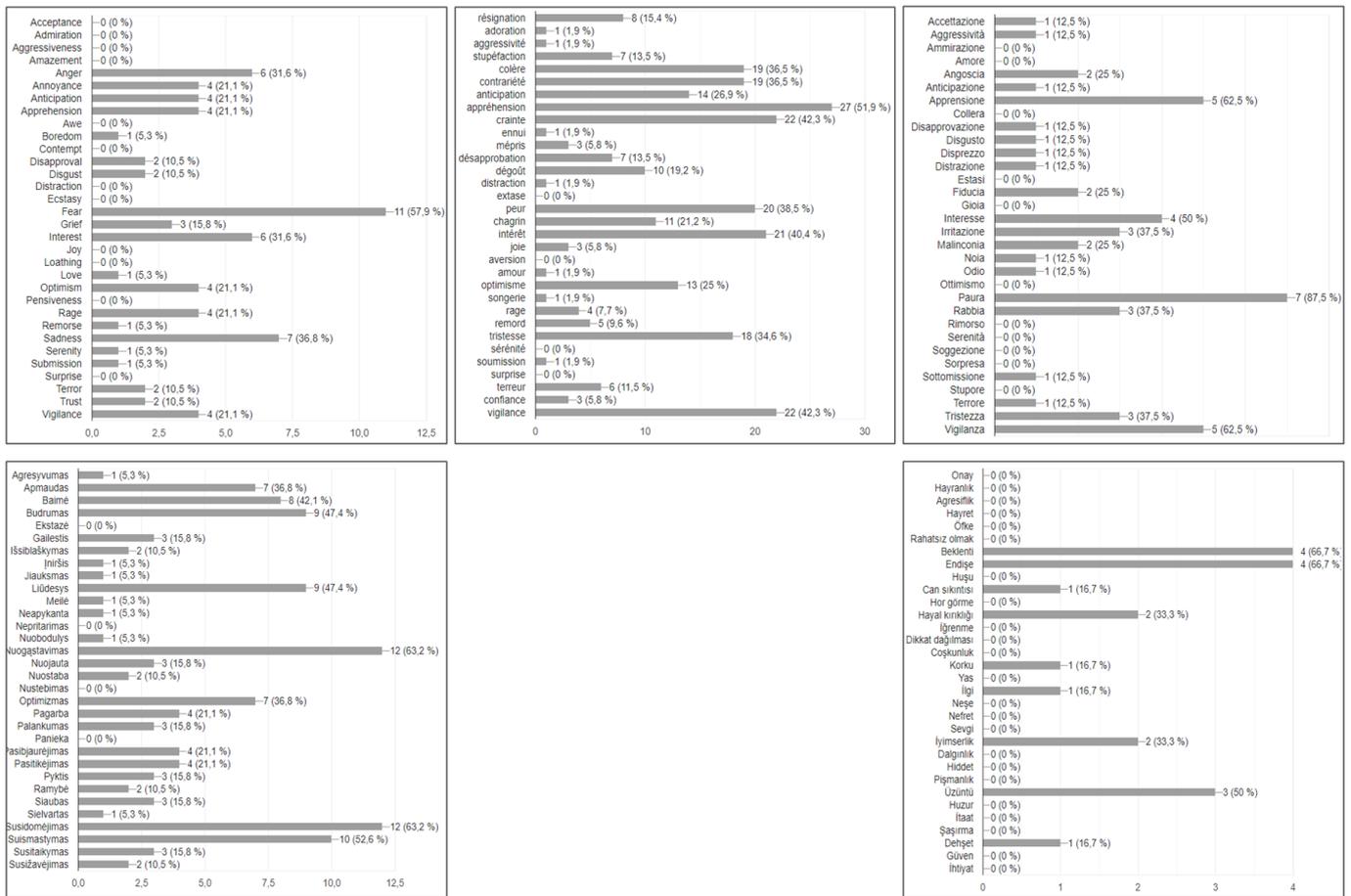
**Figure 7b** - Dans quelle mesure connaissez-vous cet objectif des Objectifs de développement durable de l'ONU et de l'Agenda 2030 ? Répartition des réponses (%) dans l'enquête portugaise.



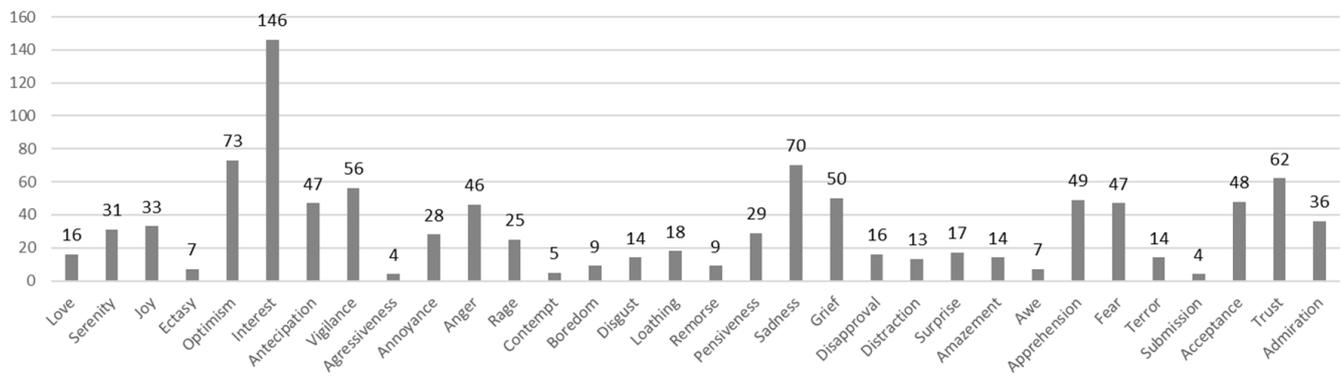
**Figure 8a** - Quelle est votre perception du niveau de réalisation de cet objectif fixé pour 2030 ? Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de haut en bas) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc. Échelle de Likert : de Loin d'être atteint (1) à Totalement atteint (7).



