Année universitaire 2020 - 2021

Master Métiers de l'enseignement, de l'éducation et de la formation

Les émotions à l'école :

Vers une socialisation ?

Sous la direction de Monsieur Sébastien Ramé,

Maitre de conférences à l'Université de Poitiers

Sommaire

Introduction 1

1. Approche psycho-sociale : Les émotions participent à la construction identitaire 4

1.1. Les émotions favorisent le développement personnel 4

1.1.1. Leur fonctionnement physiologique 4

1.1.2. Leurs bénéfices sur les plans psychologique et cognitif 6

1.2. Les émotions sont des vecteurs du vivre ensemble 8

1.2.1. Une approche par l'intelligence émotionnelle 8

1.2.2. Les émotions et le développement de l'empathie : témoignages des professeurs des écoles…. ..9

2. Approche éducative : les émotions font partie intégrante de l'apprentissage en milieu scolaire 12

2.1. L'expression des émotions permet de se construire comme personne singulière au sein d'une classe 12

2.1.1. L'approche des émotions en classe : retours d'expériences de professeurs des écoles 13

2.1.2. Les effets d'un travail sur les émotions sur une classe : exemple d'un atelier d'expression des émotions en GS 15

2.2. (Mais) L'expression des émotions nécessite d'être régulée pour favoriser un bon climat scolaire 17

2.2.1. L'effet de contagion émotionnelle 17

2.2.2. Exemples de pratiques de régulation mises en place 19

3. Approche sociologique : Le rôle des émotions dans la prévention de la violence en milieu scolaire 21

3.1. Les débordements d'émotions sont source de violence 21

3.1.1. Les types de manifestation de violence à l'école 21

3.1.2. Les facteurs de violence 22

3.2. L'apprentissage des émotions en classe prévient l'expression des violences 24

3.2.1. C'est ce qu'en témoignent les enseignants interrogés 24

3.2.2 Corrélation entre environnement social et violences en milieu scolaire 26

Conclusion : 29

Bibliographie & Sitographie 32

Annexes 34

Résumé

Soutenu par mon expérience en maternelle, ce travail de recherche permet de comprendre le lien entre émotions et socialisation, au travers d'une approche psychosociale portée sur le rôle des émotions dans la construction identitaire, une approche éducative axée sur leur place dans les apprentissages et une approche sociologique mettant au cœur du débat les émotions dans la prévention de la violence à l'école. Une enquête terrain d'envergure appuie cette analyse.

Remerciements

Je remercie mon directeur de mémoire, Monsieur Sébastien Ramé, professeur à l'INSPE, pour son accompagnement et ses précieux conseils.

Je remercie mes formatrices, Mesdames Sandrine Diebolt et Stéphanie Renault pour leur disponibilité, leur bienveillance et leur professionnalisme.

Je remercie mes collègues de l'école pour leur soutien et leur patience.

Je remercie les 161 professeurs des écoles pour leur participation réactive à mon travail d'enquête terrain ainsi que pour leurs riches recommandations.

Enfin, je remercie mes élèves pour la transmission de leurs émotions positives par leur énergie et leur bonne humeur.

Vous avez éclairé le chemin de ma formation.

Introduction

« Les émotions ce sont des fantômes qui viennent dans notre corps et qui nous font ressentir des choses. Quand on a un fantôme dans notre corps, soit on sourit, soit on pleure, soit on est tout rouge ».

Cette définition très personnelle, spontanément donnée par un enfant de ma classe alors que j'abordais la notion d'émotions, révèle un fait certain : les émotions nous transportent et nous rendent vivant mais sont difficilement appréhendables puisqu'elles peuvent être imprévisibles et insaisissables. Si elles sont porteuses de réussites et de dépassements personnels, elles peuvent aussi être contreproductives si elles ne sont pas comprises et régulées.

En tant que professeure des écoles stagiaire dans une classe de Grande Section, j'ai d'abord été surprise de constater l'importance du thème des émotions dans les programmes scolaires. Je me suis ensuite très rapidement rendu compte de la place qu'occupent les manifestations des émotions chez des enfants de 5-6 ans. En effet, la classe est souvent submergée par la colère d'un enfant ou la joie d'un autre du fait d'un phénomène de contagion émotionnelle pas toujours facile à réguler. Mes journées à l'école sont rythmées par des cris, des pleurs et des rires et mon cahier journal peut être totalement remis en question rien qu'en voyant l'émotion qui apparait sur le visage de certains enfants tout juste arrivés à l'école.

J'ai compris combien il est difficile pour des enfants si jeunes de comprendre ce qu'ils ressentent et de pouvoir l'exprimer à un adulte ou à un camarade. De ce fait, ils se retrouvent trop souvent dépassés voire envahis par leurs émotions, sans réussir à les reconnaitre et encore moins à les réguler.

Mais que sont les émotions ? Quand on se pose la question, nous savons appréhender ce que représente cette notion, mais lorsqu'il s'agit d'en donner une définition précise, cela devient plus complexe. Dans ma compréhension, l'émotion est une vibration intérieure, c'est ce qui nous rend vivant. Il m'a fallu revenir à la racine latine du mot pour en comprendre tout le sens, « emovere », c'est ce qui nous « met en mouvement ». Les émotions sont des réactions à des stimuli affectifs, environnementaux ou psychologiques. Elles sont partagées par tous les êtres humains mais leur ressenti diffère en fonction du passé, de l'intellect et de l'état psychologique de chacun.

L'émergence des émotions dans les sciences sociales remonte à la fin du XIXème siècle, mais ce n'est que récemment, depuis une trentaine d'années, que l'étude des émotions dans le champ scolaire s'affirme comme une thématique majeure dans la recherche sur les apprentissages.

En effet, la connaissance des émotions, l'écoute et la gestion de celles-ci sont présentes à tous les niveaux et dans plusieurs domaines des programmes scolaires, notamment dans celui du cycle 1 qui doit amener l'enfant à exprimer ses émotions afin de « se construire comme personne singulière au sein d'un groupe ».

L'école maternelle structure les apprentissages autour d'un enjeu de formation central pour les enfants : « Apprendre ensemble et vivre ensemble ». Ainsi l'enseignant doit permettre la socialisation de ces jeunes enfants. En effet, le Référentiel de Compétences des Métiers du Professorat et de l'Education pointe que l'enseignant doit « organiser et assurer un mode de fonctionnement du groupe favorisant l'apprentissage et la socialisation des élèves ».

La socialisation désigne, selon le CNRTL en ligne, « le processus d'adaptation de l'enfant à la vie en société, aux rapports sociaux ». C'est donc l'acquisition des normes, des valeurs et des rôles sociaux qui régissent la vie en société.

La thématique des émotions fait partie de cette acquisition : une meilleure compréhension de ses propres ressentis et des manifestations de ceux des autres participe à la socialisation des enfants. Cependant, avec de très jeunes individus, de moins de 6 ans, cet apprentissage se confronte à un stade de leur développement qui ne leur permet pas d'être dans une pleine conscience de lui-même et des autres. En effet, selon Jean Piaget, psychologue suisse qui s'est intéressé au développement cognitif des enfants, la pensée se construit par stade. Entre 2 et 7 ans, les enfants sont dans le stade pré-opératoire qui se manifeste notamment par une pensée égocentrique, ce qui signifie qu'ils sont principalement focalisés sur leur intérêt personnel, dans un comportement peu altruiste.

La verbalisation des émotions est un sujet particulièrement d'actualité du fait de son étroite relation avec l'éducation positive et bienveillante. Par l'identification et l'expression conscientisée des émotions on attend de l'enfant qu'il soit en capacité de préciser la nature de ce qu'il ressent, afin de la faire connaitre aux autres. La prise en compte de ces émotions par l'enseignant et le retour sur soi de l'enfant renforcent une pédagogie individualisée centrée sur les besoins des élèves.

Mais cette approche centrée sur l'intérêt individuel s'exerce dans un collectif de classe qui nécessite de prendre également en considération l'intérêt général, le professeur des écoles étant sans cesse dans cette recherche du meilleur équilibre entre individu et groupe.

Ainsi, dans ce travail axé sur l'approche des émotions en classe, nous nous demanderons **comment favoriser l'expression des émotions, bénéfiques à la socialisation de l'enfant alors qu'il y a nécessité de les réguler pour garantir au collectif les conditions nécessaires aux apprentissages ?**

Pour répondre à cette problématique, trois hypothèses fondamentales seront mises en réflexion. Dans un premier temps nous vérifierons, sur le plan psycho-social, que les émotions favorisent la construction identitaire de l'enfant, du point de vue de son développement personnel et de celui de sa socialisation. Suite à cela, nous considérerons l'importance de l'expression et de la conscientisation des émotions dans l'approche éducative en milieu scolaire, permettant ainsi à l'enfant de se construire comme personne singulière au sein d'un groupe mais avec la nécessité de réguler la manifestation de ses émotions pour garantir au collectif les conditions nécessaires à l'apprentissage. Enfin, plus spécifiquement, d'un point de vue davantage sociologique, nous tenterons de valider l'hypothèse selon laquelle la sensibilisation et la gestion des émotions participent à la prévention des violences scolaires.

Ces postulats auront pour terrain d'étude une classe de 23 élèves de grande section au sein de l'école primaire publique Claudie Haigneré à Châtellerault, groupe scolaire situé au sein d'un quartier prioritaire de la politique de la ville, ce qui signifie qu'il bénéficie d'un ensemble d'actions de l'état visant à revaloriser ce quartier urbain dit « sensible » et à réduire les inégalités sociales entre les territoires. Le public inscrit comprend un grand nombre d'enfants d'origine sociale dite défavorisée. La violence est ressentie par le corps enseignant comme un sujet de préoccupation majeur.

Les éléments récoltés sur cette approche terrain seront croisés d'une part, avec des informations recueillies via des ouvrages professionnels et des recherches scientifiques et d'autre part, avec les retours d'expériences de professeurs des écoles captés au travers d'un questionnaire adressant 161 d'entre eux. En effet, afin de pouvoir vérifier, entre autre, mon hypothèse selon laquelle les enfants en capacité d'identifier leurs émotions, notamment la peur et la colère, peuvent mieux les contrôler et ainsi limiter les actes de violence dans la classe ou dans la cour de récréation, j'ai fait le choix de mener une enquête auprès d'un échantillon représentatif de professeurs des écoles, de cycle 1, 2 et 3, portant sur leurs pratiques quant à l'approche des émotions en classe ainsi que sur l'impact qu'ils peuvent en mesurer sur la prévention de comportements déviants. Le détail de cette enquête figure en annexe 1.

Ses résultats se sont par ailleurs révélés être une source très riche de conseils de la part de mes pairs, pour la professionnelle en devenir que je suis. Je citerai ceux qui me paraissent être les plus pertinents pour conclure ce travail.

1. Approche psycho-sociale : Les émotions participent à la construction identitaire

Luminet[1], professeur de psychologie de la santé, définit les émotions comme des états de courte durée, allant de quelques secondes à plusieurs minutes, influencés par une situation. Ces ressentis psychologiques impliquant des répercussions physiques (larmes, cris, sourires, sueurs…) différent de l'humeur, de plus longue durée, influencée par des événements pas forcément identifiables. Il faut également les distinguer du sentiment qui est l'émotion vécue par l'individu. L'émotion concerne le corps et s'exprime par des sensations corporelles alors que le sentiment concerne et s'exprime par la pensée. Pour finir, ce terme est souvent associé au tempérament mais celui-ci constitue en fait une base, avec la tendance naturelle à éprouver un certain type d'émotion. Selon Paul Ekman[2], psychologue américain, il existe des émotions primaires qui sont biologiques et universelles (la joie, la colère, la peur, la tristesse, le dégout et la surprise) et des émotions secondaires (la timidité, la fierté, la gratitude, la honte).

Ainsi entre joie, surprise, colère, anxiété, détresse, nos corps sont sans cesse gouvernés par nos émotions. Il parait donc nécessaire de les comprendre, de les identifier voir même de les exprimer afin qu'elles deviennent un facteur de développement personnel et d'intégration dans la société. En effet, comprendre ce que l'on ressent est un premier pas vers la compréhension de soi et de son propre fonctionnement. Outre cette prise de conscience identitaire, les émotions sont un support indéniable de socialisation et donc du vivre ensemble.

1.1. Les émotions favorisent le développement personnel

Les émotions sont directement ressenties par notre corps. En tant que professeur des écoles, il est nécessaire d'avoir quelques connaissances biologiques et physiologiques sur leur lien fonctionnel avec l'organisme et sur leurs manifestations et de comprendre en quoi elles sont bénéfiques pour le bien-être physique et le développement psychologique des enfants.

1.1.1. Leur fonctionnement physiologique

Outre l'expressivité corporelle qui en découle, les émotions relève du fonctionnement humain puisqu'elles prennent forme dans notre cerveau, au sein du cortex et plus précisément dans le système limbique, communément appelé « cerveau émotionnel ». Cette partie du cerveau nous fait ressentir

[1] Moira Mikolajczak, « Les émotions » dans *Les compétences émotionnelles*, 2014.
[2] Paul Ekman, "Emotions across cultures", Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life, 2007.

l'agréable, le désagréable et la vaste panoplie d'émotions. En effet, l'information ressentie par l'individu arrive dans un premier temps au niveau du thalamus, grande zone de sélection, puis elle est envoyée dans les différentes zones du cortex liées à nos sens ainsi que sur les amygdales. Cet organe, détectant les évènements nouveaux, se situe au niveau de l'hippocampe dans le système limbique qui joue un rôle primordial dans la mémoire. C'est à cet endroit que naissent les émotions. Les informations se dirigent ensuite vers l'hypothalamus à l'origine du système nerveux autonome et celui-ci retranscrit les effets des émotions sur l'organisme. A partir de là, les émotions sont fonctions de réceptions d'informations, elles facilitent l'action et la prise de décision d'un individu.

Les émotions se manifestent au niveau physiologique et biologique, elles modifient l'activité cérébrale et peuvent impacter le système sympathique avec l'augmentation du rythme cardiaque, de la respiration, de la température, … Au travers de ces modifications, elles poussent à l'action, par exemple la colère incite à frapper (augmentation du flux sanguin). Il est essentiel, en tant qu'enseignant, de comprendre ce fonctionnement biologique afin de mieux comprendre les attitudes des enfants et de pouvoir les appréhender au mieux.

Les effets des émotions sont contrôlés lorsque l'information atteint le cortex visuel. C'est donc au sein du cerveau, siège de la réflexion, que l'individu peut, en partie, réguler ses ressentis. La pensée peut ainsi prendre le dessus sur les émotions, on dit qu'elle joue le rôle de stimuli. Prenons par exemple le cas d'un film angoissant, l'individu pourra se raisonner et contrôler sa peur en se rappelant que la situation n'est pas réellement vécue. En plus de se raisonner, l'individu peut évacuer la tension ou toute autre émotion négative, en pratiquant un sport, générant la production d'hormones appelées endorphines et à l'origine d'une sensation de bien-être, ou via la relaxation pour travailler sur sa respiration. Cette gestion du psychisme peut également se faire par l'expression de son expérience émotionnelle. Cette communication émotionnelle permet d'intégrer ses pensées et émotions de façon à les relier et à donner une cohérence aux évènements. Fabrice Brodard[3], enseignant et chercheur à l'Université de Lausanne, explique un facteur important dans l'expression et la régulation des émotions chez les enfants : ceux-ci gèrent mieux leurs émotions et les attitudes à avoir quand les adultes acceptent et encouragent les émotions négatives. Ainsi, plus les adultes, notamment les parents ou les enseignants, expriment leurs ressentis, plus les enfants peuvent développer les moyens nécessaires pour développer une meilleure gestion de leurs affects. Il est donc primordial d'en avoir conscience pour gérer les émotions dites négatives des enfants en classe et ainsi favoriser leurs conditions d'apprentissage…

[3] Fabrice Brodard, Vincent Quartier, Nicolas Favez, « Le développement du vécu et du traitement émotionnels au cours de l'enfance », *L'ouverture émotionnelle*, 2012.

