

Les émotions dans la classe ça existe



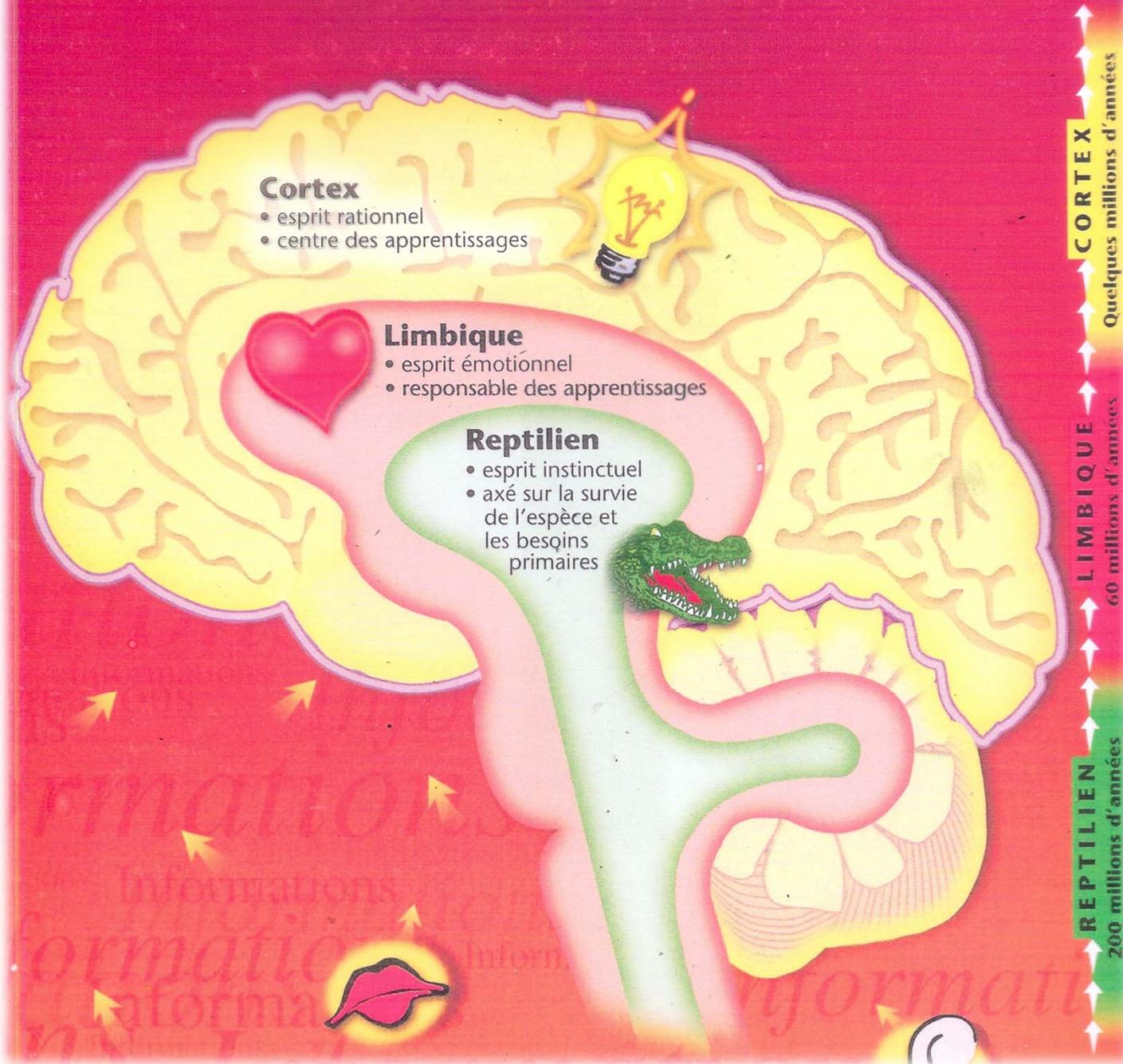
Partie 1

**POURQUOI S'INTÉRESSER AUX ÉMOTIONS
DANS L'ÉCOLE, DANS L'APPRENTISSAGE ,
EN TANT QUE PROFESSIONNEL ?**

La culture des émotions?