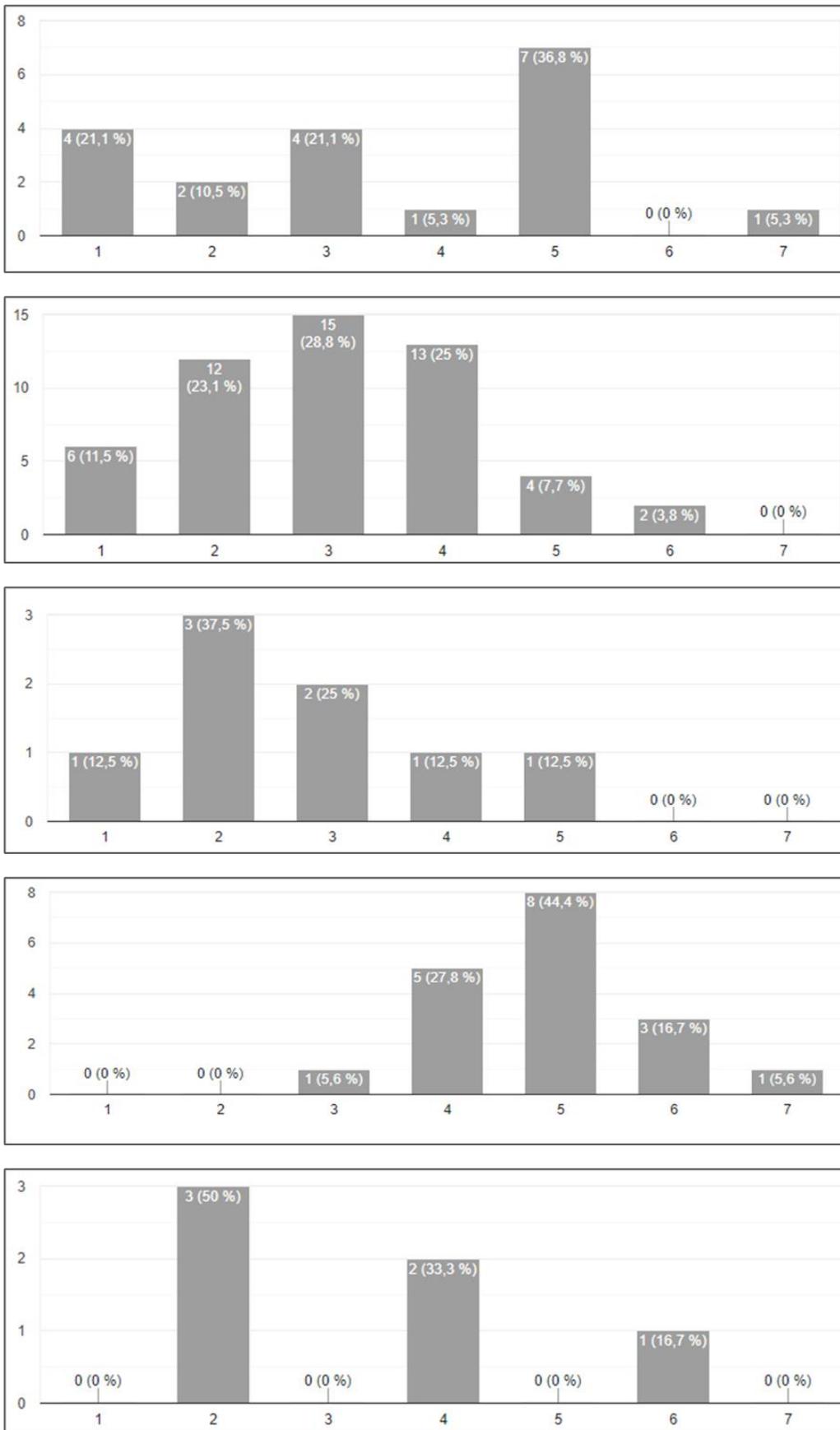
**Figure 8b** - Quelle est votre perception du niveau de réalisation de cet objectif fixé pour 2030 ? Répartition des réponses (%) dans l'enquête portugaise.



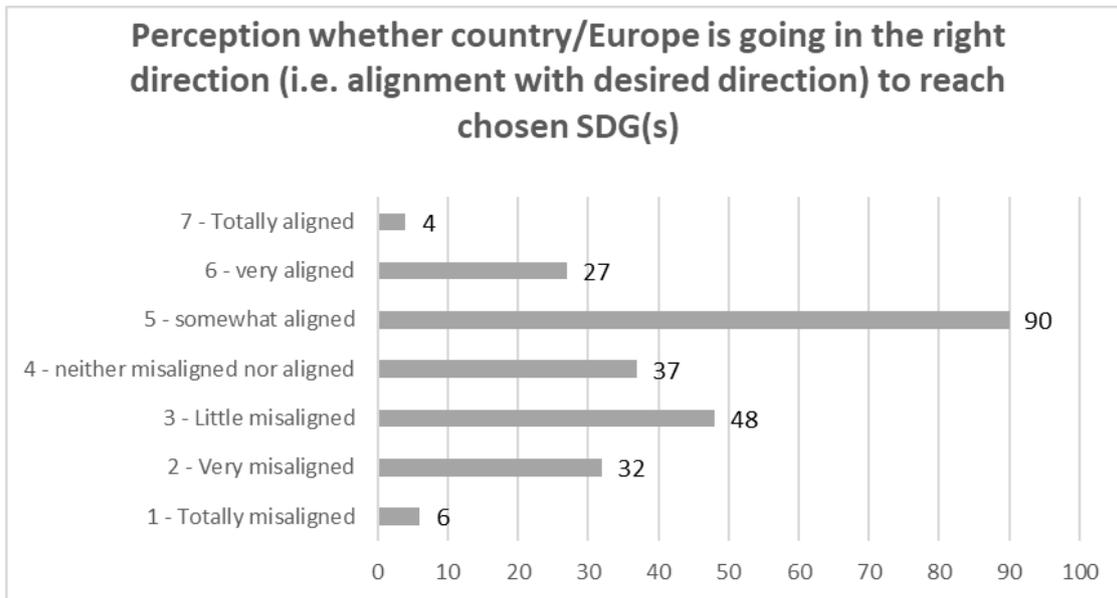
### Emotions regarding SDG chosen



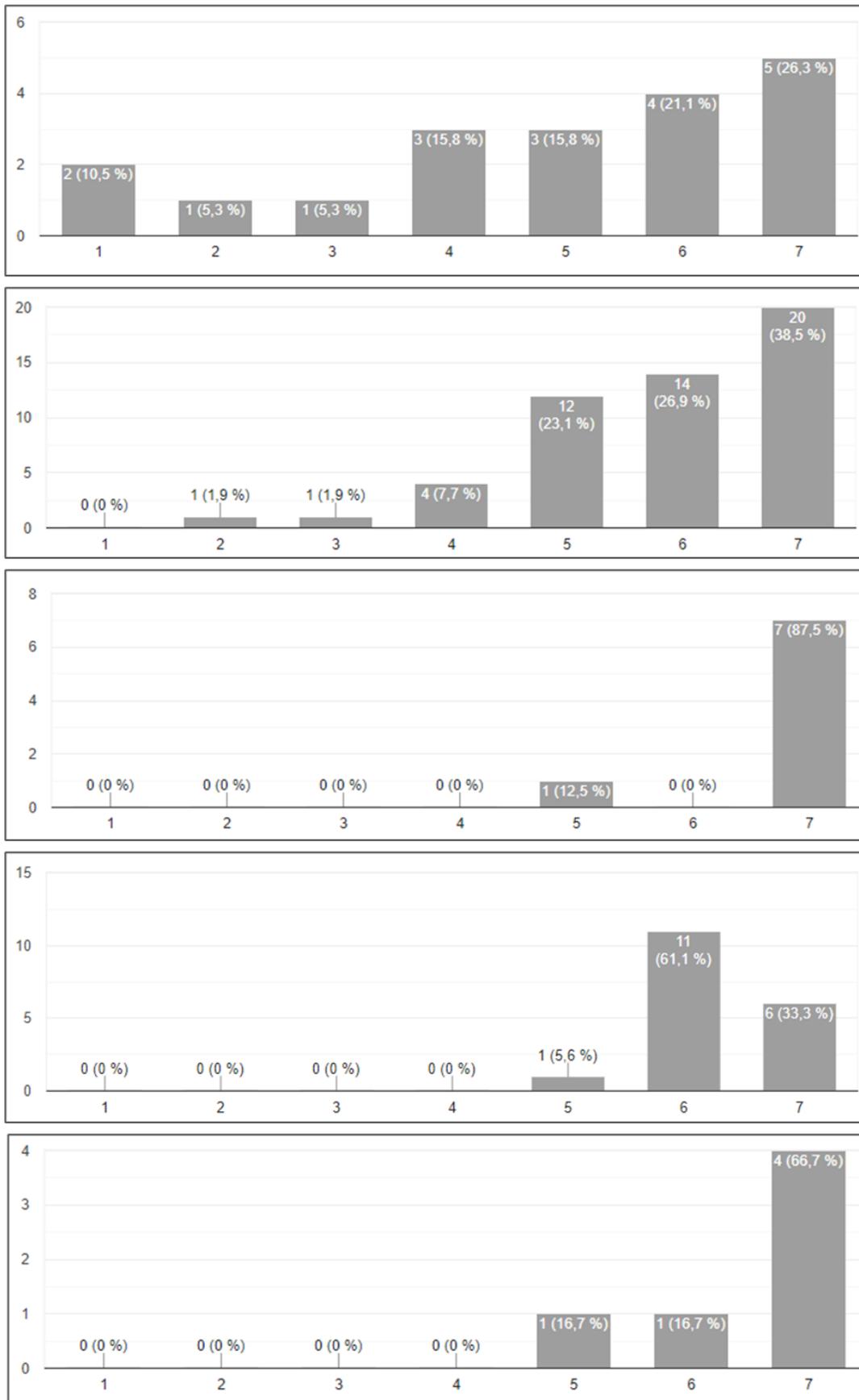
**Figure 9** - Parmi les mots suivants, lequel décrit le mieux votre état émotionnel par rapport à cet objectif ? Répartition des réponses (%) de la roue des émotions de Plutchik dans les langues de l'enquête (de gauche à droite) : Anglais, Français, Italien, Lituanien, Turc et Portugais. Les émotions sont placées dans l'ordre alphabétique (individuel) de chaque langue..