Toutefois, il faut avoir conscience que cette régulation émotionnelle dépend avant tout du développement du cerveau de l'enfant. En effet, tant que le cerveau n'a pas atteint sa pleine maturité, les processus de gestion des émotions ne sont pas totalement aboutis et fonctionnels. Il nous faut donc comprendre que, physiologiquement, l'enfant n'a pas la même capacité de pouvoir gérer l'ensemble des situations et des émotions auxquelles il est confronté. On ne peut, de ce fait, pas attendre de lui qu'il réagisse comme un adulte. C'est pourquoi l'enfant réagit souvent spontanément, sans forcément réussir à prendre du recul sur la situation et à maitriser ses émotions.

1.1.2. Leurs bénéfices sur les plans psychologique et cognitif

Reconnaitre ses émotions permet à un individu d'apprendre de lui-même et de **développer son identité**, et ce dès le plus jeune âge. En effet, Patricia Paperman affirme que c'est « à travers l'émotionnalité, l'imagination, la sympathie, la compassion et des sentiments révélés du soi que les personnes parviennent à se connaitre » [4]. Louise Lafortune, Marie France Daniel, Pierre-André Doudin, Fransisco Pons et Ottavia Albanese soutiennent également cette idée en soulignant que l'apprentissage et l'expression des émotions participent à la première expérience de communication de l'être humain[5]. Ces auteurs notent également que c'est en exprimant ses émotions que le sujet peut les expliquer et ainsi mieux les comprendre lui permettant à terme de « mieux les situer dans un contexte et à les comparer aux représentations des autres ». De là, le sujet apprend de lui, de ses réactions et des symptômes propres à ses émotions. C'est ce qui va le définir, il construit son identité.

D'autre part, le sujet qui comprend ses réactions face à certains évènements et les symptômes propres à certaines émotions peut plus aisément apprendre à les contrôler et les réguler. Ses émotions peuvent donc être gages d'autonomie ; en effet, en percevant ses émotions ou leur absence, **le sujet devient plus autonome et libre** de se confronter ou non à la société, se constituant ainsi son libre arbitre.

Les émotions appartiennent au domaine du ressenti, tout comme l'art. Les arts réveillent nos émotions, en effet, on peut facilement ressentir de la tristesse à l'écoute d'une musique ou de la joie à la vue d'une peinture. Et les émotions peuvent, réciproquement, révéler notre créativité. Ainsi, en 1996, Jill Adaman et Paul Blaney, de l'Université de Miami, ont réalisé une expérience pour comprendre le lien entre les émotions et la créativité[6]. Pour cela, ils ont cherché à susciter des émotions chez une centaine d'étudiants en passant trois extraits musicaux d'une vingtaine de minutes. Le premier provoquait un état de joie, le second un état « neutre » et le dernier un état de tristesse.

[4] Patricia Paperman, « La question des émotions : du physique au social », *L'Homme et la société*, 1995.
[5] Louise Lafortune, Marie France Daniel, Pierre-André Doudin, Fransisco Pons et Ottavia Albanese, « Pédagogie et psychologie des émotions. Vers la compétence émotionnelle », 2009
[6] Jill Adaman et Paul Blaney, « Les effets de l'induction d'humeur musicale sur la créativité », Journal of Creative Behavior, Volume 29, numéro 2, pages 95 à 108.

Après cette écoute, la créativité était évaluée par une épreuve dans laquelle il s'agissait de proposer différentes utilisations d'un objet usuel. Les résultats ont montré que la créativité est plus importante lorsque les sujets ressentent des émotions intenses, qu'elles soient positives ou négatives que dans des situations émotionnelles neutres. L'émotion peut faire d'un sujet un être créatif.

De son côté, Isabelle Puozzo[7] fait le lien entre émotions, arts, et apprentissage puisque selon elle l'art favorise un état émotionnel positif qui permet d'augmenter la qualité de la performance. Elle explique que l'école est le lieu où l'émotion peut constituer « une entrave ou au contraire une aide forte à l'acquisition ». Pour elle, **l'émotion est ainsi un facteur non négligeable dans le processus d'apprentissage**. Il faut défaire les enfants des émotions qui « parasitent la performance ». Ces propos sont soutenus par ceux de Cléopâtre Montandon[8], sociologue de l'éducation, selon qui les émotions peuvent avoir une influence négative ou positive sur les apprentissages des enfants. Elles peuvent jouer un « rôle important dans l'organisation, la motivation et la poursuite de l'action ». La sociologue explique que les émotions positives permettent d'ancrer les apprentissages car cela favorise la mémorisation. En effet, comme nous l'avons vu plus haut, tout se joue dans l'hippocampe, région cérébrale essentielle pour l'apprentissage, la mémorisation et la régulation émotionnelle.

Inversement, certaines émotions empêchent d'apprendre, en effet pour certains enfants la charge émotionnelle est tellement psychiquement envahissante qu'ils ont du mal à développer leurs savoirs, leur autonomie et l'ouverture nécessaires à l'apprentissage. Ainsi un enfant en situation de bien-être sera bien plus disponible pour apprendre qu'un enfant en situation de stress permanent.

Dans l'enquête menée auprès de 161 professeurs des écoles, à la question ouverte concernant les effets positifs de l'apprentissage des émotions en classe, 16 enseignants déclarent spontanément que cet enseignement est bénéfique au développement de l'élève. Voici pour exemples, quelques-unes de leurs paroles.

« Un apport personnel surtout pour les enfants qui en mettant un nom sur ce qu'ils ressentent ont appris à mieux réagir. » (Cycle 1)

« Les élèves arrivent à mettre des mots sur leurs émotions et ainsi comprendre certaines de leurs difficultés et frustrations. Leur rapport à l'erreur est également dédramatisé. » (Cycle1)

« Meilleure prise de conscience de son comportement et de l'émotion associée, modification de ce comportement. » (Cycle 2)

« Cela permet de mettre des mots sur les émotions, donc d'en prendre conscience, de les regarder, les analyser, essayer de les maîtriser, permet de comprendre que je ressens une émotion parfois différente de celle de l'autre. » (Cycle 2)

[7] Isabelle Puozzo, « Pédagogie de la créativité : de l'émotion à l'apprentissage », *Education et socialisation*.
[8] Cléopâtre Montandon, « La Socialisation des émotions: un champ nouveau pour la sociologie de l'éducation », *Revue française de pédagogie*, volume 101, 1992.

1.2. Les émotions sont des vecteurs du vivre ensemble

Les émotions ne relèvent pas que de l'ordre de l'intime et du singulier même si on les ressent avant tout dans notre corps par ses manifestations physiques : comme nous l'avons vu, la joie, la colère, la peur, la tristesse, s'expriment dans nos corps, sur nos visages, et peuvent parfois nous déborder. Elles ne sont pas uniquement rattachées à une intériorité, elles se vivent également dans l'espace social et agissent sur les autres.

« A l'école, comme dans tout espace de vie collective, les corps parlent et les émotions y bouillonnent, souvent débordent chez les élèves comme chez les adultes ».[9]

Dès lors, les émotions sont des « faits sociaux » et participent à la socialisation des individus.,… Elles sont partageables, contagieuses même parfois, et se comprennent d'autant mieux qu'elles ont été éprouvées. Elles ont donc un caractère social. Emile Durkheim (2010)[10] a d'ailleurs inclus les émotions dans sa définition des faits sociaux lorsqu'il écrit que ces derniers sont « des manières d'agir, de penser et de sentir extérieures à l'individu, et qui sont douées d'un pouvoir de coercition en vertu duquel il s'impose à lui ».

Au cours de sa socialisation, l'enfant apprend à distinguer les émotions bienvenues de celles malvenues, voir défendues. Il existe donc implicitement des « règles de sentiments » qui orientent nos émotions en fonction des situations vécues. Ces règles peuvent varier d'une culture à l'autre.

1.2.1. Une approche par l'intelligence émotionnelle

Tout au long de sa vie, l'individu développe « une intelligence émotionnelle » soit une « habileté à percevoir et à exprimer les émotions, à les intégrer pour faciliter la pensée, à comprendre et à raisonner avec les émotions, ainsi qu'à réguler les émotions chez soi et chez les autres » (définition de Mayer & Salovey, 1997) lui permettant de contrôler ses émotions et celles des autres. Cette combinaison entre le rationnel et l'émotionnel se caractérise par une meilleure compréhension de ses propres émotions et donc le développement de son épanouissement personnel, de son bien-être, de la maitrise de son comportement, ainsi que par une meilleure compréhension des émotions des autres et donc l'adaptation aux situations et à terme une meilleure appréhension des conflits. Savoir utiliser ses émotions et ses sentiments, ainsi que ceux des autres, permet de distinguer toutes les informations pour orienter son comportement et ses pensées.

Christophe Haag, professeur en comportement organisationnel, a beaucoup travaillé cette question de l'intelligence émotionnelle aux Etats Unis, par le programme d'apprentissage SEL (Social and

[9] Omar Zanna, Bertrand Jarry, « Cultivez l'empathie à l'école », p13
[10] Emile Durkheim, « Les règles de la méthode sociologique », édition 2010.

Emotional Learning), apparu dans les années 90 et généralisé depuis à la moitié des écoles du pays. Ce système vise à éduquer émotionnellement les élèves durant toute leur scolarité, de la maternelle au lycée, en les encourageant à nouer des liens avec les autres, dans un souci de collaboration et d'interactions sociales. Pour cela, les élèves sont incités à exprimer leurs émotions et à communiquer aux autres leurs besoins et leurs intentions tout en prenant en compte les besoins d'autrui et en cherchant le consensus. C'est donc un programme axé sur une meilleure connaissance de soi et des autres, dans un équilibre intérêts individuels et intérêts collectifs. De nombreuses études démontrent les bienfaits de ce programme : les enfants qui l'ont suivi ont d'une part, développé leurs compétences émotionnelles par le biais d'une meilleure compréhension de leurs émotions et d'une meilleure régulation émotionnelle et d'autre part, sont moins sujets à la dépression, moins agressifs et violents et ont plus confiance en eux. Sur le plan social, les enfants comprennent davantage les émotions d'autrui, ils ont des relations plus apaisées avec leurs camarades, et sont de manière générale, plus respectueux de l'autre. Ils développent ainsi leurs « gouts de l'autre ».

Dans le projet des programmes et recommandations de l'école maternelle française de 2014, il est écrit que l'école maternelle « soutient et favorise un développement global des élèves à la fois affectif, social, sensoriel, moteur et cognitif, et elle les initie aux différents moyens d'expression et à des formes culturelles tout en contribuant à la construction de valeurs partagées […]. Dans les programmes, les enseignements sont organisés en domaines distincts mais cette distinction n'existe pas pour les élèves de l'école maternelle qui, au cours de leurs apprentissages, se mobilisent tout à la fois corporellement, affectivement et cognitivement. Ces différentes dimensions s'alimentent les unes les autres, de manière réciproque et non hiérarchisée » [11].

1.2.2. Les émotions et le développement de l'empathie : témoignages des professeurs des écoles

Comme nous venons de le voir, une approche éducative par la sensibilisation aux émotions se révèlent être un outil pour développer l'empathie, soit la faculté intuitive de se mettre à la place d'autrui, de percevoir ce qu'il ressent. Cette conscience de l'autre favorise et développe, entre autres, la socialisation des enfants, comme en témoignent les réponses des professeurs des écoles au questionnaire.

Ainsi, à la question fermée, « avez-vous pu mesurer l'impact de vos actions de sensibilisation [aux émotions] sur ? » proposant six réponses ; 57 enseignants, soit 40% des répondants ont indiqué que cela favorisait la socialisation des enfants. ***Voir figure 1 ci-dessous***. Soulignons que nous le ici de

[11] Projet de programme et recommandations école maternelle, Conseil supérieur des programmes, 2014, p4.

socialisation primaire qui se déroule de l'enfance à l'adolescence et pendant laquelle se construisent la personnalité et l'identité sociale d'un individu.

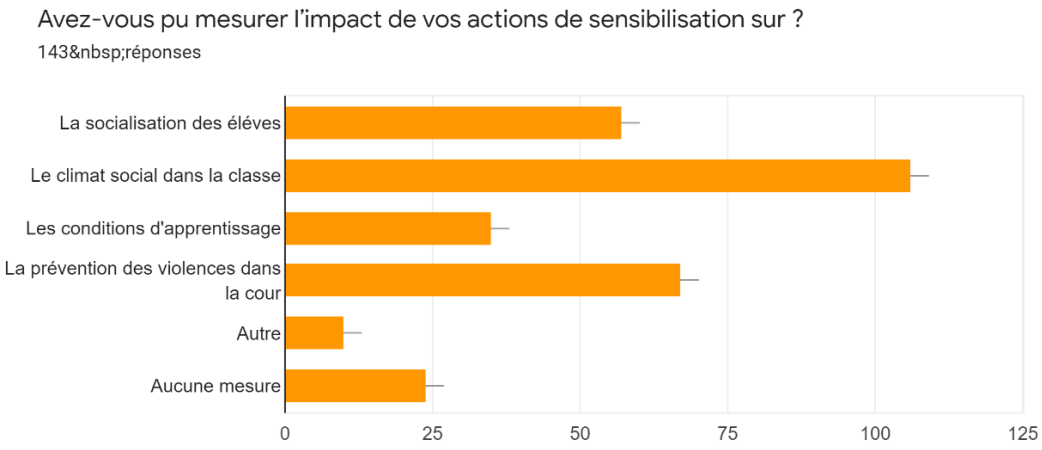


FIGURE 1: L'IMPACT DES ACTIONS DE SENSIBILISATION SUR LA SOCIALISATION DES ENFANTS

Les enseignants qui ont pu mesurer l'impact de leurs actions de sensibilisation aux émotions (70% de l'échantillon) ont été invités à qualifier sur une question ouverte les effets positifs rencontrés. Ainsi, 33 professeurs des écoles ont fait allusion à la notion d'empathie, dont 14 en employant spontanément ce terme. Voici quelques exemples de paroles recueillies.

« Les élèves ont acquis la capacité à ressentir de l'empathie. Ils envisagent le point de vue de l'autre et ont des références de comportement correct ou non. » (Cycle 1).

« Les enfants sont davantage capables d'identifier et d'exprimer leurs émotions mais aussi celles de leurs camarades. A plusieurs reprises, des élèves ont ainsi pu exprimer une émotion ou émis l'hypothèse qu'un autre élève devait ressentir telle émotion. Cela a permis de développer davantage d'empathie entre les élèves. » (Cycle 1)

« Exprimer ses sentiments (et en informer les autres) a permis de développer l'empathie, et d'essayer d'apprendre à adopter son comportement à l'attitude de l'autre, pour éviter de renforcer les émotions négatives (ex si un copain arrive en colère dès le matin, on ne va pas trop aller le solliciter, s'il est triste on essaie de le faire rire). » (Cycle1)

« Des élèves qui se connaissent mieux et se comprennent mieux » (Cycle 2)

« Les élèves expriment et acceptent leurs émotions, ils sont capables d'entendre celle des autres et de se mettre à leur place » (Cycle 3)

« Le travail des émotions guide les enfants vers l'empathie. Comprendre ce que je ressens me permet de comprendre ce que l'autre peut ressentir. Cette empathie est de plus en plus présente au fil de l'année grâce au travail combiné sur les émotions et le message clair » (Cycle 3)

Outre ces exemples, 14 enseignants ont exprimé les notions de bienveillance, de solidarité, d'entraide et d'acception de l'autre dans leurs témoignages.

« Les enfants sont solidaires entre eux. Lorsqu'il y a colère, on l'accepte mais on se calme et on en parle après. » (Cycle 1)

« Sur le moyen long terme, toutes les actions qui aident les enfants à mieux identifier, nommer leurs émotions, les accepter et les exprimer sans débordements sont bénéfiques à l'ambiance de la classe, l'entraide, la confiance ». (Cycle 2)

« Les élèves gèrent mieux leurs conflits, s'écoutent et s'entraident plus qu'en début d'année. » (Cycle 2)

Pour conclure sur cette première hypothèse de travail, à savoir que les émotions jouent un rôle dans la construction identitaire des enfants, par une approche psychosociale, nous avons cherché à vérifier, d'une part, le lien entre émotions et développement personnel et d'autre part la façon dont ces émotions favorisent le vivre ensemble. Il a été nécessaire en premier lieu de donner quelques éléments de compréhension des effets physiologiques des émotions sur l'organisme, pour permettre ensuite d'approcher leurs bénéfices sur un plan plus psychologique et cognitif. Dans un second temps, en s'appuyant sur la notion d'intelligence émotionnelle, nous avons mis en avant la dimension empathique des émotions comme facteur de socialisation.