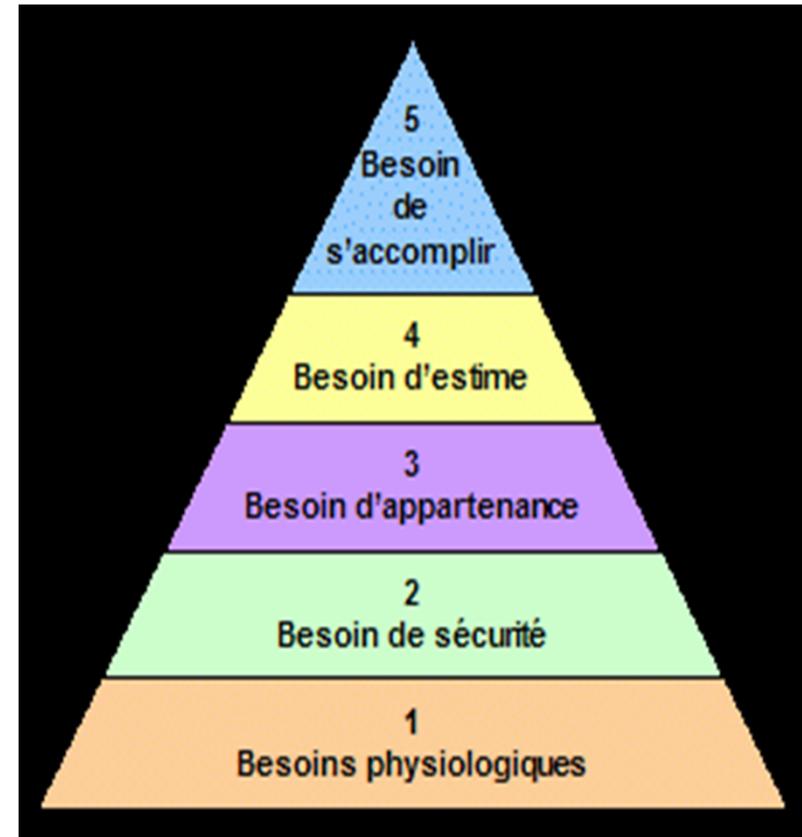
- Y a-t-il une culture des émotions dans l'école ou au travail aujourd'hui?
- Si oui comment la définir?
- Comment vous situez-vous par rapport à cette culture?
- Quelle est la place des émotions chez les apprenants, chez les personnes en situation de handicap?
- En fonction de la culture d'appartenance, de l'époque comment la définiriez-vous aujourd'hui?

L'évolution du cerveau



La pyramide des besoins (Maslow)

6. Tendre vers l'immortalité, l'éternité, souhait de rajeunir
5. Tendre vers l'épanouissement
4. Se sentir reconnu
3. Se sentir accepté par le groupe
2. Se protéger contre les dangers
1. Survivre



+ on monte dans la pyramide + la motivation est importante

Du côté des apprenants
et/ou des personnes en
situation de handicap

L'apprentissage: générateur d'émotion

- On arrive en classe avec ses émotions
- Apprendre c'est aussi se tromper
- Apprendre c'est aussi être évalué
- Apprendre c'est aussi pouvoir se faire confiance
- Apprendre c'est parfois persévérer
- ➔ L'apprentissage est générateur d'émotions positives et négatives

Quid des personnes qui ont des difficultés d'apprentissage et ou un handicap?

- Le handicap peut être social, émotionnel et/ou relationnel
- Les apprenants qui présentent de difficultés d'apprentissage sont encore plus sensibles que les autres à l'aspect émotionnel

Apprendre: Comment ça marche ?

INCONSCIEMMENT - INCOMPÉTENT

Je ne sais pas que je ne sais pas

Phase de questionnement

On n'a pas encore besoin de la nouvelle connaissance. *Confortable*

CONSCIEMMENT - INCOMPÉTENT

Je sais que je ne sais pas

Phase de levier

On se plonge dans l'apprentissage, c'est tout nouveau, difficile et fatigant. *Inconfortable*

CONSCIEMMENT - COMPÉTENT

Je sais que je sais

Phase d'acquisition

On corrige nos erreurs en s'entraînant, on prend du plaisir car on y arrive. *Très valorisant*

INCONSCIEMMENT - COMPÉTENT

Je ne sais plus que je sais

Phase de transfert

Quel plaisir! On ne doit plus réfléchir pour le faire, c'est devenu trop facile! On peut passer à l'étape suivante (vers un nouvel apprentissage). Chouette!