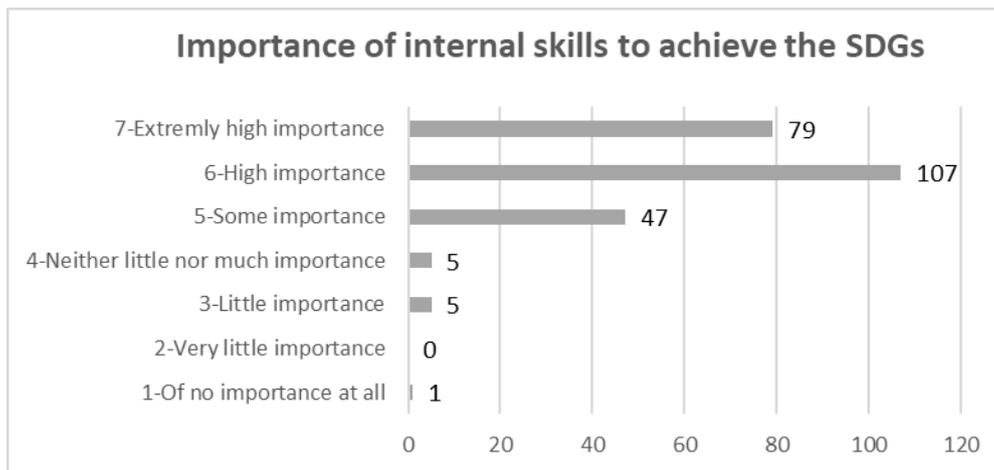
**Figure 10a** - En ce qui concerne cet objectif, pensez-vous que votre pays/l'Europe va dans la bonne direction ? Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de haut en bas) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc. Échelle de Likert : de Mauvaise direction (1) à Bonne direction (7).



**Figure 10b** - En ce qui concerne cet objectif, pensez-vous que votre pays/l'Europe va dans la bonne direction ? Répartition des réponses (%) dans l'enquête portugaise.



**Figure 11a** - Dans quelle mesure pensez-vous que le développement des compétences intérieures est important pour atteindre cet objectif ? Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de haut en bas) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc. Échelle de Likert : de Pas du tout (1) à Elles sont cruciales (7).



**Figure 11b** - Dans quelle mesure pensez-vous que le développement des compétences intérieures est important pour atteindre cet objectif ? Répartition des réponses (%) dans l'enquête portugaise.

## Inner Development Goals (Objectifs de Développement Intérieur),

Les Objectifs de Développement Intérieurs (« Inner Development Goals », ou « IDGs ») constituent une initiative open-source menée par le secteur à but non lucratif. Elle vise à explorer les compétences et les capacités nécessaires pour répondre efficacement aux Objectifs de Développement Durable (ODDs / SDGs) ([Stålne & Greca, 2022](#)).

Les défis auxquels l'humanité est actuellement confrontée, tels que la solitude, le changement climatique, les crises politiques, la polarisation et les conflits, sont tous le résultat du comportement humain. Toutefois, l'aspect positif est que le comportement humain est quelque chose que nous pouvons contrôler. Les ODD servent de cadre d'orientation aux États membres des Nations unies pour faire face aux problèmes mondiaux liés au changement climatique, à l'inégalité économique et aux disparités sociales. Ces 17 objectifs englobent diverses aspirations, notamment l'éradication de la faim et de la pauvreté, l'amélioration de l'éducation et la promotion des énergies propres. Cependant, nous pensons que ces problèmes sont symptomatiques de questions plus profondes qui nous déconnectent de nous-mêmes, des autres et de la nature. Cette déconnexion pose un défi à la collaboration, au courage et à l'engagement nécessaires pour atteindre les ODD.

Pour combler cette lacune, les IDGs complètent les SDGs en identifiant les compétences et les capacités personnelles et interpersonnelles qui doivent être développées pour faire de la vision des SDGs une réalité. Les IDGs sont organisés en cinq catégories principales, qui englobent un total de 23 sous-catégories. Ces catégories orientent notre attention vers l'amélioration de notre relation avec nous-mêmes, nos communautés et la nature, tout en renforçant nos capacités cognitives et en favorisant la collaboration avec d'autres personnes afin d'apporter des changements et de concrétiser notre vision ([Plateforme 29k](#)).

Les IDGs ont été présentés aux participants au cours de l'enquête, ainsi qu'une vue d'ensemble des cinq principaux domaines de compétences internes. Cette introduction comprenait une image du cadre des IDG et un lien vers le [site web des IDGs](#) ([Stålne & Greca, 2022](#)).

Cette section était composée de deux questions :

- (i) Dans quelle mesure pensez-vous que le développement de compétences intérieures - telles que la conscience de soi, la connexion, l'appréciation, etc. - est important pour atteindre le(s) ODD(s) que vous avez choisi(s) ? Veuillez indiquer le degré d'importance en choisissant l'échelle suivante de 1 à 7, où 1 signifie « Pas du tout » soit ils n'ont aucune importance et 7 signifie « Ils sont cruciaux » soit ils ont une extrême importance.
- (ii) Regardez à nouveau l'image des cinq domaines des objectifs de développement intérieur. Quels sont les domaines que vous considérez comme les plus importants pour les activités d'enseignement supérieur ? Si vous le souhaitez, vous pouvez commenter votre choix.

La majorité des répondants ont indiqué que les objectifs de développement internes (IDGs) sont importants pour atteindre les objectifs (Figure 11). Des questions plus détaillées sur les IDGs offrent une perspective plus large sur les compétences qui ont le plus besoin d'être développées. La boussole intérieure semble être l'un des facteurs les plus importants dans le groupe des objectifs de développement intérieur (Figure 12). Les répondants italiens, français et anglais ont préféré l'ouverture d'esprit et l'esprit d'apprentissage, tandis que les répondants lituaniens et turcs ont choisi la conscience de soi comme compétence la plus importante. En général, toutes les autres compétences ont également été choisies.

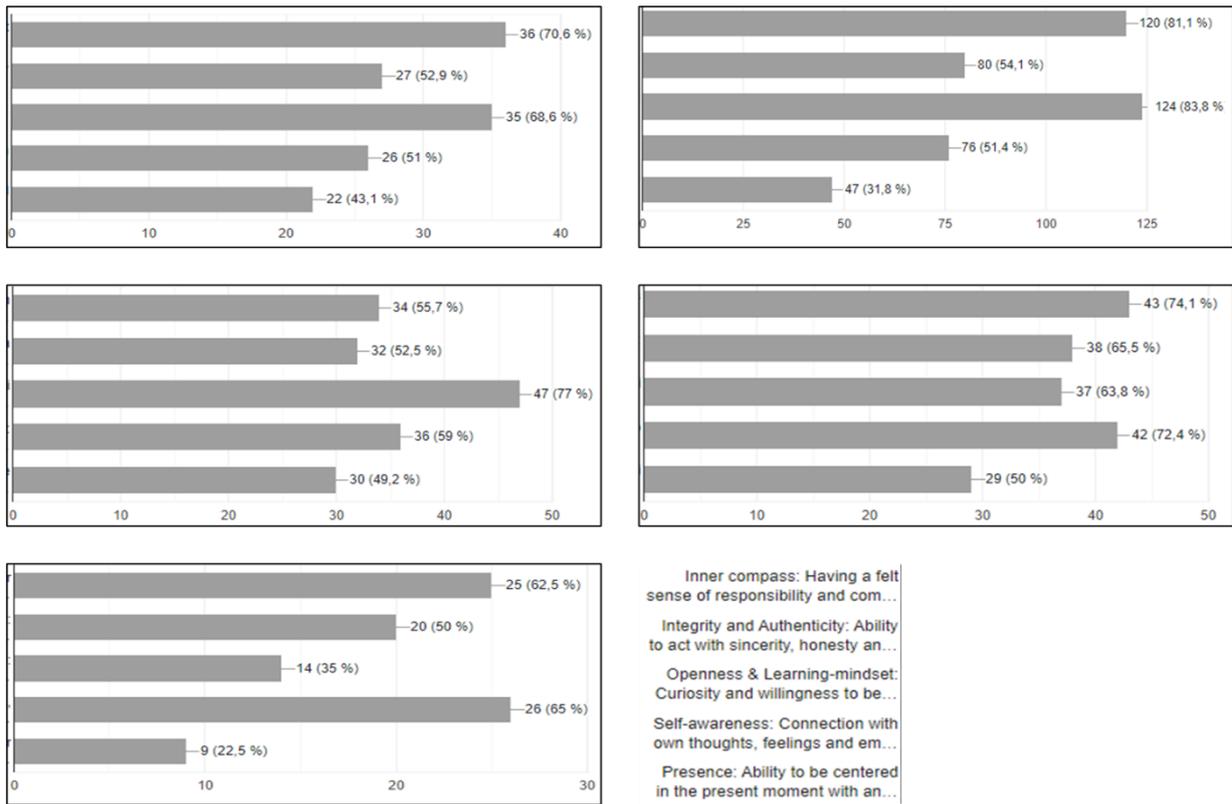
L'esprit critique a été choisi comme la compétence cognitive la plus importante selon la majorité des réponses (Figure 13). Les répondants ont également choisi l'orientation à long terme et la vision comme deuxième compétence la plus importante, sauf dans l'enquête turque où la capacité à faire preuve de bon sens a été classée en deuxième position. D'une manière générale, l'éventail des choix était plus large dans ce groupe d'IDGs.

Les compétences en matière d'empathie et de compassion ont été les plus choisies dans le groupe "Prendre soin des autres et des ODDs/SDGs mondiaux" (Figure 14). Il n'y a pas de différences significatives dans les choix entre les langues. La majorité des répondants considèrent l'appréciation comme la compétence la moins importante.

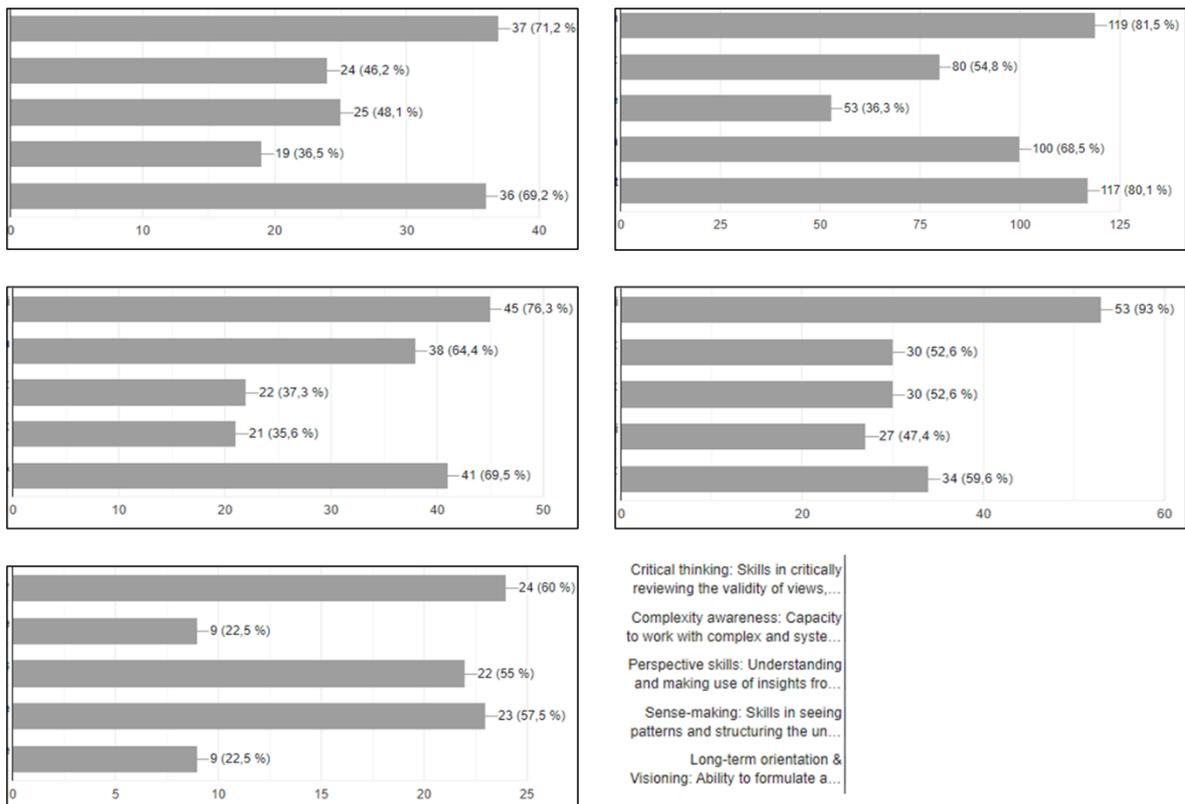
Les compétences en communication ont été considérées comme le meilleur choix pour atteindre les objectifs (ODDs/SDGs) selon les réponses (Figure 15). Les réponses dans le groupe IDG des compétences sociales étaient très diverses, les compétences de co-création étant importantes pour les répondants lituaniens et turcs, mais moins pour les répondants italiens et anglais. Les répondants français ont placé les compétences de mobilisation en première position, alors que pour d'autres, il s'agit de la compétence IDG la moins utile.

Les compétences de courage et de persévérance ont été choisies comme les plus importantes pour le groupe IDG "Conduite du changement" (Figure 16), à l'exception de l'enquête turque, qui a choisi l'optimisme comme principale compétence dans cette catégorie. En général, toutes les autres compétences ont également été sélectionnées par les répondants.

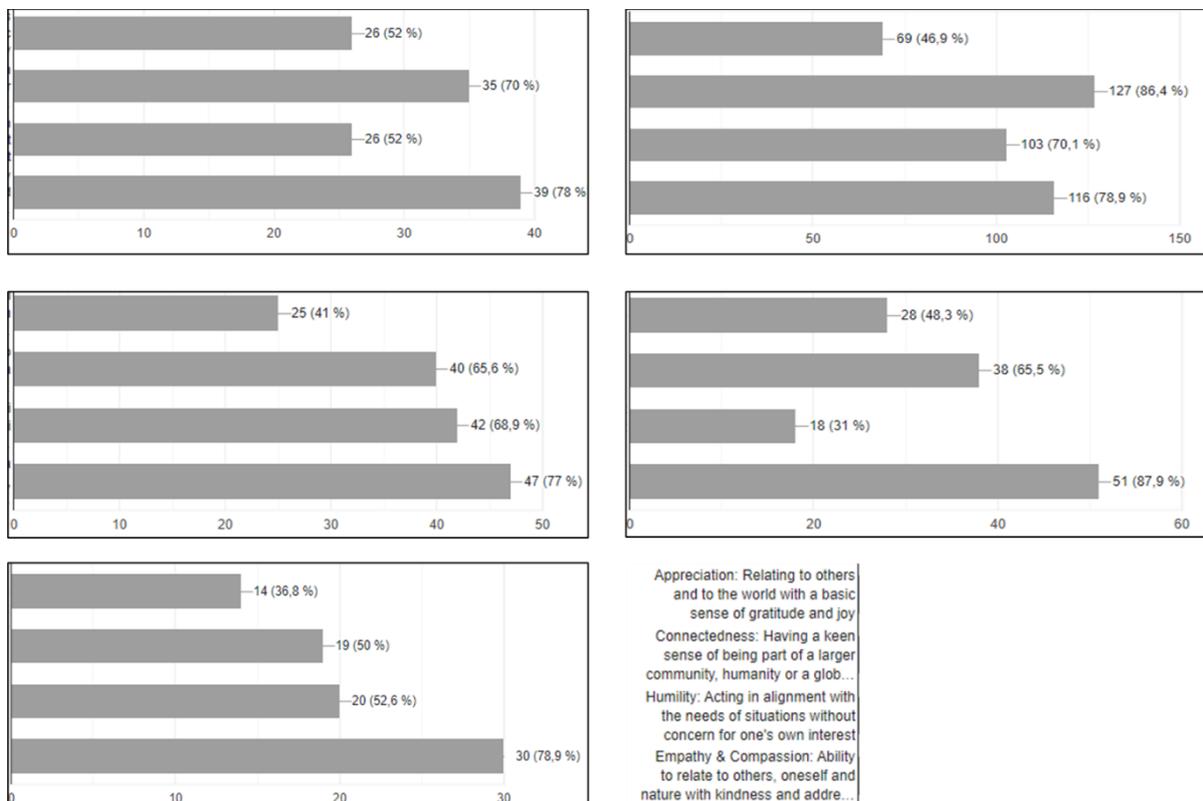
En résumé, les IDG les plus importants à développer pour atteindre les ODDs/SDGs et les objectifs de l'Agenda 2030 comprennent le sens des responsabilités et l'engagement pour le bien commun, y compris la pensée critique, la relation à soi-même et aux autres avec bienveillance, la capacité d'écouter et de favoriser le dialogue, et le courage de défendre des valeurs et de prendre des mesures.



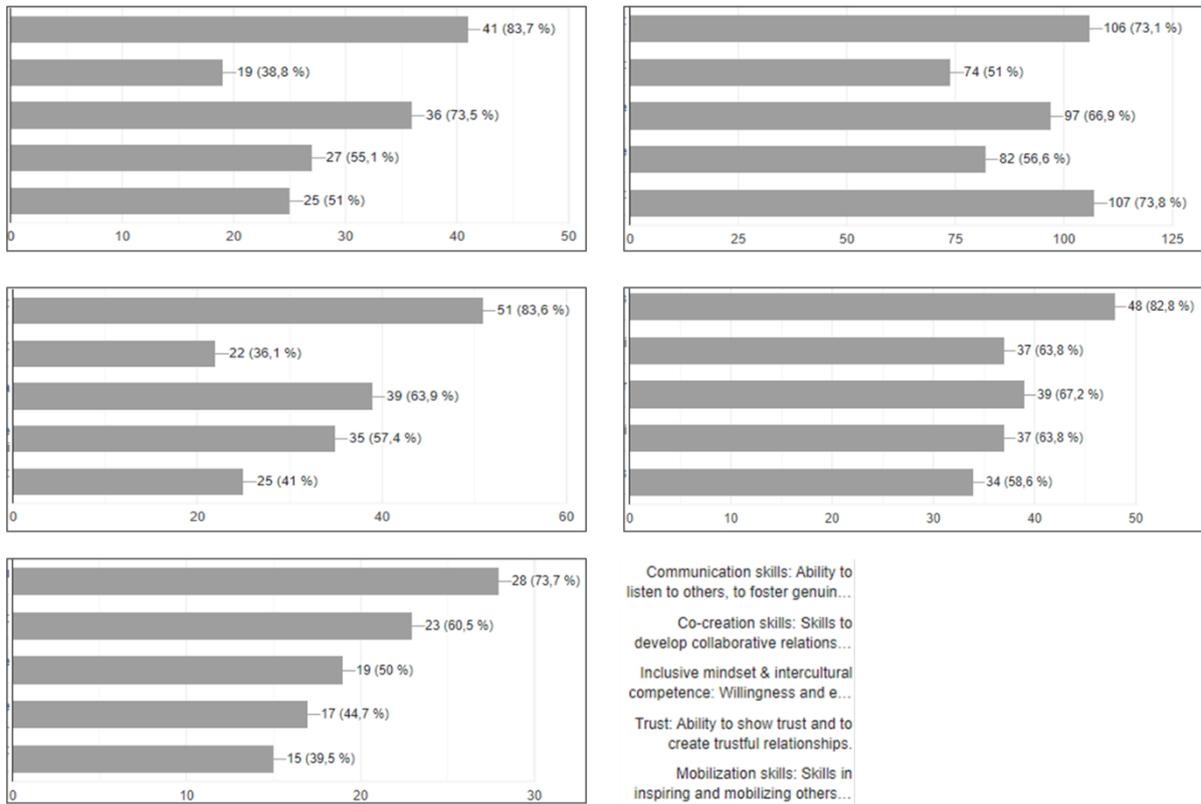
**Figure 12 - IDGs – Le rapport à soi.** Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de gauche à droite) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc.