Les nombreux témoignages des enseignants interrogés, illustrés ci-dessus par quelques morceaux choisis, confortent les recherches portées par les sociologues et pédagogues quant au bénéfice des actions de sensibilisation aux émotions, en milieu scolaire, sur le bien-être individuel et collectif des enfants.

Ainsi, être capable de gérer ses ressentis, d'atténuer les manifestations d'intenses émotions et de faire preuve d'empathie, permettent un « mieux vivre ensemble » dans un espace de vie collectif et plus spécifiquement, dans celui d'une classe, car, comme nous l'aborderons dans le chapitre suivant, le travail sur l'identification et l'expression des émotions favorise également un climat de classe propice à l'apprentissage, à condition que l'enseignant puisse réguler leur débordements et gérer les effets de contagion émotionnelle. En effet, l'enjeu est de trouver en permanence l'équilibre entre l'individu et le collectif, de permettre l'expression des sentiments personnels qui libère tout en garantissant le respect d'un collectif qui protège…

2. Approche éducative : les émotions font partie intégrante de l'apprentissage en milieu scolaire

La connaissance des émotions, l'écoute et la gestion de celles-ci sont présentes à tous les niveaux et dans plusieurs domaines des programmes scolaires. Il est dit, à ce sujet, dans le Socle Commun de Connaissances, de Compétences et de Culture, dans le domaine « Expression de la sensibilité et des opinions, respect des autres » que « l'élève [doit] exprimer ses sentiments et ses émotions en utilisant un vocabulaire précis. (…) Il est capable aussi de faire preuve d'empathie et de bienveillance ». Dès le cycle 1, l'enfant apprend à exprimer ses émotions afin de « se construire comme personne singulière au sein d'un groupe (…). Au fil des cycles, l'enseignant développe la capacité des enfants à identifier, exprimer verbalement leurs émotions et leurs sentiments. Il est attentif à ce que tous puissent développer leur estime de soi, s'entraider et partager avec les autres »[12]. La nécessité d'exprimer ses émotions est aussi évoquée au sein du domaine « Agir, s'exprimer et comprendre à travers les activités artistiques » puisque les enfants doivent être capables de « vivre et exprimer des émotions, de formuler des choix. Les enfants apprennent à mettre des mots sur leurs émotions, leurs sentiments, leurs impressions, et peu à peu, à exprimer leurs intentions ». Les émotions ont ainsi, toute leur place en classe, les enfants doivent savoir les reconnaître, les exprimer grâce à un vocabulaire précis.

2.1. L'expression des émotions permet de se construire comme personne singulière au sein d'une classe

Comme nous venons de l'aborder, la compréhension que l'enfant a des émotions a fait l'objet de nombreux travaux au cours des trente dernières années dans le domaine des sciences sociales. Plus récemment, plusieurs chercheurs ont présenté des travaux théoriques et empiriques issus non seulement de la psychologie du développement, mais aussi des sciences de l'éducation ; ils ont commencé à s'intéresser à la relation entre la compréhension que l'enfant a des émotions et la qualité de son intégration scolaire. Ces travaux montrent d'une part qu'il est possible d'aider un enfant à développer sa compréhension des émotions et que d'autre par cette compréhension a une incidence positive sur son intégration scolaire[13].

[12] Programmes de maternelle Bulletin officiel spécial n°2 du 26 mars 2015.
[13] Francisco Pons, Pierre-André Doudin, Paul L. Harris, Marc de Rosnay, « La compréhension des émotions, entre affect et intellect », 2005.

2.1.1. L'approche des émotions en classe : retours d'expériences de professeurs des écoles

J'ai souhaité m'instruire des pratiques professionnelles d'autres professeurs des écoles sur l'apprentissage des émotions dans leur classe, en cherchant d'abord à savoir si c'était un sujet travaillé, le cas échéant avec quelles émotions et avec quelle approche.

Ainsi, à la question « Avez-vous déjà travaillé le sujet des émotions en classe ? », une écrasante majorité a donné une réponse positive, (soit 143 des 161 enseignants interrogés), et ceci quel que soit le cycle d'enseignement.

FIGURE 2 : REPARTITION DES PE QUI ABORDENT OU NON LES EMOTIONS EN CLASSE

Concernant le choix des émotions enseignées, la très grande majorité des enseignants abordent la joie, la tristesse, la peur, la colère (entre 124 et 138 réponses) et moins la surprise (31) ou le dégout (25), les 4 émotions dominantes correspondant effectivement à celles inscrites dans les programmes scolaires : sur le domaine de l'éducation morale et civique, il est stipulé que les enfants doivent connaitre et reconnaitre « des émotions de base (peur, colère, tristesse, joie) ».

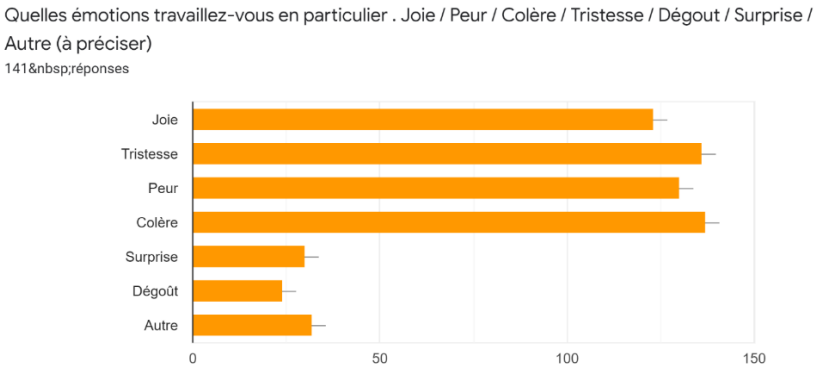


FIGURE 3 : LES EMOTIONS ENSEIGNEES EN CLASSE

Concernant les approches utilisées, les résultats montrent que 103 enseignants traitent le sujet sous forme de séquence, 56 le font par le biais d'un apprentissage ritualisé (chaque jour tout au long de

l'année ou sur une période), 35 utilisent les deux supports d'apprentissage et 7 n'utilisent ni l'un, ni l'autre, comme le montre la figure suivante :

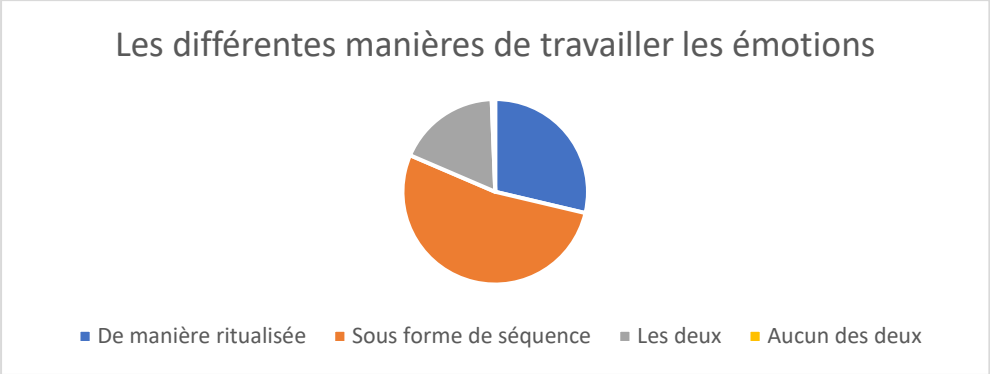


FIGURE 4 : LE TYPE D'APPROCHE UTILISE POUR TRAVAILLER LES EMOTIONS

Sur une question ouverte, les personnes interrogées ont eu à se prononcer sur la nature du support utilisé en classe pour travailler le sujet des émotions. Les réponses ont été très nombreuses et variées. Les enseignants traitent ce vaste sujet par le biais d'albums ; de débats dans le cadre de l'EMC ; d'œuvres d'art et de dessin ; de théâtre, de mimes et de jeux de rôle ; de messages clairs ; de danse ou de motricité ; de musique, de chants ou comptines ; de supports visuels ; de l'écriture ; de l'anglais et parfois par sollicitation d'intervenants externes.

Le croisement par cycle ne montre pas d'approche différentiée par niveau, chacun de ces supports étant utilisés sur toutes les classes.

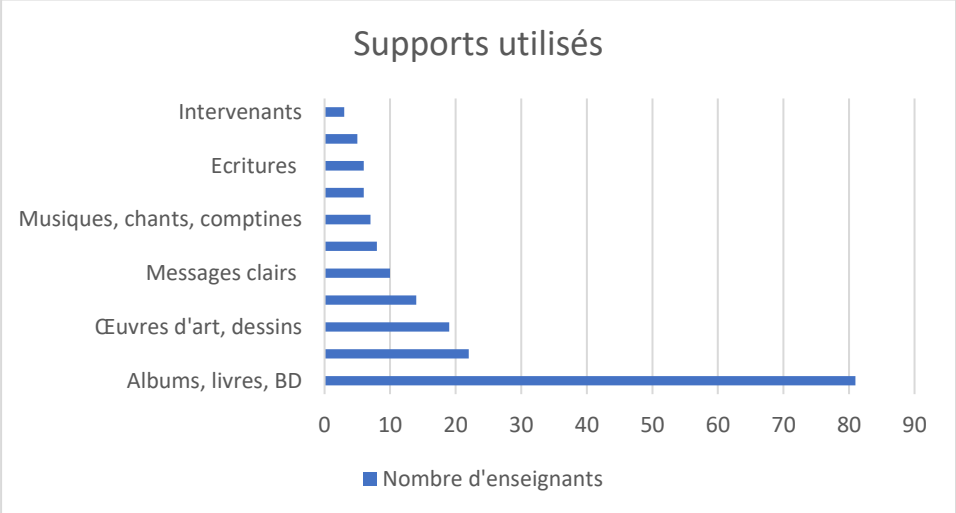


FIGURE 5 : LES SUPPORTS UTILISES POUR TRAVAILLER LES EMOTIONS

Ainsi, conformément à ce que demandent les programmes, l'approche des émotions fait partie intégrante des enseignements. Les pratiques sont nombreuses et variées pour sensibiliser les élèves à l'identification et la compréhension de leurs ressentis. Nous allons illustrer maintenant, au travers d'un atelier mis en place en maternelle, ce que peut provoquer une approche des émotions sur l'enfant et le collectif.

2.1.2. Les effets d'un travail sur les émotions sur une classe : exemple d'un atelier d'expression des émotions en GS

Au fur et à mesure de mes semaines de stage, une interrogation est née, occupant une place importante dans mon esprit ; je me suis demandée comment je pouvais prendre en compte l'état émotionnel de chaque élève lorsqu'il entre en classe chargé, en plus de son cartable, de sa vie de tous les jours. Pour cela, j'ai mis en place, en quatrième période de l'année, de février à avril, un travail autour des émotions, de leur reconnaissance et de leur partage. Il s'agit ici de vous en présenter les objectifs poursuivis, la méthodologie utilisée et les résultats obtenus.

Les objectifs de ce travail étaient multiples ; je voulais montrer aux enfants que les émotions s'identifient, se comprennent, s'expriment, s'acceptent et s'apprivoisent. Par le biais de ce travail, j'ai essayé de briser les perceptions initiales des enfants selon lesquelles être joyeux c'est être gentil et être en colère c'est être méchant, tout en expliquant qu'il est normal de ressentir toutes les émotions… Pour cela, j'ai croisé un travail ritualisé avec l'organisation d'une séquence d'apprentissage.

J'ai instauré un « mur des émotions », constitué de quatre bandes de couleur associées à quatre monstres issus de l'album *La couleur des émotions* d'Anna Llenas et représentant les quatre émotions inscrites dans les programmes scolaires -la joie, la tristesse, la colère et la peur- **(Cf. Annexe 2).** Les enfants disposaient d'une pince à linge nominative qu'ils pouvaient accrocher sur la bande correspondant à leur émotion du moment, et ceci à n'importe quel moment de la journée. Après avoir pesé le pour et le contre, j'ai volontairement choisi de rendre ce travail nominatif afin de pouvoir repérer et accompagner personnellement les enfants ressentant une émotion dite « négative » (peur, colère, tristesse) et les aider ainsi à réguler leur sentiment. J'ai préféré cette option à celle de les laisser conserver anonymement leurs émotions, dans une approche plus intimiste mais me donnant moins la possibilité d'être dans une démarche d'accompagnement individualisé. Ainsi, les enfants arrivaient le matin et plaçaient leur pince à linge en fonction de l'émotion ressentie, puis à tout moment de la journée, les enfants avaient la liberté de venir déplacer leur pince en fonction de l'évolution de leur émotion. Par exemple, en cas de conflit entre élèves, les enfants venaient souvent accrocher leur pince sur la bande rouge correspondant à la colère. En tant qu'enseignante, ce dispositif m'a permis d'avoir un aperçu global de l'atmosphère de la classe et d'adapter ainsi mes activités, mon rythme et mon attitude aux ressentis des enfants. Je souligne que ce travail d'expression n'avait aucun caractère obligatoire, les enfants y ont tous participé avec entrain, j'ai été cependant vigilante au fait qu'aucun d'entre eux ne sente forcé de s'exprimer s'il n'en avait pas l'envie.

Pour compléter ce dispositif, j'ai conçu une séquence d'apprentissage pluridisciplinaire mêlant littérature, arts plastiques, danse et débats philosophiques dans le but de développer les compétences

émotionnelles des enfants. Pour cela, j'ai introduit la séquence avec la lecture de l'album « La couleur des émotions » d'Anna Llenas. Cette séquence a abouti à la création d'un livre individuel dans lequel les quatre émotions étaient expliquées et illustrées par des situations vécues par les enfants. La création de ce livre nous a permis d'aborder les quatre émotions principales (joie, colère, peur, tristesse) en apprenant à les reconnaitre, à les exprimer, à les réguler et à accueillir celles des autres camarades. Nous avons réfléchi aux besoins qui découlent de ces ressentis ainsi qu'aux différentes formes d'expression envisageables dans un collectif, comme par exemple pour la colère qui peut engendrer le besoin de taper ou de casser ou la joie qui suscite l'envie de danser ou crier.

Durant cette période, j'ai pu mesurer de nombreux effets positifs à cet apprentissage. Tout d'abord, j'ai constaté une meilleure prise en considération de l'autre et une plus grande écoute des propos de chacun. Les enfants ont eu des attitudes, des gestes et des paroles empathiques, peu observées jusqu'alors. Pendant ces six semaines, j'ai prêté beaucoup d'attention au « mur des émotions » car il me permettait d'avoir une vue d'ensemble du cheminement émotionnel de mes élèves au cours d'une journée d'école. Ce fut pour moi un indicateur précieux du climat de la classe et m'a permis de mieux comprendre les actions et réactions de certains enfants dits « perturbateurs ». Ainsi, j'ai relevé les ressentis de chaque enfant trois fois par jour pendant six semaines, le matin, le midi et l'après-midi. J'ai très rapidement pu constater le changement d'état émotionnel quasi systématique de certains enfants après le retour de récréation. Cette observation m'a permis de comprendre la nécessité de prendre plus au sérieux ce que je ne pensais être que de simples « disputes de récréations ». D'autre part, j'ai trouvé les enfants extrêmement attentifs aux ressentis des autres, par exemple, lorsque je n'avais pas pris acte du témoignage silencieux d'un enfant, ses camarades venaient me souligner la tristesse d'un tel ou la peur d'un autre. Outre le développement certain de cette identification et prise de conscience des émotions, pour soi et pour les autres, ces rituels et ateliers ont permis aux enfants de mieux accepter leurs émotions dites négatives. En effet, en début de séquence, les deux premières semaines, les enfants plaçaient, pour la plupart, leur pince à linge sur la joie. Après les avoir interrogés à ce sujet, j'ai noté que certains n'osaient pas exprimer une autre émotion par pudeur, par peut de me « rendre triste » ou par souci du regard des autres, « pour pas que les autres croient que je suis méchant et m'aiment plus ». Pendant les deux semaines qui ont suivi, j'ai observé une sorte de « mouvement de foule » autour de ce mur, si un enfant changeait son émotion, plusieurs autres le faisaient à leur tour. Les enfants étaient pour la plupart, pudiques et avaient le besoin de mettre leur étiquette dans l'émotion recensant le plus de témoignages. C'est à partir de la cinquième semaine que j'ai vu un réel changement et une utilisation plus pertinente de cet outil. Les enfants ont osé exprimer leur ressenti personnel et non plus celui du camarade et ont accepté parfois d'être le seul enfant à ressentir une émotion autre que celle de la joie.

Le graphique ci-après représente la répartition des élèves sur chacune des émotions sur les deux premières et les deux dernières semaines de la séquence d'apprentissage. J'ai décidé de ne pas exploiter les troisième et quatrième semaines car les résultats ne sont pas représentatifs d'une meilleure compréhension de ses émotions mais plutôt d'un « mouvement d'imitation », comme abordé ci-dessus.

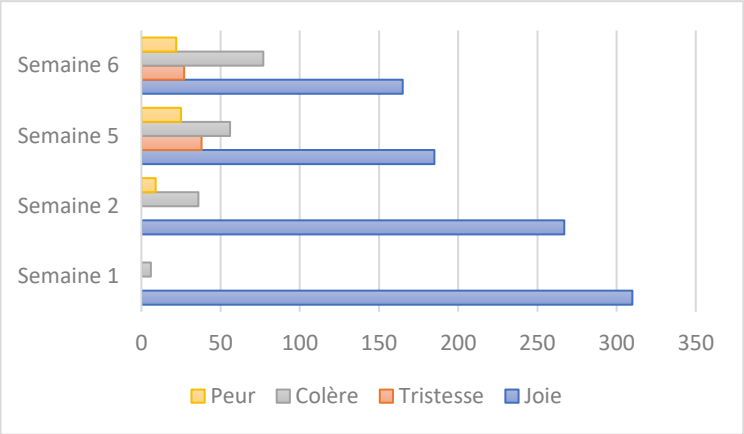


FIGURE 6 : REPARTITION DES EMOTIONS RELEVEE GRACE AU MUR DES EMOTIONS DE LA CLASSE DE GS

Ainsi, cette séquence ainsi que l'analyse des réponses aux questionnaires à destination des professeurs des écoles nous montrent l'intérêt d'un travail sur les émotions en classe, cela permettant un épanouissement pour soi et pour les autres. L'expression des émotions est omniprésente, dans tous les domaines de l'enseignement et à chaque moment de la journée. Elle « bouillonnent » en classe, se partagent, s'amplifient et nécessitent pour cela d'être régulées. C'est ce que nous allons aborder maintenant.

2.2. (Mais) L'expression des émotions nécessite d'être régulée pour favoriser un bon climat scolaire

« Nous sommes confrontés à la double nécessité de tenir l'émotion à distance et de ne pas en nier l'existence ni comme obstacle ni comme vecteur des apprentissages et du développement ». Cette réflexion de Philippe Meirieu pointe la contradiction dans laquelle l'enseignant peut se retrouver quand il est en situation de devoir gérer ce qu'on appelle la contagion émotionnelle. En effet, il cherche à solliciter les émotions mais doit en cadrer les manifestations. Ainsi, trouver cet équilibre entre l'intérêt individuel et l'intérêt collectif est un gage permanent.

2.2.1. L'effet de contagion émotionnelle

Dans son livre, Christophe Haag, chercheur en psychologie sociale, présente le concept de « contagion émotionnelle» comme un « transfert d'émotions d'un individu à l'autre ». Ce processus est selon lui, comparable à un « virus qui agit en quelques millièmes de secondes». C'est le fait

« d'attraper et de vivre les émotions de l'autre », de sentir l'autre en éprouvant intérieurement ses sensations, ses émotions, ses sentiments. Cette notion est à distinguer de l'empathie qui désigne le fait de percevoir l'émotion d'autrui mais non de la ressentir comme c'est le cas dans les situations de contagion émotionnelle.

Des chercheurs du département des sciences psychologiques de l'Université d'Indiana ont cherché à démontrer cette théorie d'une transmission rapide et inconsciente des états affectifs, par le biais d'une expérience répartissant des individus en deux groupes. Sous prétexte d'un exercice d'identification d'une émotion, les sujets du premier groupe visionnaient des visages exprimant la colère et ceux du second groupe des visages exprimant la joie. A la suite de cela, les participants devaient remplir une grille d'analyse permettant de mesurer le niveau de colère et de joie de chacun. Les résultats démontrent que les individus du groupe « colère » ressentaient de la joie et les individus du groupe « joie » ressentaient de la joie. Cette expérience illustre parfaitement le concept de contagion émotionnelle.

Si nous exportons cette analyse à une salle de classe, nous pouvons rapidement nous rendre compte des conséquences favorables ou néfastes que cela peut entrainer sur le climat scolaire et de ce fait, sur les conditions d'apprentissage. Deux sources d'influence sont à analyser. Soulignons en premier lieu l'impact de nos émotions, en tant que professeur des écoles, sur le ressenti des enfants. En effet, quand l'adulte crie, s'énerve, ses émotions négatives sont transmises aux enfants qui vont ensuite à leur tour ressentir cet énervement, impactant ainsi les conditions nécessaires à l'enseignement. Et par ricochet, il est important de ne non plus, en tant qu'enseignant, se laisser contaminer et submerger par les émotions de ses élèves en instaurant une certaine distance nécessaire à sa pratique professionnelle. Il doit être à l'écoute de ses élèves et dans une relation d'empathie mais sans pour autant perdre de vue son objectif de transmission. Outre sa propre influence an tant qu'adulte, il faut également que l'enseignant gère les effets de la transmission des émotions des enfants entre eux. Ainsi, un enfant heureux peut communiquer positivement sa joie aux autres et créer un climat propice, mais il peut également manifester cette humeur de façon intempestive, par des explosions de cris, ou une gestuelle peu contenue qui vont perturber le climat de classe. Ceci est d'autant plus explicite pour un enfant en colère, ne contenant pas cette émotion, et dont son extériorisation va contaminer l'ambiance générale, faisant perdre à la classe la sérénité nécessaire aux apprentissages.

L'enseignant se retrouve donc à devoir agir avec cette double contrainte, inciter les enfants à repérer, conscientiser et exprimer leurs émotions et en même temps, canaliser les manifestations de ces émotions et leurs risques de débordement. Il est en permanence dans cette recherche d'équilibre entre la prise en compte des intérêts individuels de chaque enfant et celle du collectif de sa classe.

2.2.2. Exemples de pratiques de régulation mises en place

Un climat scolaire serein est une condition essentielle pour assurer les bonnes conditions de travail, le bien-être et l'épanouissement des élèves. Il est donc de la responsabilité de l'enseignant de l'instaurer et veiller à son respect. Cette exigence est d'ailleurs explicitée dans le Cadre de Référence des Compétences des Métiers du Professorat et de l'Education, l'enseignant doit « «organiser et assurer un mode de fonctionnement du groupe favorisant l'apprentissage et la socialisation des élèves ». Il ne peut donc pas laisser les émotions de chacun déborder, parasitant ainsi l'atmosphère de travail. Les difficultés qui entourent la thématique de l'apprentissage des émotions en classe réside dans cette contradiction ; il faut encourager les enfants à exprimer leurs ressentis tout en freinant les impulsivités qui en découlent.

J'ai très vite intégré cette ambivalence lorsqu'une de mes élèves s'est mise à danser et à chanter alors qu'elle était dans une activité d'écriture en autonomie. Je suis venue la voir pour lui demander de se calmer et celle-ci m'a répondu « Maitresse tu nous as demandé d'exprimer nos émotions, moi j'exprime la joie parce que j'ai fini ma page d'écriture ». J'ai alors compris que si je devais inviter mes élèves à exprimer leurs émotions, je devais en même temps et en priorité veiller au bon fonctionnement du groupe.

Pour pallier cette difficulté, j'ai installé dans un coin de ma classe, une « chaise des émotions » pour permettre aux enfants qui le souhaitent, de venir s'y installer avec l'intention de prendre du recul sur une situation, de calmer une émotion trop intense qui semble devenir incontrôlable. Les élèves utilisent cet espace de leur plein gré. Cette chaise n'est jamais considérée comme une punition mais bien comme une zone de repli, de réflexion personnelle et de régulation émotionnelle.

Parallèlement à ce dispositif, j'ai axé mon enseignement sur la communication pour que les enfants prennent l'habitude d'exprimer leurs ressentis avant de se laisser trop débordés par ces derniers. En effet, en nommant ce qu'on ressent, nous agissons sur l'amygdale (« plaque tournante des émotions »)[14], comme analysé en première partie de ce travail. Et cet effet peut modifier la manière dont un sujet perçoit ses maux.

Au travers de mon enquête, à la question « Avez-vous pu mesurer l'impact de vos actions de sensibilisation [aux émotions] sur ? », 74% des professeurs des écoles ont répondu « le climat social dans la classe », soit 3 sur 4. Rappelons l'histogramme ci-après.

[14] Catherine Gueguen, « Pour une enfance heureuse », p.127

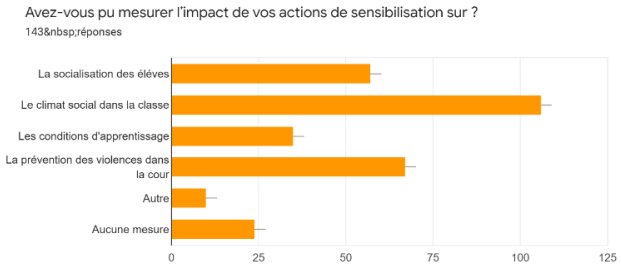


FIGURE 7 : L'IMPACT DES ACTIONS DE SENSIBILISATION AUX EMOTIONS SUR LE CLIMAT SCOLAIRE

Parmi ces 106 enseignants qui estiment que le travail sur les émotions a joué en faveur du climat de classe, 45, soit une petite moitié, ont expliqué qu'ils observaient plus de verbalisation et de communication entre les élèves. Voici quelques exemples de paroles recueillies :

« Il semble plus facile pour certains enfants de se calmer puisque la colère n'est pas interdite. Leurs émotions sont discutées, prises en compte, les enfants se sentent écoutés, et peuvent aller se calmer sans déranger personne » (Cycle 1).

« Sur le long terme, toutes les actions qui aident les enfants à mieux identifier leurs émotions, les accepter et les exprimer sans débordements sont bénéfiques à l'ambiance de la classe, l'entraide, la confiance » (Cycle 2).

« Pouvoir exprimer son émotion permet d'instaurer un dialogue pas toujours évident. Si plusieurs élèves ressentent les mêmes émotions négatives, nous pouvons décider de faire un débat par exemple. L'écoute et le dialogue permettent de retrouver souvent un apaisement » (Cycle 2).

« Les tensions sont apaisées (il vaut mieux mettre les problèmes en discussion pour que chacun perçoive mieux la situation) grâce à l'expression du ressenti de chacun. Meilleure ambiance de travail en classe grâce aux tensions apaisées » (Cycle 3).

Pour conclure, nous avons tenté de démontrer, par le biais d'une approche éducative, l'importance d'appréhender la question des émotions dans un contexte scolaire. Pour cela, nous avons tenté de vérifier que l'apprentissage des émotions à l'école, par leur identification et leur expression, permettait à un individu d'évoluer au sein d'un groupe pour ensuite montrer la nécessité néanmoins de réguler ces manifestations. Pour répondre à ces hypothèses opératoires, je suis partie des nombreux retours d'expériences des professeurs des écoles interviewés puis ai présenté mon expérience personnelle d'enseignement des émotions dans ma classe de Grande Section. Suite à cela, en m'appuyant sur le concept de contagion émotionnelle, j'ai abordé le dilemme auquel l'enseignant doit faire face ; permettre à l'enfant d'exprimer ses émotions pour développer sa socialisation tout en régulant cette expressivité pour instaurer un climat scolaire propice aux apprentissages du groupe classe.

Notre dernière hypothèse fondamentale va nous permettre maintenant de mettre en exergue les effets d'un travail sur les émotions dans les relations interpersonnelles en étudiant spécifiquement le cas des émotions négatives et leur lien avec les situations de violences manifestées à l'école.

3. Approche sociologique : Le rôle des émotions dans la prévention de la violence en milieu scolaire

« Les émotions sont une véritable interface entre le cerveau et le corps » comme le souligne Henrique Sequeira, professeur en neurosciences affectives à l'université de Lille. En effet, les émotions impactent notre corps en induisant différentes réactions physiologiques (neurologiques, hormonales et musculaires). On peut d'ailleurs noter certaines expressions de la langue française qui souligne ce lien étroit entre les émotions et les manifestations physiques : avoir la peur au ventre, sentir la colère monter, rayonner de bonheur, avoir le cœur serré de tristesse, …).

En terme général, on rapproche souvent la question de la violence à une dimension physique mais selon Yves Michaud, philosophe français, *« il y a violence quand, dans une situation d'interaction, un ou plusieurs acteurs agissent de manière directe ou indirecte, en une fois ou progressivement, en portant atteinte à un ou plusieurs autres, à des degrés variables, soit dans leur intégrité physique, soit dans leur intégrité morale, soit dans leur possession, soit dans leur participations symboliques et culturelles ».* Etudier la question de la prévention des violences à l'école va nous amener à nous interroger dans un premier temps sur les formes et les facteurs de la violence. Suite à cela, nous verrons comment l'apprentissage des émotions à l'école peut être un facteur de prévention de la violence en nous appuyant sur les résultats des questions de notre enquête plus spécifiquement dédiée à ce sujet, ainsi que des contenus d'entretiens menés auprès d'enseignants de mon groupe scolaire « politique de la ville ».

3.1. Les débordements d'émotions sont source de violence

Certaines émotions, comme nous l'avons vu en première partie, activent notre système sympathique et nous poussent à agir, en augmentant notre activité cardiaque et notre respiration. C'est notamment le cas de la colère qui peut inciter certains individus à frapper, injurier ou casser, et devenir ainsi source de violence.

3.1.1. Les types de manifestation de violence à l'école

Dans son livre *La violence faite à l'école - Apprendre à vivre ensemble,* Martine Bovay ne parle pas de la violence mais plutôt des violences en expliquant qu'il en existe diverses formes. Cette auteure dénombre les violences physiques, les violences verbales et les violences qui s'expriment par le corps, soit le harcèlement. (les regards, les gestes et les mimiques).[15]

[15] Martine Bovay, « La violence faite à l'école - Apprendre à vivre ensemble », p46

De leur côté, Willy Lahaye et Bruno Humbeeck, dans *Aménager la cour récréation*, expliquent qu'il existe deux formes de violences, celles « visibles » qui correspondent aux « formes d'agressivité manifestes qui, en portant atteinte aux personnes ou à leurs biens, menacent leur sentiment de sécurité» ; et celles « invisibles » qui font référence à « toutes les formes d'agressivité implicite ou symbolique qui visent l'exclusion, l'ostracisme ou le rejet et menacent le sujet dans l'expression de ses besoins psychosociaux ».

Les violences physiques sont « visibles » car elles sont perceptibles et peuvent laisser des traces sur le corps. Dans la cour de récréation, les gestes sont plus souvent repérables que les mots. Dans cette forme de violence sont intégrés les bagarres, les coups et les bousculades. Les bagarres supposent la réciprocité contrairement aux coups et aux bousculades. A cela, certaines enquêtes ajoutent les jets d'objets, le tirage de cheveux et le crachat.

Les violences verbales apparaissent souvent comme « moins graves », autrement dit on pourrait les qualifier de violences « visibles-invisibles ». Elles rassemblent les insultes, les menaces, les disputes, les moqueries, les surnoms, et les rumeurs. Certains théoriciens décomposent cette large catégorie en violences morales, symboliques et psychologiques qui se caractérisent toutes par l'exclusion.

Une troisième forme de violence, « invisible », prend ses sources dans les deux types de violence précédemment décrites, il s'agit du harcèlement. Dans le contexte scolaire, elle se définit comme une violence répétée à l'origine d'un ou de plusieurs élèves à l'encontre d'une victime qui ne dispose pas des moyens suffisants pour se défendre. Comme le souligne Debarbieux, pédagogue français, le harcèlement peut être « physique ou psychologique (coups, insultes, rumeurs, racisme, isolement de la victime du reste de ses camarades, sexisme…). L'agresseur a l'intention délibérée de nuire. […] la victime a des difficultés à se défendre. Il s'agit d'une agression à long terme ». En complément, Il faut ajouter une forme plus récente de harcèlement, celle du cyberharcèlement qui désigne le harcèlement au travers d'internet et le plus souvent, par les réseaux sociaux.

Notons à ce sujet que L'article R. 421-20 du code de l'éducation prévoit la mise en place d'un plan de prévention des violences, incluant un programme d'action contre toutes les formes de harcèlement, dans tous les établissements scolaires.

3.1.2. Les facteurs de violence

Gustave Nicolas Fischer, dans son livre *Psychologies des violences sociales*, expose les différentes causes des comportements violents à l'école. Pour lui, la violence découle de différents facteurs : démographiques, institutionnels, personnels et psychologiques.

Le premier facteur regroupe des éléments démographiques. Ainsi, ce professeur de psychologie sociale explique que plus les enfants sont jeunes, plus ils font preuve de violence physique, qu'il appelle « violence directe ». A contrario, les élèves plus âgés utilisent des violences plus « indirectes » telles que les violences verbales et symboliques. Au critère de l'âge, il ajoute à cette distinction une dimension genrée. Les auteurs des violences directes sont davantage masculins et les auteurs des violences indirectes sont plutôt féminins. Une étude réalisée par Aude Kérivel et publiée dans *Ecole des filles, école des femmes* sous la direction d'Hélène Buisson-Fenet confirme ces propos. Cette enquête, « filles et garçons face à la violence et aux incivilités à l'école », effectuée sur une classe de CM1/CM2 s'intéresse aux rapports genrés à la violence[16]. Cette étude souligne un point fondamental, qui peut ébranler certaines de nos représentations initiales sur la question, les filles sont presque autant responsables des situations de violence que les garçons, mais cette violence n'a pas la même forme : le rôle est majoritairement féminin dans la violence verbale et masculin dans la violence physique.

Fischer classifie le deuxième facteur comme institutionnel, c'est-à-dire lié à l'environnement de l'établissement d'appartenance de l'enfant et se base sur deux critères. Le premier relève de l'effectif des élèves de l'école : plus celui-ci est élevé, plus il y a de violences. A contrario, dans les petites écoles de campagne comme les RPI (Regroupement Pédagogique Intercommunal), les risques de violence sont moindres. Le second aspect à prendre en compte concerne le degré de violence lui-même au sein de l'établissement : plus l'enfant sera au contact de personnes violentes, plus il aura de chances de reproduire ces comportements.

Le troisième facteur concerne les caractéristiques comportementales des élèves. Plus un enfant ressent des émotions négatives comme la colère, la peur, la tristesse, plus il sera sujet à la violence. A ces caractéristiques émotionnelles, on peut ajouter les troubles de l'attention, les comportements oppositionnels et un faible contrôle de soi. Fischer inclut dans ces caractéristiques comportementales, l'environnement familial à l'origine de certains comportements violents (conditions de logement, relation à l'adulte, parent unique, recours à la violence par les parents, respect des besoins de l'enfant …).

[16]Hélène Buisson-Fenet , «Ecole des filles, école des femmes », chapitre 8

3.2. L'apprentissage des émotions en classe prévient l'expression des violences

Ce dernier facteur, qui fait une corrélation entre le ressenti d'émotions négatives et les actes de violence, nous amène naturellement à nous interroger sur le rôle que peut revêtir un travail autour des émotions en classe sur l'amélioration du climat scolaire. et par conséquent sur la prévention des manifestations d'actes de violence. Aussi, j'ai souhaité vérifier dans mon étude l'hypothèse selon laquelle l'apprentissage des émotions en classe prévient l'expression des violences. C'est que ce nous aborderons ci-après. J'ai tenté également de montrer s'il pouvait y avoir un lien entre les expressions de cette violence et des éléments contextuels de l'établissement. La dernière partie de ce chapitre en donnera une ébauche.

3.2.1. C'est ce qu'en témoignent les enseignants interrogés

Rappelons les résultats portés par la question sur l'impact des actions de sensibilisation aux émotions

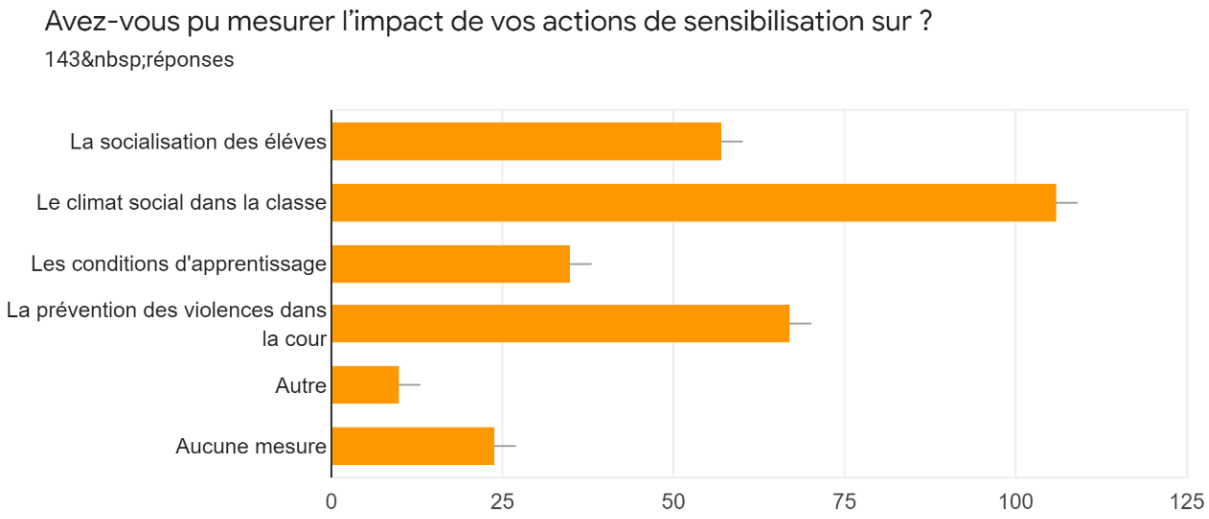


FIGURE 7 : L'IMPACT DES ACTIONS DE SENSIBILISATION AUX EMOTIONS SUR LE CLIMAT SCOLAIRE

Parmi les 143 professeurs des écoles ayant répondu à cette question à réponse multiple, 107 soit 75% d'entre eux, ont coché « le climat social » et 65, soit 45% ont désigné « la prévention des violences dans la cour ».

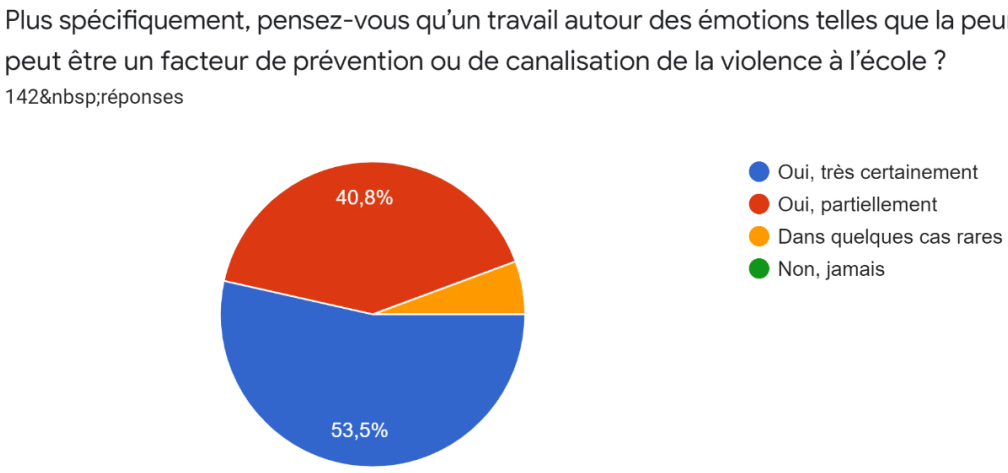


FIGURE 8 : LE TRAVAIL AUTOUR DES EMOTIONS COMME FACTEUR DE PREVENTION OU DE CANALISATION DE LA VIOLENCE

Aucun des enseignants ayant répondu à cette question ne considère que l'approche des émotions puisse n'avoir aucun effet sur la prévention ou la canalisation de la violence. Plus de la moitié d'entre eux estiment que c'est un facteur « très certainement » bénéfique et seulement, 6% disent ne l'avoir que dans « quelques cas rares » constatés.

Et ce constat est d'autant plus important que l'école est classée en zone sensible. En effet, un croisement avec le secteur de l'établissement, c'est-à-dire si celui-ci est en secteur ordinaire ou en secteur REP, REP+ ou politique de la ville montre que la grande majorité (71%) des enseignants issus de ces écoles a mis en avant le caractère essentiel de cette action en se positionnant sur le « Oui, très certainement ».

A la question suivante « Auriez-vous une anecdote à raconter pour illustrer le fait que l'approche des émotions en milieu scolaire est utile au bien-être des enfants ou à leur socialisation ? », les enseignants interrogés justifient leurs réponses avec de nombreux vécus professionnels en lien avec des situations de violence, mieux canalisées ou maîtrisées.

Citons pour illustrer cette affirmation 2 exemples pris dans chacun des cycles :

« Une année, avec mes collègues de maternelle, nous avons eu des garçons particulièrement violents (GS) qui se bagarraient tout le temps. Nous avons donc décidé de faire un gros travail sur les émotions et notamment la colère/ la tristesse... à chaque fois qu'il y avait un pb en récré, les enfants devaient se parler et dire « je suis en colère contre toi parce .../ je suis triste parce que... » et essayer de trouver une solution avec l'aide de l'adulte car en maternelle, pas facile de faire ça tout seul!

Même si certains nous ont montrés qu'ils en étaient capables, nous reprenions aussi beaucoup en classe ». (Cycle 1).

« Travailler ces émotions permet aux élèves de les identifier et d'utiliser des clés non violentes pour les traiter » (Cycle 1).

« J'ai souvent vérifié qu'être capable pour l'enfant de reconnaître son émotion et de la comprendre permet de prévenir ses comportements violents (ex : je ressens ça dans mon corps, c'est que je suis en colère, c'est normal) » (Cycle 2).

« La verbalisation aide à la compréhension de ses émotions et amène à la canalisation de la violence pour que les émotions telle que la colère ne ressortent pas chez l'enfant par des gestes violents » (Cycle 2).

« Écarter les émotions à l'école c'est déshumaniser les rapports. La violence naît d'une manque de communication et d'écoute selon moi, un manque de construction de l'empathie » (Cycle 3).

« Cette année, j'ai un élève qui perturbe beaucoup la classe. Il est violent et ne parvient pas à canaliser ses émotions. Une camarade lui a proposé de fabriquer des jetons verts et rouges et de lui placer les jetons sur son bureau en fonction de son comportement. Ils se sont mis d'accord tous les 2 et quand l'élève perturbateur fait des efforts, qu'il est plus calme, sa camarade lui écrit des mots doux, lui fait des dessins. Je précise que ce fonctionnement ´ a été mis en place par les 2 élèves, sans aucune demande de ma part….ce n'est pas miraculeux mais c'est un bon début de bienveillance et de collaboration inter élèves. » (Cycle 3)

3.2.2 Corrélation entre environnement social et violences en milieu scolaire

L'hypothèse selon laquelle l'approche des émotions en classe favorise un meilleur climat social en permettant notamment de prévenir ou de limiter les actes de violence entre les élèves a été vérifiée. Pour aller un peu plus loin dans cette démarche, nous tenterons en cette dernière partie, de mettre en exergue un lien entre l'environnement scolaire et les manifestations de violences en étudiant principalement les écoles politiques de la ville, REP et REP+.

Rappelons un constat fait ci-dessus, à savoir que les professeurs des écoles estimant qu'un travail autour des émotions participe totalement à la prévention ou limitation des violences en milieu scolaire, sont proportionnellement plus nombreux en zones REP ou politiques de la ville.

Dans mon questionnaire j'ai introduit une échelle subjective de qualification du niveau de violence dans l'établissement ressenti par l'enseignant interrogé pour vérifier s'il y a une corrélation entre ce ressenti et celui de l'importance à travailler les émotions en classe.

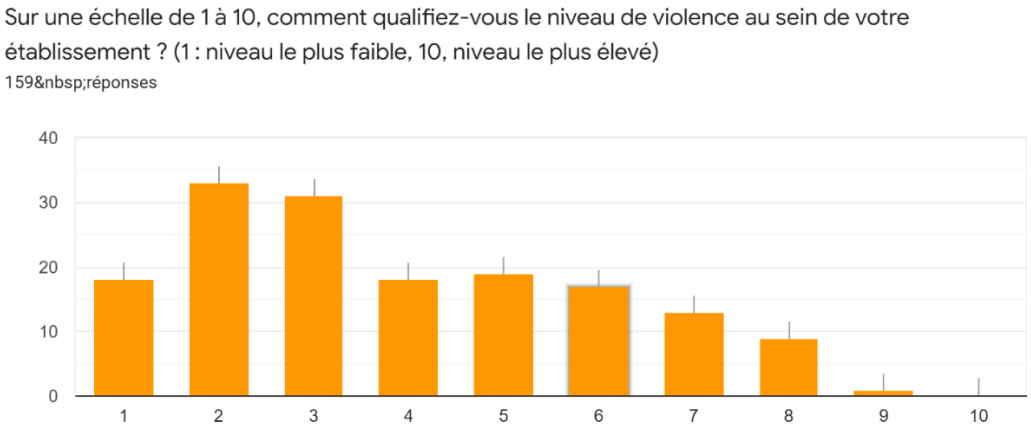


FIGURE 9 : ECHELLE DE QUALIFICATION DU NIVEAU DE VIOLENCE RESSENTI DANS L'ETABLISSEMENT

La note moyenne recueillie sur cette échelle par les 142 enseignants ayant répondu est de 3,9.

En zoomant par secteur privé/public, on ne constate pas de différence très significative entre les enseignants du public (4,0 en note moyenne) et ceux du privé (3,7), avec le bémol que le poids du privé, faiblement représenté dans cet échantillon (15 enseignants) n'est sans doute pas suffisamment représentatif pour tirer une conclusion de cet écart.

En revanche, les enseignants issus d'une école politique de la ville ou en réseau d'aide prioritaire, soit 48 des personnes interrogées, ont évalué en moyenne à respectivement 5,3 et 5,4 le niveau de violence, alors que les autres écoles de secteur « ordinaire » ont une note moyenne de 3,3, soit 2 points de moins.

Aussi, nous pouvons d'ores et déjà faire un premier constat relatif à une plus grande perception de la violence dans les établissements repérés comme étant en zone sensible.

En outre, les différents échanges que j'ai eus avec les collègues de mon école, classée en politique de la ville, et qui ont vécu des expériences antérieures dans d'autres écoles, confirment sans aucun doute cet état de fait. Les actes de violence, entre les enfants mais également envers les adultes, y sont perçus comme plus prégnants et sont d'ailleurs une source de préoccupation majeure pour notre établissement, toutes classes confondues.

Nous l'avons vu, un travail sur les émotions est plus sollicité encore chez les enseignants des écoles dites sensibles car prévient de façon certaine des manifestations de violence. Mais, cela ne suffit pas pour contenir toute cette violence comme en témoignent ces professeurs des écoles qui nous disent, en parlant des approches qu'ils mettent en place pour gérer les émotions :

« Cela ne suffit pas mais est tout de même nécessaire. Un travail plus approfondie avec un enseignant spécialisé et la famille est indispensable ».