On se sent intelligent car on progresse.

Très valorisant et confortable

Et quand on a des troubles d'apprentissage ?

INCONSCIEMMENT - INCOMPÉTENT

Je ne sais pas que je ne sais pas

Phase de questionnement

Je ne connais pas encore mes tables de multiplication, mais comme j'ai 5 ans, je n'en ai pas besoin pour l'instant.

CONSCIEMMENT - INCOMPÉTENT

Je sais que je ne sais pas

Phase de levier

J'ai 8 ans, je dois les apprendre, c'est difficile parce que je les confonds.

CONSCIEMMENT - COMPÉTENT

Je sais que je sais

Phase d'acquisition

Je corrige mes erreurs en m'entraînant, je suis fier quand j'y arrive.

J'ai besoin de plus de temps que les autres. Ça reste difficile, je dois continuer à sans cesse faire attention pour éviter de me tromper. C'est fatigant!

CONSCIEMMENT – INCOMPÉTENT /

~~Je ne sais plus que je sais~~ **COMPÉTENT**

Phase de transfert

Souvent, je me décourage et je me sens nul! J'ai l'impression que je n'y arriverai jamais! Alors, je me mets à détester l'école...

➤ **L'apprentissage n'est pas automatisé**

L'apprentissage: générateur de relations

- On apprend pas sans [relation pédagogique](#)
- Dans une classe on apprend en interaction avec les autres
- L'implication sociale, le soutien du groupe de pairs a un impact important sur l'apprentissage à tout âge

Compétences émotionnelles: modérateur d'effet délétères de l'émotion dans l'apprentissage

- Etude de [Petrides et Furhnam](#) (2004)
- Compétences émotionnelles et [intelligence](#)
- Impact sur la relation [pédagogique](#)
- Lien avec la [réussite](#) académique
- Evite la mise en place de stratégies de régulation [dysfonctionnelle](#)
- Impact sur la gestion du stress (Mikolajczak 2006)
- Impact sur la capacité à se mettre au travail (Leroy 2010)

Comment fonctionne le cerveau de l'apprenant quand il a un sentiment d'échec ?

Le raisonnement (néocortex)

Je dois rendre ce travail.

Tous ces idées se ressemblent, je les confonds.

L'émotionnel (cerveau limbique)

Je sens que je n'y arriverai pas, c'est trop difficile.

Je me sens nul, je m'énerve, je pleure, je ne sais plus me concentrer.

Je hais l'école, je suis trop bête, je me déteste.

J'ai honte d'être comme je suis! Je n'en peux plus!

L'instinctif (cerveau reptilien)

J'arrête de m'investir en classe, j'abandonne.

J'essaye de me sentir meilleur dans d'autres domaines: sport, dessin, mouvement de jeunesse...

Parfois, en classe, j'essaye de faire rire les copains... pour exister.

Je développe des troubles du comportement.



Du côté de l'intervenant...

Comment fonctionne le cerveau de l'intervenant quand il a un sentiment d'échec ?

Le raisonnement (néocortex)

*Je voudrais que mes élèves s'investissent dans ce travail.
Comment les aider à y arriver?*

L'émotionnel (cerveau limbique)