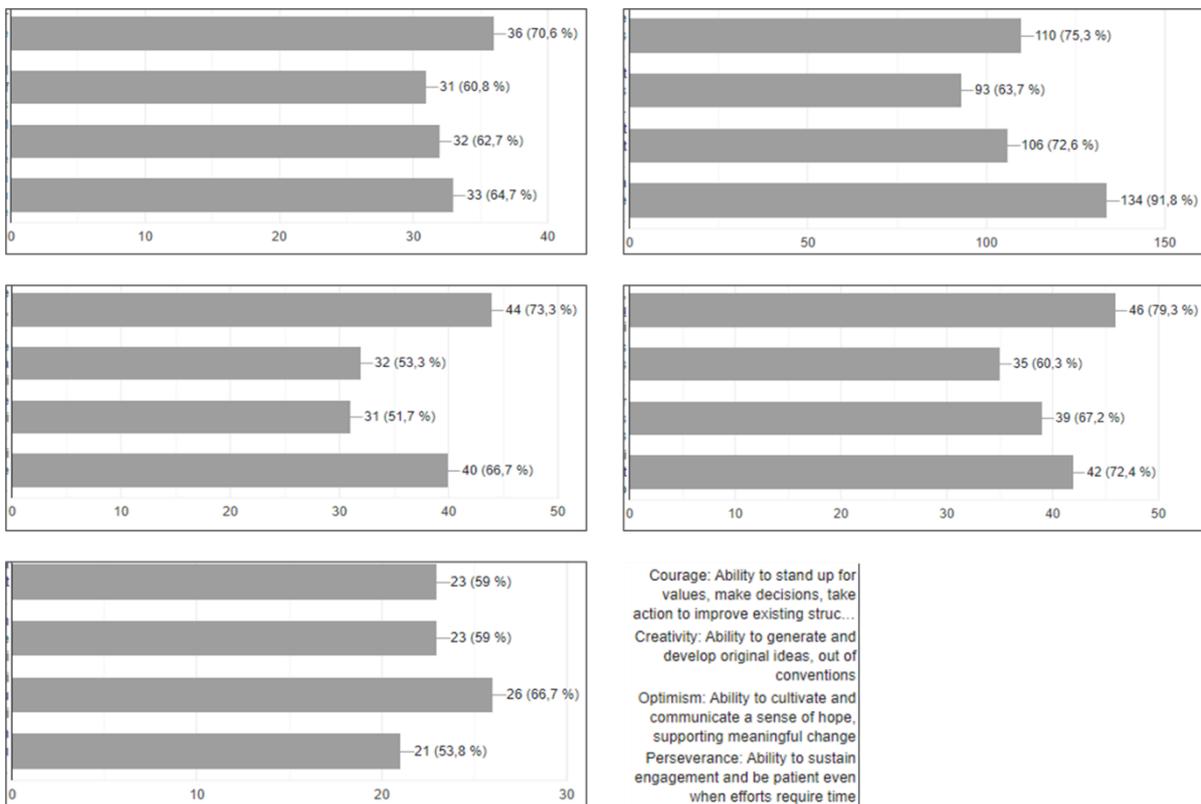
**Figure 13** - IDG – Compétences cognitives. Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de gauche à droite) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc.



**Figure 14** - IDG – Prendre soin des autres et du monde. Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de gauche à droite) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc.



**Figure 15 - IDG – Compétences sociales.** Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de gauche à droite) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc.



**Figure 16 - IDG – Driving Change.** Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de gauche à droite) : Anglais, français, italien, lituanien et turc.

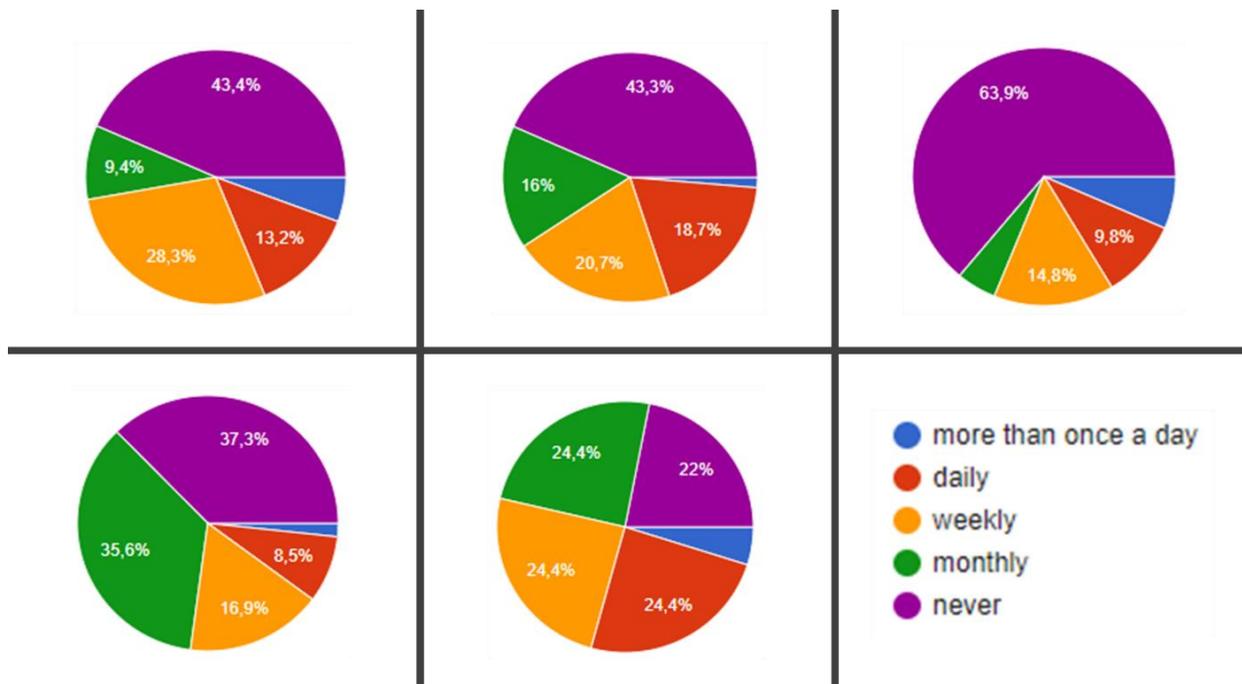
## Expérience de la conscience / pratiques contemplatives

L'objectif principal du projet était d'explorer le lien entre la pleine conscience ou d'autres pratiques de sensibilisation et l'engagement des élèves dans différents ODDs/SDGs. De nombreux exemples suggèrent que l'expérience de la conscience ou les pratiques contemplatives pourraient aider à atteindre les ODDs/SDGs et les objectifs de l'Agenda 2030. Par conséquent, la cartographie des pratiques entre les répondants a permis d'obtenir une image plus large de l'étendue de l'utilisation de ces pratiques au sein des communautés universitaires.

D'après les résultats, la majorité des répondants ont indiqué qu'ils ne s'engageaient dans aucune activité de pratique (Figure 17). Ce pourcentage est le plus élevé parmi les répondants italiens (64 %) et le plus faible parmi les répondants turcs (22 %). Cette différence peut être liée au programme d'études ou à des conceptions sociales différentes dans chaque pays. Parmi les répondants qui pratiquaient, la fréquence variait entre les catégories hebdomadaire et mensuelle, avec moins de 20 % des répondants sélectionnant une pratique quotidienne (ou plus souvent), à l'exception de l'enquête turque, qui présentait un taux plus élevé.

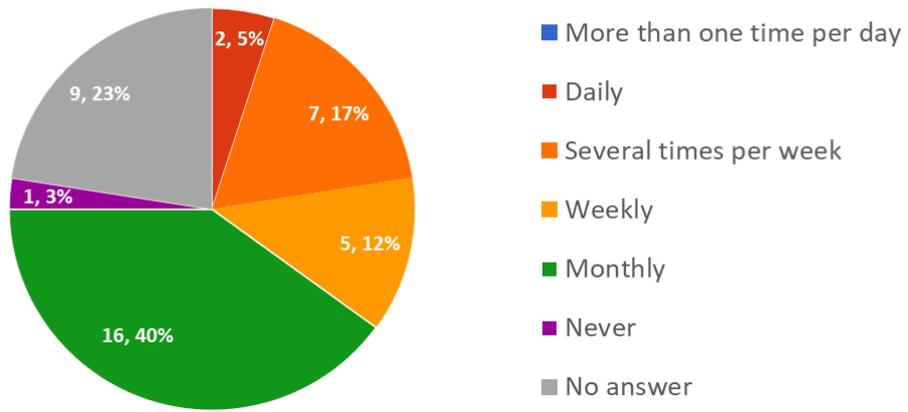
En ce qui concerne la durée des pratiques, la majorité des personnes interrogées ont déclaré s'adonner à des pratiques très courtes, d'une minute ou moins (Figure 18). Les pratiques d'une durée de 5 à 30 minutes sont réparties uniformément entre les enquêtes menées dans les différentes langues. Plus de 10 % des personnes interrogées dans les enquêtes en anglais et en turc ont déclaré s'être livrées à des pratiques plus longues, d'une durée de 60 minutes. Quelques personnes ont également pratiqué pendant plus d'une heure dans toutes les enquêtes.

En ce qui concerne la durée de la pratique, la majorité des personnes interrogées ont déclaré pratiquer depuis un an ou moins (Figure 19). En général, environ la moitié des personnes interrogées pratiquent depuis un an ou moins, ce qui n'est pas surprenant puisque l'enquête s'adressait principalement à des étudiants. L'enquête lituanienne indique la période de pratique la plus courte, mais une grande partie des personnes interrogées pratiquent depuis 2 ou 3 ans. Dans toutes les enquêtes, quelques personnes pratiquent depuis plus de 20 ans.

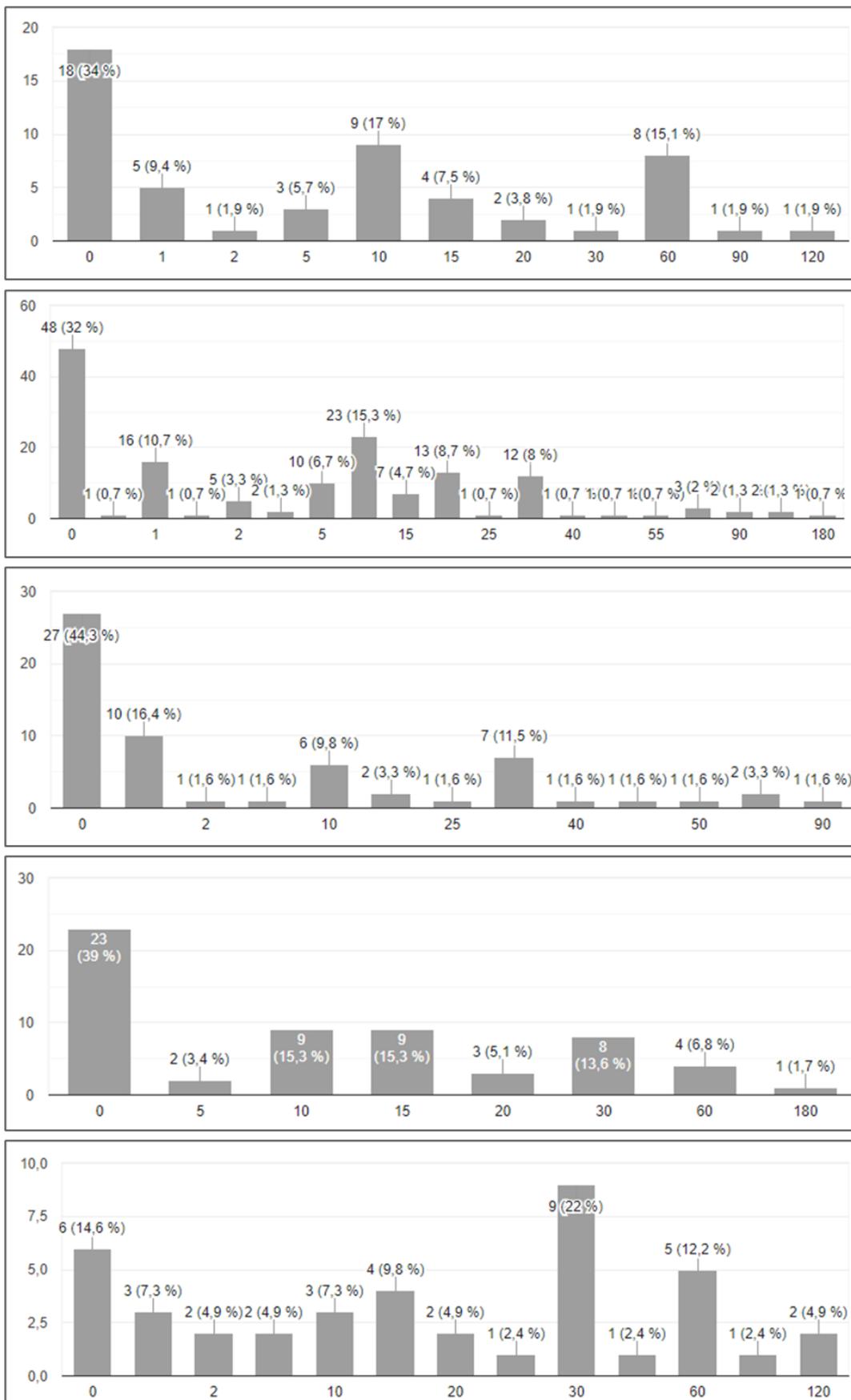


**Figure 17a** - A quelle fréquence pratiquez-vous ? Répartition des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de gauche à droite) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc.

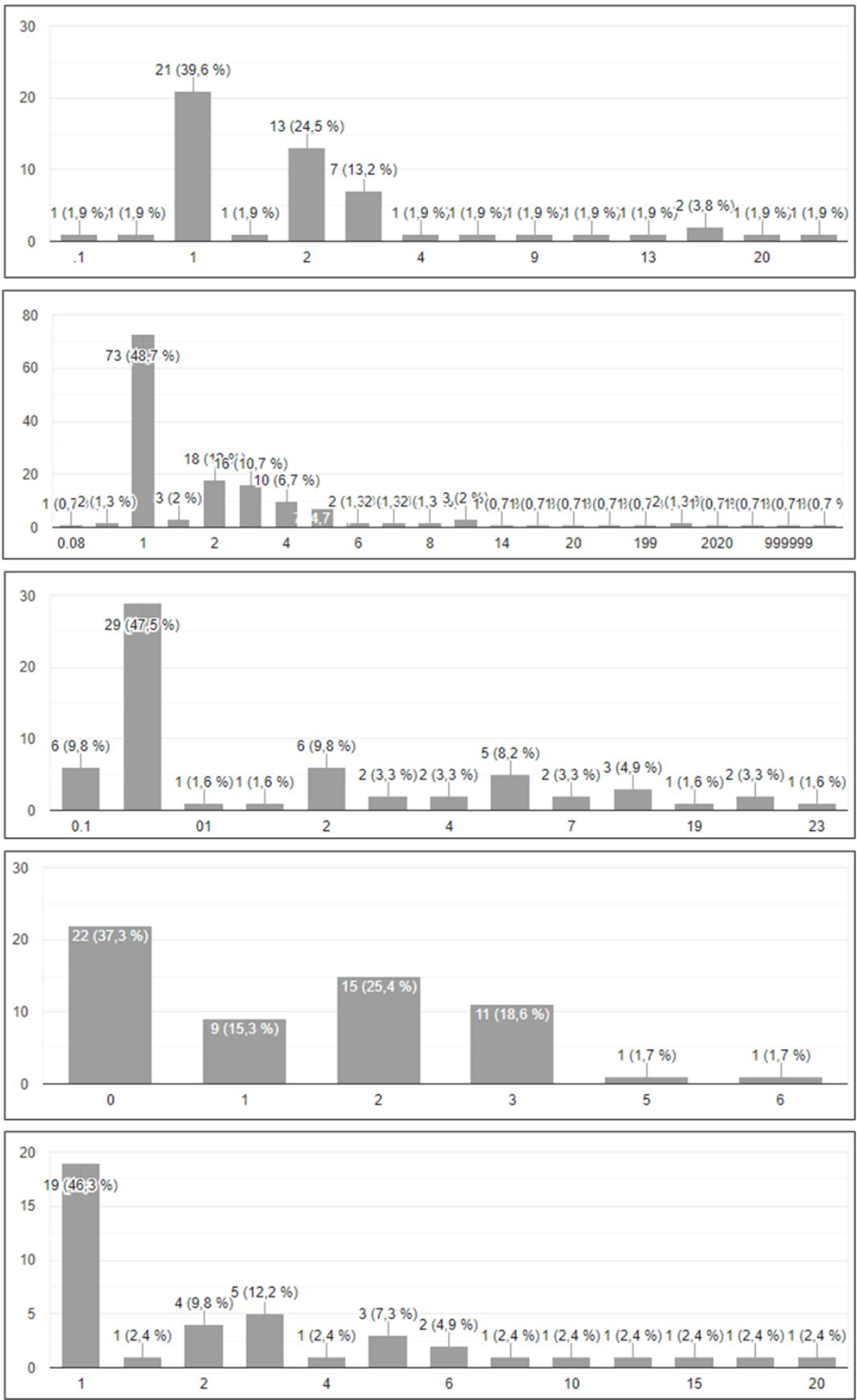
### Frequency of practice



**Figure 17b** - A quelle fréquence pratiquez-vous ? Répartition des réponses (%) dans l'enquête portugaise.



**Figure 18** - Combien de temps pratiquez-vous lorsque vous le faites ? Répartition de la fréquence des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de haut en bas) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc.



**Figure 19** - Depuis combien d'années exercez-vous ? Répartition de la fréquence des réponses (%) entre les langues de l'enquête (de haut en bas) : Anglais, Français, Italien, Lituanien et Turc.

## Conclusion

L'enquête menée dans le cadre du projet MP4s constitue la première étape d'une réflexion approfondie sur les défis et les préoccupations émotionnelles des apprenants. Son objectif est d'approfondir les contributions personnelles des apprenants à la réalisation des objectifs de développement durable (ODDs/SDGs) et d'exploiter leur potentiel existant de réalisation personnelle. Cette étude ne se contente pas de répéter les recherches et les conclusions d'autres auteurs. Elle apporte un éclairage unique sur les émotions et les sentiments des étudiants concernant la mise en œuvre des ODDs/SDGs, tout en mettant en évidence l'importance des Objectifs de Développement Intérieurs (IDGs) dans la réalisation de ces ODDs/SDGs.

Plus de 600 personnes ont participé à l'enquête, dont plus de deux tiers sont des femmes et la majorité d'entre elles ont moins de 24 ans. De nombreux répondants sont activement engagés dans des processus d'auto-développement et de prise de conscience, motivés par leur désir d'appliquer leurs expériences personnelles de manière ciblée dans des activités pratiques.

Pour la majorité des répondants (à l'exception des italiens et des portugais), l'objectif de l'ODD/SDG "Action pour le climat" (ODD/SDG13) est mentionné le plus fréquemment. Parmi les autres objectifs pertinents pour les jeunes figurent l'égalité des sexes (ODD/SDG 5), la santé et le bien-être (ODD/SDG 3), l'éducation (ODD/SDG 4) et la consommation responsable (ODD/SDG 12), à l'exception des Lituanais qui ont également mis l'accent sur l'éradication de la pauvreté (ODD/SDG 1).

Pour la plupart des répondants, l'ODD/SDG 13 suscite un intérêt ou une vigilance qui peut conduire à des actions spécifiques dans ce domaine. À l'inverse, les émotions négatives dominantes telles que la peur, la tristesse et la colère peuvent potentiellement conduire les jeunes à la résignation, mettant ainsi en péril la réalisation de cet objectif.

Les IDGs les plus importants qui doivent être développés pour atteindre les ODDs/SDGs et les objectifs de l'Agenda 2030 englobent le sens des responsabilités et l'engagement pour le bien commun, la pensée critique, la bienveillance dans les relations avec soi-même et avec les autres, la capacité d'écouter et de favoriser le dialogue, et le courage de défendre des valeurs et de prendre des mesures.

Les résultats de l'enquête démontrent le besoin de soutien des apprenants et réaffirment l'engagement de l'équipe du projet à poursuivre ses efforts. La majorité des personnes interrogées se déclarent insatisfaites de l'état actuel des affaires mondiales, de la mise en œuvre des ODDs/SDGs et du niveau actuel de sécurité dans le monde. L'intégration des ODDs/SDGs et des IDGs est cruciale pour combler le fossé entre les responsabilités individuelles et sociales. L'enquête met en évidence le besoin pressant d'une adoption généralisée des pratiques de pleine conscience et de la création du programme SIT4PLANET et de la plateforme Moodle pour faciliter l'échange de connaissances, d'expériences, d'émotions et d'actions potentielles. Le cadre proposé par [Wamsler et al.](#) (2018) positionne la pleine conscience au sein de la science de la durabilité, offrant la possibilité de comprendre de manière nuancée, d'inspirer l'action et d'améliorer le changement durable.