« Cela peut amener certains élèves à réfléchir. Mais cela demande un travail de longue haleine au préalable. Pour certains enfants, la violence est telle qu'elle prend le dessus sur tout le reste, et ils ne réfléchiront pas au travail fait sur les émotions auparavant ».

« Certains enfants entendent ce qu'on dit et font des efforts , pour d'autres la violence est plus forte qu'eux et ils n'arrivent pas à s'en défaire... ».

« Je pense que cela ne suffit pas. Il faudrait travailler la tolérance, le respect et expérimenter diverses formes de communication afin de résoudre les problèmes (message clair par exemple) ».

« Le travail sur les émotions est un début mais il faut aussi travailler sur les conflits, leur résolution, comprendre d'où cela vient, aménager l'espace pour qu'il soit moins propice aux situations conflictuelles, etc. ».

« Les enfants ne prennent pas conscience de leurs actes et des mots qu'ils peuvent avoir sur les autres. On peut par le dialogue comprendre leur colère mais aussi les sensibiliser pour pouvoir canaliser toute cette violence. Toutefois, l'école n'étant souvent que le miroir de notre société, notre discours n'a pas toujours le résultat souhaité pour peu que les familles ne fassent pas de leur côté le même travail d'écoute, de sensibilisation et de tolérance ».

« Nous avons connu plusieurs cas d'extrême violence à l'école. Parler de la colère ou des peurs qui engendrent cette violence est souvent utile sur le moment mais n'empêche pas la récidive ».

« C'est utile surtout chez les petits, j'ai l'impression que c'est moins palpable pour les cycles 3 ».

« Partiellement car pour certains enfants, cela ne semble pas porter ses fruits, ou du moins pas tout de suite. Peut-être sur toutes les années du cycle... ».

Ainsi, cette démarche institutionnelle de prévention des violences, si elle est nécessaire, n'est pas suffisante et ne peut se substituer au rôle attendu de la famille par exemple.

Cette analyse certes un peu sommaire semble montrer le lien entre le climat scolaire et le contexte socio-économique local : il serait plus pesant dans les territoires où les familles sont exposées à davantage de problèmes de pauvreté. C'est ce qu'affirme par ailleurs Cédric Afsa, de la Direction de l'évaluation, de la prospective et de la performance (DEPP) du Ministère de l'Education Nationale, dans son article « Où fait-il bon enseigner ? » publié dans le rapport du ministère sur le thème « Climat social et bien-être à l'école »[17] .

[17]Ministère de l'Education Nationale de la Jeunesse et des Sports, « Climat scolaire et bien-être à l'école »

Conclusion :

De nombreux travaux en sciences humaines et plus particulièrement en sciences de l'éducation, relayés dans les programmes scolaires, montrent l'importance des émotions dans le processus de socialisation de l'enfant. En effet, celles-ci participent à son développement individuel mais aussi social, dans sa relation à l'autre. Les émotions se vivent et s'animent dans nos corps, se manifestent dans nos expressions, s'extériorisent, se libèrent, se transmettent, s'accueillent, mettent les individus en relation, s'interagissent, se transforment, s'amplifient, se régulent… Et tous ces mouvements se vivent et se partagent dans un collectif tel que celui d'un groupe d'élèves, jouant ainsi un rôle primordial sur le climat d'une classe.

Les enseignants en témoignent : permettre aux enfants de comprendre, d'exprimer, de conscientiser leurs émotions, d'en mesurer les impacts et de les canaliser crée de meilleures conditions d'apprentissage, dans un climat de classe plus serein. En outre, un travail introspectif sur ses propres émotions permet de mieux les saisir, mieux les maitriser, et ainsi de limiter les actes d'agressivité et de violence en classe ou dans la cour de récréation. Et ces constats sont d'autant plus forts qu'ils sont portés par des enseignants des écoles de zones sensibles, davantage confrontés aux manifestations de violence, explicites comme implicites.

Les entretiens menés avec les collègues de mon école classifiée « politique de la ville » ainsi que les résultats de l'enquête, très riche dans ses questions ouvertes, adressant 161 professeurs des écoles issus d'horizon divers, ont apporté énormément de matière – et au-delà de mes attentes – en ce sens, me donnant beaucoup d'idées pour faire évoluer ma pratique débutante. Ainsi, quel que soit le cycle les supports ou outils utilisés et les modes d'intervention pratiqués sont multiples mais tous nous amènent sur un consensus, à savoir que travailler les émotions est bénéfique à la socialisation de l'enfant et à ses apprentissages.

Je voudrais résumer les principaux points de vigilance que je retiens de leurs conseils éclairés, quant à la manière d'approcher les émotions en classe. Ils constituent des morceaux choisis de ces témoignages.

. Repérer les élèves « fragiles », prendre en compte le vécu (un deuil par exemple) et l'histoire personnelle des enfants, ce qui se passe chez lui sans pour autant rentrer dans sa sphère privée. Cela suppose de connaitre les situations sociales particulières, pour aborder avec vigilance les sujets qui peuvent s'avérer particulièrement sensibles au regard des histoires personnelles et ne pas réveiller des émotions trop vives.

. Observer les élèves en classe et sur la cour, et notamment leurs interactions. Repérer leurs besoins (d'attention, de réassurance, de réconfort, d'apaisement...) et les « talents » de certains pour dialoguer, résoudre des conflits,...

. Être à l'écoute de tous les enfants, et en particulier de ceux qui n'attirent pas l'attention, à l'opposé des leaders. Cela suppose de créer les conditions de cette écoute (par exemple, proposer ces échanges en petits groupes, entre enfants « compatibles » ou engager le dialogue de façon « informelle » en aparté sur un moment de classe ou en récréation) et de laisser le temps nécessaire à chacun pour s'exprimer, lorsqu'il le décidera. Ainsi, les timides ou les plus réservés ne doivent pas être forcés à prendre la parole mais encouragés. Il faut également laisser la possibilité de ne pas prendre la parole en ayant en tête que certains enfants ne peuvent pas exprimer leur ressenti, mais s'enrichissent en écoutant le ressenti de leurs camarades.

En lien avec ce conseil, il convient également de veiller à une parole égale entre filles et garçons, libre et respectueuse.

. Ne pas enfermer un élève dans une attitude ou une émotion spécifique qui le catégoriserait ou le stigmatiserait. Il ne faut pas que l'enfant se retrouve jugé ou fragilisé par ses camarades par rapport à ce qu'il va confier. En effet, certains élèves peuvent se servir de la connaissance des émotions d'un autre pour « l'enfoncer » davantage, comme par exemple un enfant harcelé qui déclare avoir peur dès le matin va renforcer le "pouvoir" de l'harceleur, un enfant triste réclamant ses parents peut se faire traiter ensuite de bébé. Mettre en place des règles de bienveillance avant de commencer l'atelier est donc fondamental comme celle refusant toute forme de moquerie.

. Rester toujours présent afin de pouvoir recentrer le débat et ne pas laisser les enfants les plus virulents imposer leurs idées, calmer les émotions fortes qui risquent de surgir. Veiller à ne pas dramatiser et toujours trouver des modalités de sortie pour une situation difficile.

. Toujours se souvenir que derrière un comportement inapproprié (colère, pleurs récurrents, violence...), il y a un besoin que l'enfant exprime à sa manière.

. Ne pas porter un regard « négatif » sur les émotions plus difficiles telles que la tristesse, la peur ou la colère, mais au contraire faire valoir le fait qu'elles sont normales et qu'elles font partie de la vie de chacun. Ainsi, préciser qu'il n'y a pas de "bonnes" ou de "mauvaises" émotions, que certaines sont positives et d'autre plus négatives, et que c'est en les connaissant que l'on peut agir positivement. Travailler sur la valorisation des progrès en émotions. Faire la différence entre les émotions et les actes (qui eux peuvent être jugés autorisé ou interdit, agressif, humiliant, courageux...).

. Faire varier les approches (à adapter à la classe d'âges). Utiliser les coins regroupements, les ateliers philo, les petits groupes. Se servir du support d'un livre, d'un conte, d'un jeu, d'une image, d'un dessin. En maternelle, une suggestion est de passer par le mime avant l'oralité, pour faciliter ensuite les échanges. Rendre les enfants acteurs, utiliser la mise en scène, théâtraliser. Et ne pas hésiter non plus à participer comme eux. Evoquer des situations proches du vécu des élèves dans lesquelles ces derniers peuvent s'identifier facilement. Les faire expérimenter, être dans le concret, le vérifiable.

. Ne pas étudier toutes les émotions en même temps. Passer du temps sur chacune et donner des clés pour les exprimer et les canaliser. Définir un langage commun à la classe afin que chacun puisse s'exprimer plus facilement. En cycle 3, veiller à constituer un lexique riche (pas seulement basé sur les émotions de base) et le réinvestir dans des situations concrètes.

Que de conseils pertinents qui ne demandent qu'à être expérimentés !

Avant de terminer, je souhaite partager les résultats d'une hypothèse que j'ai cherché à vérifier dans mon approche directe des enseignants, à savoir si le travail de sensibilisation aux émotions en classe nécessitait d'être genré. En effet, devant le constat fait dans ma classe de maternelle ainsi que dans la cour de mon école préélémentaire, que les violences physiques relevaient davantage des actes des garçons et les violences verbales et morales des actes des filles, je me suis posée la question de savoir si l'enseignant devait ou pas -consciemment- traiter de façon genrée la question des émotions. A l'unanimité, la réponse a été négative. Il est à noter que ma question a même surpris quelques-uns de mes collègues. Ainsi, les émotions sont universelles, seules les manifestations de leurs expressions divergent d'un individu à l'autre, en fonction de son vécu, de son caractère, de sa culture, de son éducation, voire de son environnement social.

Bibliographie & Sitographie

Livres

- Zanna, O. & Jarry B. (2018). *Cultivez l'empathie à l'école.* Dunod.
- Damasio, A. (1994). *L'erreur de Descartes* (poche). Odile Jacob.
- Buisson-Fenet, H. (2017). *Ecole des filles, école des femmes*. De boeck supérieur.
- Kotsou, I. (2018). *La pleine conscience à l'école*. De boeck.
- Gueguen, C. (2014). *Pour une enfance heureuse*. Pocket.
- Lafortune, L., Daniel, M-F., Doudin, P-A., Pons, F. (2009). *Pédagogie et psychologie des émotions. Vers la compétence émotionnelle.* Presses de l'Université du Québec.
- Haag, C. (2019). *La contagion émotionnelle*. Albin Michel.
- Mikolajczak, M. (2014). *Les compétences émotionnelles*. Dunod.
- Sander, D. (2014). *Traité de psychologie des émotions*. Dunod.

Périodiques

- Meirieu, P., De Baecque, A., Illouz, E., Cabanas, E. (2019). Les émotions à l'école. *Diversité, n°195,* pp.5-29.
- Allaire, N., Billotte, G., Brault, R., Deligne, C., Dubbeld, J., Joyeux, A. & Léchopier, M. (2017). Les émotions dans la classe. *Pratiques & recherches, n°62,* pp.11-73.
- Castincaud, F. & Léon, J-C. (2020). La part des émotions. *Cahiers pédagogiques, n°563,* pp.42-43.
- Emery, J-L. (2000). Le rôle des émotions. *Sciences humaines, hors-série n°028,* pp.14-16.
- Hawkes, L. (2019). Faut-il contrôler ses émotions ?. *Les Grands Dossiers des Sciences Humaines*, 6(6), 17-17.
- Castincaud, F. (2019). Sujets à émotions. *Cahiers pédagogiques, n°556,* pp. 1O-57.
- (2014). Exprimer ses émotions. *La classe maternelle, n°232,* pp.42-66.

Pages internet

- Duband, V. (septembre 2020). *Les émotions positives ou négatives et l'apprentissage*. Les émotions positives ou négatives et l'apprentissage. - Valérie DUBAND (dysmoi.fr)
- Canopé. (janvier 2016). selection_documentaire_emotion.pdf (crdp-nantes.fr)
- Blazquez, P. *Les émotions chez les enfants.* https://www.philippeblazquezpsychanalyste.com/emotions-chez-l-enfant
- Bugosen, C. (juin 2018). *Développement cognitif de l'enfant : les stades chez Jean Piaget.* Jean Piaget : Les stades du développement infantile (psy-enfant.fr)

Articles en ligne

- Toubert-Duffort, D. (2007). Le groupe, de la violence des contagions émotionnelles à l'accordage. *La nouvelle revue de l'adaptation et de la scolarisation*, 4(4), 105-114. https://doi.org/10.3917/nras.040.0105
- Puozzo, I. (2013). Pédagogie de la créativité : de l'émotion à l'apprentissage. *Les cahiers du CERFEE, n°33*. Pédagogie de la créativité : de l'émotion à l'apprentissage (openedition.org)
- Michaud, Y. (2012). Définir la violence ?. Dans : Yves Michaud éd., *La violence* (pp. 3-10). *Paris cedex 14,* France: Presses Universitaires de France. Définir la violence ? | Cairn.info

- Kerivel, A. (2017). Chapitre 8. L'émotion a-t-elle un genre ? Filles et garçons face à la violence et aux incivilités à l'école élémentaire. Dans : Hélène Buisson-Fenet éd., *École des filles, école des femmes: L'institution scolaire face aux parcours, normes et rôles professionnels sexués* (pp. 131-149). Louvain-la-Neuve, Belgique: De Boeck Supérieur. https://doi.org/10.3917/dbu.buiss.2017.01.0131"
- Paperman, P. (1995). La question des émotions : du physique au social. *L'Homme et la société, vol.116, n°2*. https://www.persee.fr/doc/homso_0018-4306_1995_num_116_2_3428
- Montandon, C. (1992). La socialisation des émotions : un champ nouveau pour la sociologie de l'éducation. *Revue française de pédagogie, vol.101, n°1.* https://www.persee.fr/doc/rfp_0556-7807_1992_num_101_1_1313
- Brodard, F., Quartier, V. & Favez, N. (2012). Le développement du vécu et du traitement émotionnels au cours de l'enfance [1]. Dans : éd., *L'ouverture émotionnelle: Une nouvelle approche du vécu et du traitement émotionnels* (pp. 87-108). Wavre, Belgique: Mardaga. https://www.cairn.info/article.php?ID_ARTICLE=MARD_REICH_2012_01_0087
- Kerivel, A. (2015). *Recueillir l'expérience d'enfants : de la théorisation enracinée à l'innovation méthodologique. Violence, harcèlement et empathie du point de vue d'élèves de 9 à 12 ans.* https://www.erudit.org/fr/revues/approchesind/2015-v2-n2-approchesind02027/1032608ar.pdf
- André, C. (2014). Peut-on gérer ses émotions?. Dans : Jean-François Dortier éd., *Le cerveau et la pensée: Le nouvel âge des sciences cognitives* (pp. 291-299). Auxerre, France: Éditions Sciences Humaines. https://doi.org/10.3917/sh.dorti.2014.01.0291"

Travaux de recherche

- Morin, S. (2012-2013). *Les violences scolaires - les violences à l'école et les violences de l'école.* Dumas. https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-00935327/document
- Dèbre, C. (2016). *L'éducation émotionnelle à l'école.* Dumas. https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01413103/document
- Manicardi, C. (2015-2016). *Les discussions à visée philosophique pour enfants, un outil de compréhension des émotions.* Dumas. https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01418082/document
- Ormain, C. (2018). *Violences scolaires et climat scolaire à l'école maternelle.* Dumas. https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01836264/document
- Vergnes, J. (2017-2018). *Les émotions en classe de maternelle*. Dumas. https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02137774/document

Programmes scolaires

- Ministère de l'Education Nationale. (3 juillet 2014). *Projet de programme et recommandations de l'école maternelle.* http://cache.media.education.gouv.fr/file/Organismes/32/4/CSP-_Projet_de_programme-recommandations_337324.pdf
- Ministère de l'Eduction Nationale. (30 juillet 2020). *Programmes du Cycle 1.* https://cache.media.eduscol.education.fr/file/A-Scolarite_obligatoire/24/3/Programme2020_cycle_1_comparatif_1313243.pdf
- Ministère de l'Education Nationale. Climat scolaire et bien-être à l'école. Climat scolaire et bien-être à l'école | Ministère de l'Education Nationale de la Jeunesse et des Sports.

Annexes

Annexe 1 : Trame du questionnaire et résultats

Réflexion sous-tendant l'élaboration de l'enquête sur le travail des émotions en classe et ses bienfaits.

Ce questionnaire porte mon questionnement général qui est de savoir comment un travail autour des émotions favorise la socialisation des élèves et plus spécifiquement la sous-problématique concernant le rôle des émotions dans la prévention des violences en milieu scolaire.

Mon Hypothèse : les enfants en capacité d'identifier leurs émotions, notamment la peur et la colère, peuvent mieux les contrôler et ainsi limiter les actes de violence dans la classe ou dans la cour de récréation.

Ce que je vais chercher à vérifier, à partir des pratiques des professeurs des écoles de cycle 1, 2 et 3, sur le sujet de la sensibilisation aux émotions :

- La nature des actions mises en place
- Si ces actions, en particulier autour de la peur et de la colère, permettent un meilleur contrôle de soi
- Si ces actions ont permis de réguler ou de limiter l'expression de la violence en classe
- Si un âge est plus adapté qu'un autre pour aborder la gestion des émotions
- Si l'approche nécessite d'être appréhendée différemment entre filles et garçons
- Si le milieu général de l'enfant est un facteur d'influence ou pas des éléments analysés
- Si des points de vigilance ou des conseils peuvent m'être apportés de mes pairs pour mon enseignement futur

Les questions d'identification porteront sur :

- Le cycle et par conséquent les classes d'âges des enfants
- Le secteur privé / public
- Les zones prioritaires REP, REP+

L'enquête a été diffusée sur différents réseaux, via internet, entre le 15 mars et le 15 avril.

161 répondants ont participé, dont 89 pour le cycle 1, 53 pour le cycle 2 et 19 pour le cycle 3.

Cette enquête est visible sur le lien ci-dessous et retransmise ci-après :

https://docs.google.com/forms/d/1iHzXje8ceg7QIUVS4DxL2WOcbDQgm7oQywmfoWrrlDo/prefill

Gestion des émotions et Prévention de la Violence

Professeure des écoles Stagiaire depuis la rentrée 2020, j'exerce dans une classe de Grande Section dans une école « Politique de la ville ». Cet établissement est confronté à des situations de violences importantes.
J'ai décidé d'aborder cette problématique de la violence dans mon mémoire de Master au travers du thème des émotions, partant de l'hypothèse que les enfants en capacité d'identifier leurs émotions, notamment celle de la peur et la colère, peuvent mieux les contrôler et ainsi limiter les actes de violence dans la classe ou dans la cour de récréation.
Au-delà de l'approche menée dans ma séquence dédiée aux émotions, j'aurais besoin d'avoir vos retours d'expérience sur le sujet. Aussi, je vous sollicite quelques minutes pour répondre à cette petite enquête qui illustrera - ou pas - le bien fondé de mon hypothèse de travail. Je vous en remercie par avance.

*Obligatoire

1. 1. Avez-vous déjà travaillé le sujet des émotions en classe ? *

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui *Passer à la question 4*
- ◯ Non *Passer à la question 2*

Si vous n'avez pas déjà travaillé le sujet des émotions

2. Pourriez-vous dire pourquoi ?

3. Avez-vous pu constater par l'action d'autres collègues que la sensibilisation aux émotions prévient les violences en milieu scolaire ? Si oui, pouvez-vous justifier votre réponse ?

Passer à la question 17

Si vous avez déjà travaillé le sujet des émotions

4. Dans quel cycle ? (si plusieurs cycles, merci d'en choisir un en particulier pour la suite des questions) *

Une seule réponse possible.

- ◯ Cycle 1
- ◯ Cycle 2
- ◯ Cycle 3

5. Comment avez-vous travaillé les émotions en classe ?

Plusieurs réponses possibles.

- ☐ Sous forme de séquence
- ☐ De manière ritualisée
- ☐ Autre, à préciser

6. Si vous les avez travaillé sous une autre forme, pouvez-vous préciser ?

7. Quelles émotions travaillez-vous en particulier . Joie / Peur / Colère / Tristesse / Dégout / Surprise / Autre (à préciser)

Plusieurs réponses possibles.

- [ ] Joie
- [ ] Tristesse
- [ ] Peur
- [ ] Colère
- [ ] Surprise
- [ ] Dégoût
- [ ] Autre

8. Pouvez-vous décrire en quelques lignes la façon dont vous abordez ce thème en classe ?

9. Avez-vous pu mesurer l'impact de vos actions de sensibilisation sur ?

Plusieurs réponses possibles.

- [ ] La socialisation des éléves
- [ ] Le climat social dans la classe
- [ ] Les conditions d'apprentissage
- [ ] La prévention des violences dans la cour
- [ ] Autre
- [ ] Aucune mesure

10. Si oui, pouvez-vous décrire les effets positifs rencontrés ?

11. Plus spécifiquement, pensez-vous qu'un travail autour des émotions telles que la peur ou la colère, peut être un facteur de prévention ou de canalisation de la violence à l'école ?

Une seule réponse possible.

- ◯ Oui, très certainement
- ◯ Oui, partiellement
- ◯ Dans quelques cas rares
- ◯ Non, jamais

12. Pouvez-vous justifier votre réponse ?

13. De par votre expérience, quels sont selon vous les points d'attention ou de vigilance à avoir, pour mener à bien un atelier sur les émotions ?

14. Avez-vous dans vos actions de sensibilisation aux émotions une approche différentiée entre filles et garçons, et si oui, laquelle ou pourquoi ?

15. Selon vous, quel(s) est/sont le(s) cyle(s) les mieux appropriés pour travailler autour des émotions ?

Plusieurs réponses possibles.

- [ ] Cycle 1
- [ ] Cycle 2
- [ ] Cycle 3

16. Et pour terminer, auriez-vous une anecdote à raconter pour illustrer le fait que l'approche des émotions en milieu scolaire est utile au bien-être des enfants ou à leur socialisation ?

Questions d'identification, pour tous

17. Dans quel(s) cycle(s) exercez-vous ? *

Plusieurs réponses possibles.

- [ ] Cycle 1
- [ ] Cycle 2
- [ ] Cycle 3

18. Exercez-vous ? *

Une seule réponse possible.

- ◯ Dans le secteur public
- ◯ Dans le secteur privé

19. Votre établissement relève-t-il ? *

Plusieurs réponses possibles.

- [ ] D'une politique de la ville
- [ ] D'un programme REP ou REP +
- [ ] Aucun des deux

20. Sur une échelle de 1 à 10, comment qualifiez-vous le niveau de violence au sein de votre établissement ? (1 : niveau le plus faible, 10, niveau le plus élevé) *

Une seule réponse possible.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯

21. Je vous remercie pour votre implication et pour ce retour d'expérience. Si vous souhaitez recevoir les résultats de cette enquête, merci de noter ci-dessous votre adresse mail.

_____

Un grand merci de la part, je l'espère, d'une future collègue !

Ce contenu n'est ni rédigé, ni cautionné par Google.

Google Forms

.

Gestion des émotions et Prévention de la Violence

Questions Réponses 161

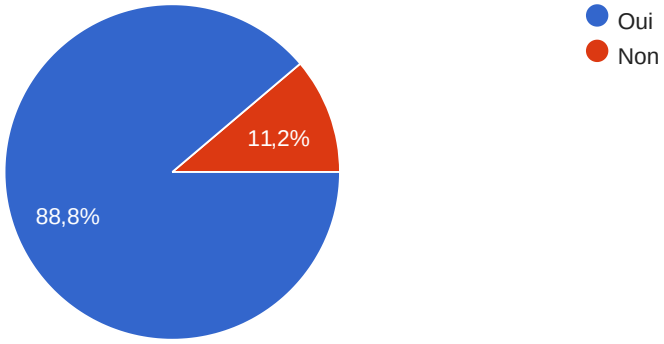
161 réponses

Réponses acceptées

Résumé Question Individuel

1. Avez-vous déjà travaillé le sujet des émotions en classe ?

161 réponses



Si vous n'avez pas déjà travaillé le sujet des émotions

Pourriez-vous dire pourquoi ?

14 réponses

J'ai prévu de le travailler en P5

J’ai travaillé sur d’autres projets mais’le sujet M’intéresse

Pas de soucis de ce côté là dans ma classe actuellement.

Très subjectif et abstrait pour les plus petits mais j'y songe.

En classe de CE2, je ne trouvais pas à quel élément du programme le relier

Pas eu l occasion.

Je le gère au quotidien sans le mettre en sujet propre en soit

Je ne fais pas de travail spécifique le dessus mais on les voit et on en parle beaucoup lorsqu'on analyse les personnages des albums travaillés.

Je n'ai pas su comment aborder le thème et je n'y vois pas trop d'intérêt pour l'approfondir

Avez-vous pu constater par l’action d’autres collègues que la sensibilisation aux émotions prévient les violences en milieu scolaire ? Si oui, pouvez-vous justifier votre réponse ?

13 réponses

Non

Oui, j'ai pour intention de les travailler avec mes GS car ils ont du mal à les exprimer verbalement et donc les montrent sous forme de violence en récréation

Oui parce qu’il permet de mettre des mots sur ses émotions ce qui est encore difficile pour des élèves de maternelle

non

Travail autour du message clair plutôt efficace pour prévenir des violences chez mes collègues

Je n’ai malheureusement pas ce genre de retours

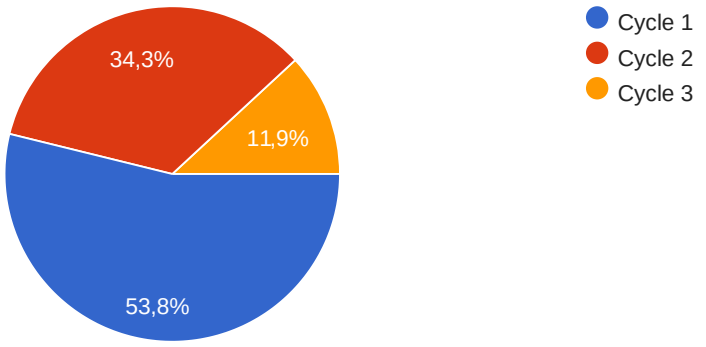
Pas vraiment non...

non, justement,car le thème a été abordé par d'autres collègues

Si vous avez déjà travaillé le sujet des émotions

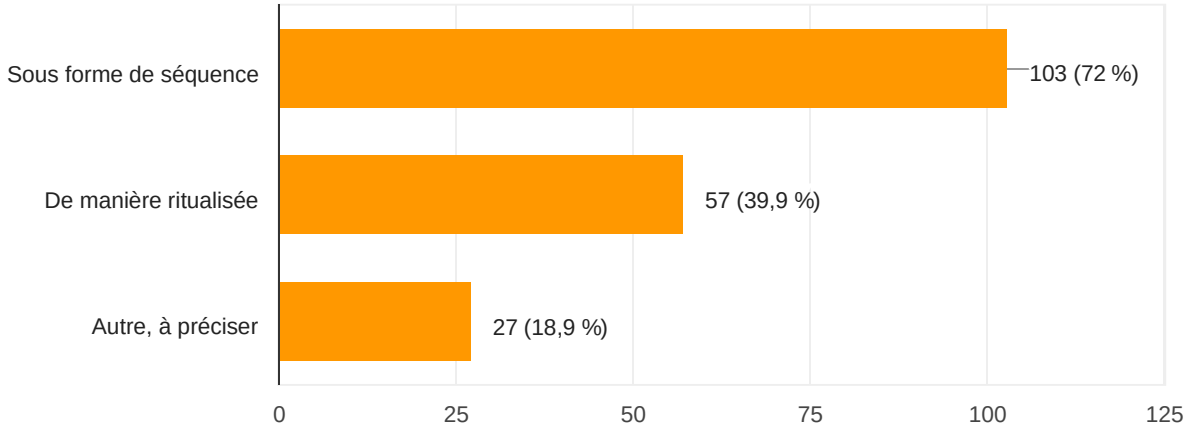
Dans quel cycle ? (si plusieurs cycles, merci d'en choisir un en particulier pour la suite des questions)

143 réponses



Comment avez-vous travaillé les émotions en classe ?

143 réponses



Si vous les avez travaillé sous une autre forme, pouvez-vous préciser ?

35 réponses

Discussion collective en EMC sur le "Vivre ensemble". Comment aurions-nous pu réagir suite à ce que nous avons vécu comme une agression ?

Au quotidien avec les enfants sur ce qu ils ressentent dans des situations problématiques (paroles, discussions, etc.)

Une personne est venue toute l année dans ma classe pour des séquences concernant la discipline positive et les émotions étaient le centre du travail auprès des enfants et adultes

À travers la lecture d'albums de jeunesse et au quotidien en fonction des événements/incidents de la vie à l'école

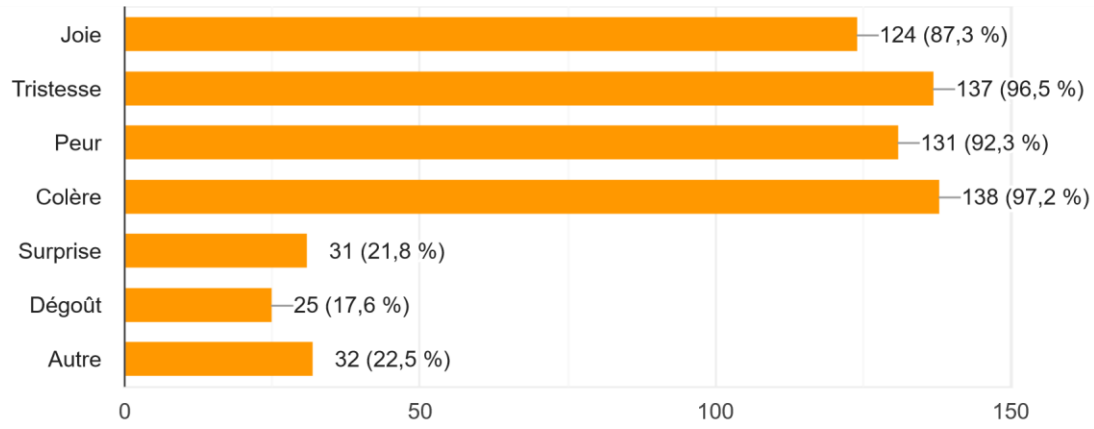
Lecture d'album

Intervention infirmière scolaire du secteur (séquence confiance en soi d'abord puis relation aux autres avec gestion des émotions

Les messages clairs en emc (vie de classe). Découverte d oeuvres plastiques (art abstrait). Évolution des

Quelles émotions travaillez-vous en particulier . Joie / Peur / Colère / Tristesse / Dégout / Surprise / Autre (à préciser)

142 réponses



Pouvez-vous décrire en quelques lignes la façon dont vous abordez ce thème en classe ?

135 réponses

Apprendre à gérer la colère autrement qu'avec de la violence. Réfléchir aux alternatives à la violence. Apprendre à dire avec des mots ce que l'on ressent, ce que l'on a ressenti...

Nous l'avons abordé dans plusieurs disciplines: anglais, lexique et emc (il s'agissait du thème de la période). Nous sommes partis d'albums, de situations vécues. Nous avons ensuite mis en place des rituels et nous avons utilisé des jeux (jeux de théâtre, jeu du monstre des couleurs....)

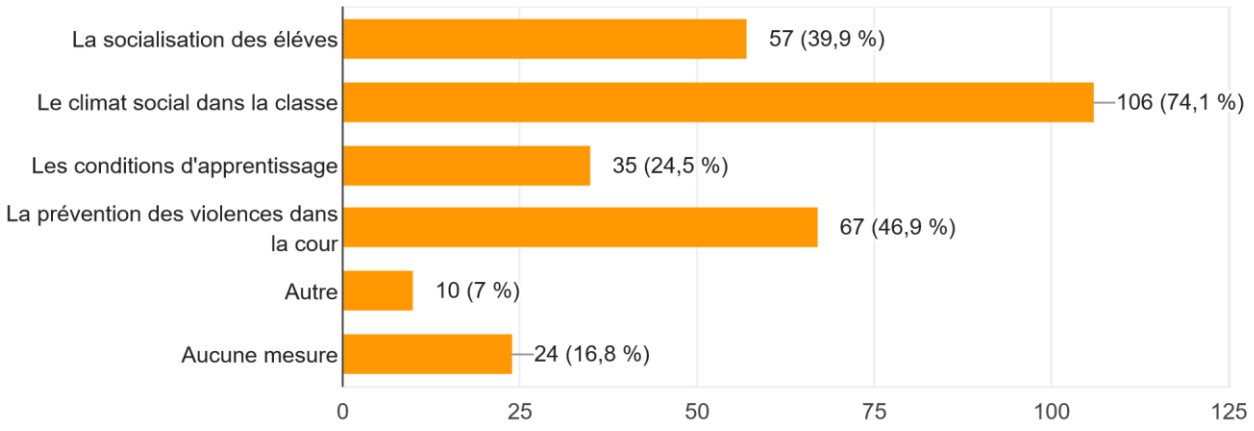
Séquence à partir du film Vice-Versa, diffusion d'extrait du film portant sur une émotion en particulier puis petit débat entre les élèves pour en arriver à l'utilité d'accepter et d'accueillir les émotions (positive ou négative) mais en les "contrôlant" pour ne pas se laisser déborder par elle.

De façon ritualisée : les élèves indiquent par leur position corporelle comment ils se sentent (exemple : debout bras en l'air = je vais très bien), on fait par la suite plus attention à la façon de s'adresser aux élèves qui ont indiqué qu'ils se sentaient mal.
Sequence : travail en emc à partir de la bd max et lili

A l'aide d'album et de comptines puis en passant par les imitations

Avez-vous pu mesurer l'impact de vos actions de sensibilisation sur ?

143 réponses



Si oui, pouvez-vous décrire les effets positifs rencontrés ?

113 réponses

Moins d'agressivité entre élèves. Tensions apaisées (il vaut mieux mettre les problèmes en discussion pour que chacun perçoive mieux la situation) grâce à l'expression du ressenti de chacun. Meilleure ambiance de travail en classe grâce aux tensions apaisées.

Les disputes et violences de la cours ont fortement diminuées. Le climat de classe est bien meilleur

Les élèves expriment et acceptent leurs émotions, ils sont capables d'entendre celle des autres et de se mettre à leur place.

Les élèves font plus attention aux autres, ils prennent conscience que certains élèves de sentent mal et ils font plus d'efforts envers eux.

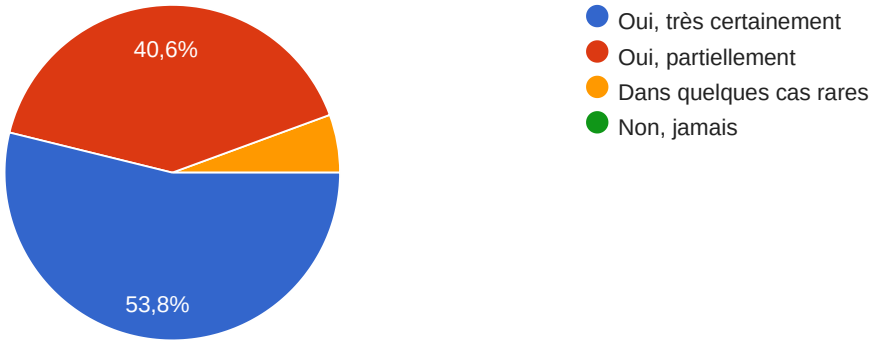
les élèves verbalisent davantage leur émotions et de fait savent mieux les gérer

Prise en compte des camarades, de leurs émotions et donc création d'une cohésion de groupe

Les élèves font attention aux uns et aux autres. Lors de la description d'images par exemple, lors d'une situation d'apprentissage, les élèves parlent d'eux-mêmes des émotions ressenties par les personnages.

Plus spécifiquement, pensez-vous qu'un travail autour des émotions telles que la peur ou la colère, peut être un facteur de prévention ou de canalisation de la violence à l'école ?

143 réponses



Pouvez-vous justifier votre réponse ?

124 réponses

Evoquer les problèmes permet de commencer à les résoudre !
Apprendre à vivre ensemble et à se respecter est une épreuve quotidienne. La socialisation s'apprend. Le respect des autres n'est pas une valeur innée.

Cela aide les élèves à mon comprendre et donc gérer leurs émotions

constaté en classe en particulier sur la colère

En verbalisant leur ressenti, les élèves peuvent mettre des mots sur leur mal-être, cela les aide à se comprendre et à comprendre les autres.

travailler ces émotions permet aux élèves de les identifier et d'utiliser des clés non violente pour les traiter

Un travail en classe sur ces émotions peut être facteur de canalisation, cependant je pense que si ce que vit l'élève à la maison relève de la violence, une séquence en classe ne suffira peut être pas

Il faut comprendre ses émotions mais également ce que ressentent les autres dans telle ou telle situation pour pouvoir mieux les contrôler ensuite.

De par votre expérience, quels sont selon vous les points d'attention ou de vigilance à avoir, pour mener à bien un atelier sur les émotions ?

123 réponses

Petit groupe. Plusieurs temps courts (pour mesurer l'évolution des mentalités). Aider les élèves à s'exprimer, reformuler, les faire reformuler leurs idées, leurs émotions.
Intervention d'un spécialiste : psychologue de l'éducation nationale ou psychologue territorial (de la mairie).

Ne pas censurer les élèves et les laisser exprimer leurs idées entièrement. Ne pas porter de jugement sur ce qu'ils confient en lien avec leurs émotions.

Une seule séquence ne suffit pas. Il faut travailler ce thème tout au long de l'année.

la vie de l'élèveau domicile, les différents caractères

Faire attention au vécu de chacun (aborder avec vigilance des sujets qui pourraient être sensibles au regard des histoires personnelles des élèves). Eviter de nommer un élève si on veut aborder un exemple de violence vécu ou observé.

Etre à l'écoute de tous les enfants, même ceux qui n'attirent pas l'attention.

Avez-vous dans vos actions de sensibilisation aux émotions une approche différentiée entre filles et garçons, et si oui, laquelle ou pourquoi ?

134 réponses

Non

non

Non

Non.

Non.

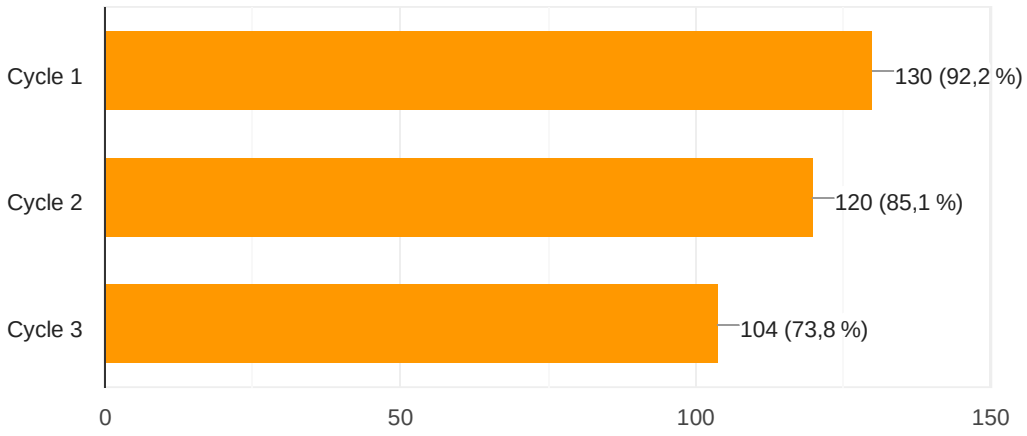
Non, mais on aborde les comportements garçons/filles en CM2 à l'occasion de la sensibilisation aux signes de la puberté.

non

Oui et non, la majorité des élèves violents sont des garçons mais il arrive que certaines filles le soient aussi. Mais avec les 2 il s'agit de reconnaître l'émotion que traverse l'élève pour pouvoir la comprendre et la gérer

Selon vous, quel(s) est/sont le(s) cyle(s) les mieux appropriés pour travailler autour des émotions ?

141 réponses



Et pour terminer, auriez-vous une anecdote à raconter pour illustrer le fait que l'approche des émotions en milieu scolaire est utile au bien-être des enfants ou à leur socialisation ?

61 réponses

Non

Lors d'un débat après un extrait un petit garçon (ce2) a exprimé dans la classe qu'il se sentait obligé de répondre à la colère par "la bagarre". Les autres élèves ont compris ses réactions et lui ont proposé d'autres réactions et moyen de s'exprimer. Plusieurs jours après il est venu me voir pour me dire qu'un tel l'énervait mais qu'il ne voulait pas se battre et se faire punir. C'est un tout petit changement d'attitude mais c'était déjà une petite victoire pour lui.

Non.

Suite à notre travail sur les émotions, nous avons créé la boite des émotions dans laquelle se trouvent des photos, des balles antistress, des doudous etc. Quand les enfants se sentent débordé par une émotion, ils vont se poser dans ce coin et parviennent s'apaiser

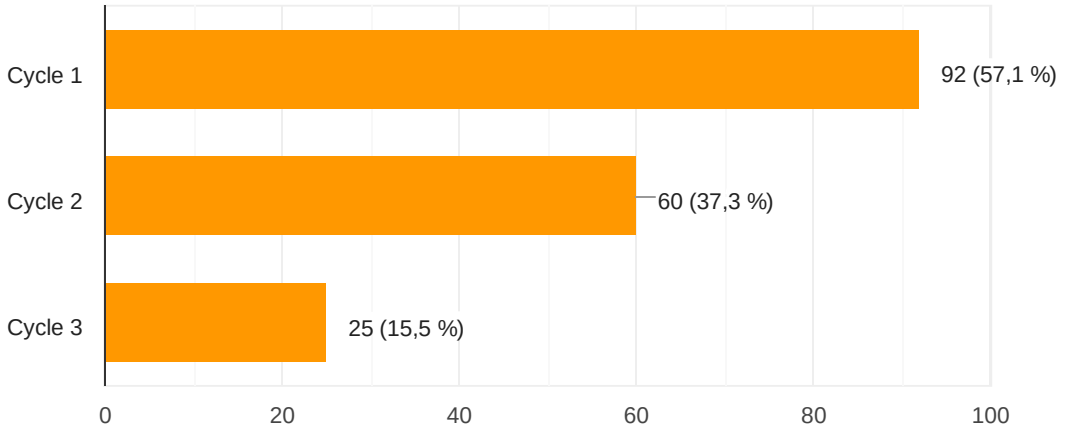
Je pense qu'il ne s'agit pas de dire qu'il y a des émotions positives et d'autres négatives. Il s'agit de faire prendre conscience à l'élève de l'émotion qu'il traverse, elle est légitime mais il s'agit de lui apprendre comment gérer cette emotion

L é ti t t t d l d i d f t l 'il i t t d hi t i L

Questions d'identification, pour tous

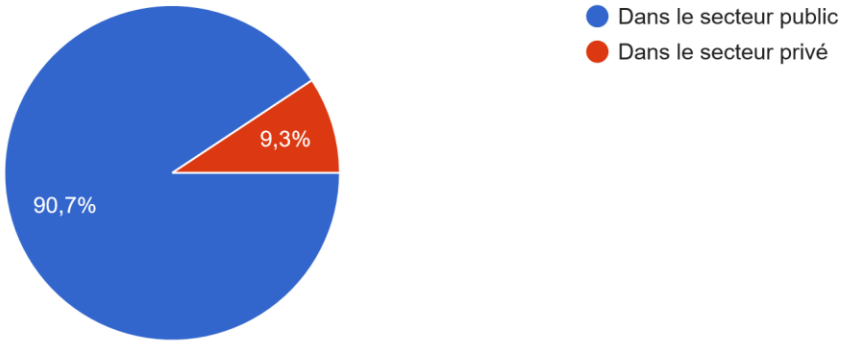
Dans quel(s) cycle(s) exercez-vous ?

161 réponses



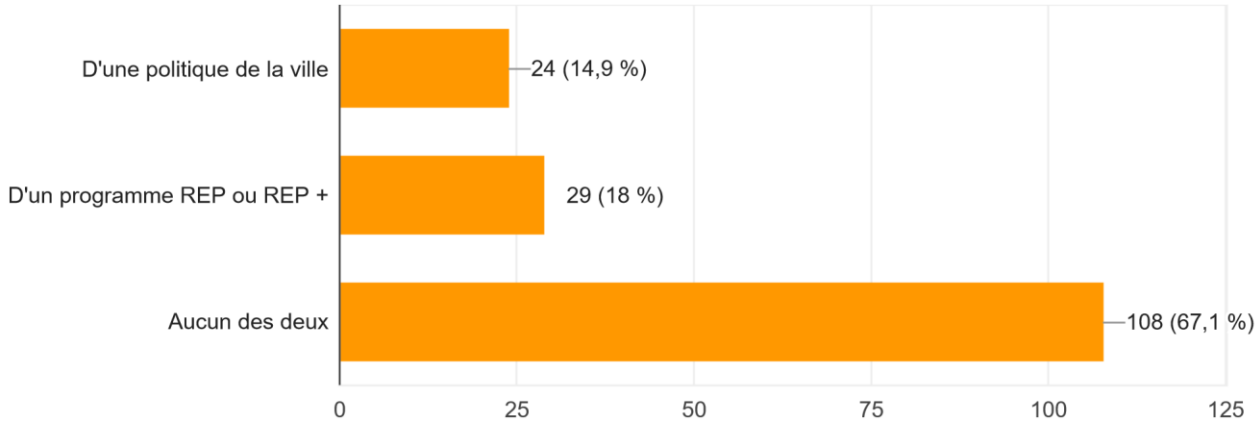
Exercez-vous ?

161 réponses



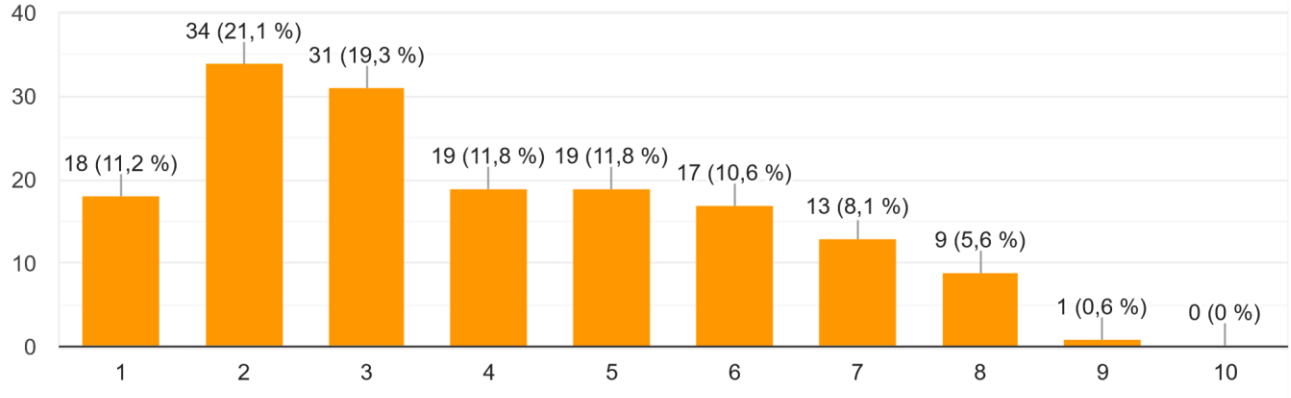
Votre établissement relève-t-il ?

161 réponses



Sur une échelle de 1 à 10, comment qualifiez-vous le niveau de violence au sein de votre établissement ? (1 : niveau le plus faible, 10, niveau le plus élevé)

161 réponses



Annexe 2 : Exemple d'atelier mis en place en GS : « Le mur des émotions »