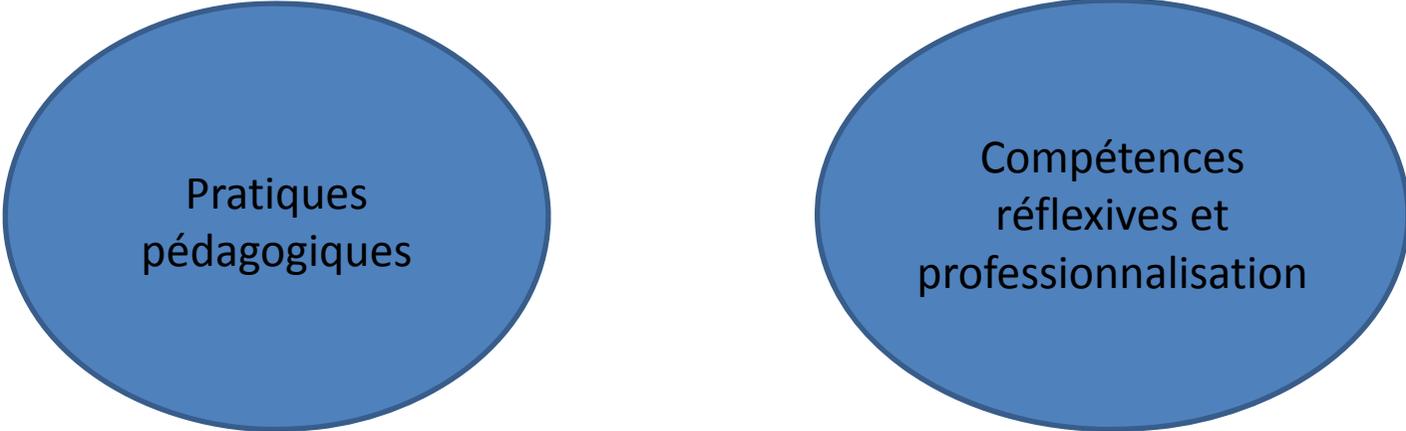
*Je sens que je n'y arriverai pas avec tous mes élèves.
Je ne parviens pas à me mettre à leur place.
Je me sens nul, je m'énerve, je perds mes moyens.
Arrivé chez moi, il m'arrive de pleurer.
Je ne me sens pas fait pour le métier d'enseignant, je suis trop bête, je me déteste.
J'ai honte! Je n'en peux plus!*

L'instinctif (cerveau reptilien)

*J'ai besoin de repos...
Je décide d'avancer avec les « bons » élèves, j'ignore les mauvais.*



Deux domaines à considérer



Pratiques
pédagogiques

Compétences
réflexives et
professionnalisation

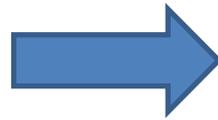
Travail de Caroline Letor

Du coté de l'intervenant

- Des constats
 - Travailler avec des personnes qui sont en difficultés émotionnelles ou qui ont un vécu lourd est sollicitant
 - Dans l'enseignement, une étude récente a mis en évidence que la raison majeure du décrochage des jeunes enseignants est qu'ils ne peuvent gérer la charge émotionnelle.

DES CLÉS POUR COMPRENDRE

Vie émotionnelle



Emotions





Les compétences émotionnelles

Thomas, encore un fois tu perds beaucoup de points pour des détails. Tu dois être plus attentif et travailler davantage

5/20

	Pour Thomas	Pour le prof
	CE intrapersonnelles	CE interpersonnelles
Identification	Je n'arrive plus à écouter, je suis énervé , j'ai envie de pleurer, je sens comme un vide en moi, je suis triste et en colère	Thomas n'a pas l'air bien, il a les yeux qui brille, il semble découragé, il doit être triste
Expression	Je peux dire poliment au professeur que sa remarque me touche , que je suis triste	Je peux écouter le ressenti de Thomas et accepter son mécontentement
Compréhension	Je suis en colère parce que je ne me sens pas reconnu dans mes difficultés et dans mon travail (alors que je me suis investi)	Je comprends que Thomas ne s'est pas senti reconnu dans ses difficultés, qu'il ne fait pas exprès de faire des erreurs orthographiques
Régulation	Je ne quitte pas la classe ou n'insulte pas le prof, je ne mets pas à pleurer devant tous les autres	J'aide Thomas à maîtriser sa colère, je le félicite pour mettre en avant ses compétences dans d'autres domaines.
Utilisation	Dans l'avenir, je sais que je peux mettre en place des moyens pour mieux faire reconnaître mon travail et mes difficultés	Je mets en place avec Thomas et sa logopède des techniques ou des codes pour qu'il se relise davantage afin de perdre moins de points.

Vous et les compétences émotionnelles

Remplissez dans un premier temps le petit questionnaire ci-dessous

Certains items vous paraissent-ils ambigus?
Voyez-vous sans problème à quelle compétence ils font référence?

Partie 3

COMMENT DÉVELOPPER NOS COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES ?