

« Aimer, Enseigner, Accompagner »

Gaëlle Assoune



« Rousseau avait raison : l'homme naît bon, c'est la société qui le corrompt".

Olivier Houdé, *Apprendre à résister, Pour l'école, contre la terreur*, Le Pommier Manifeste, Avril 2019, p.131.

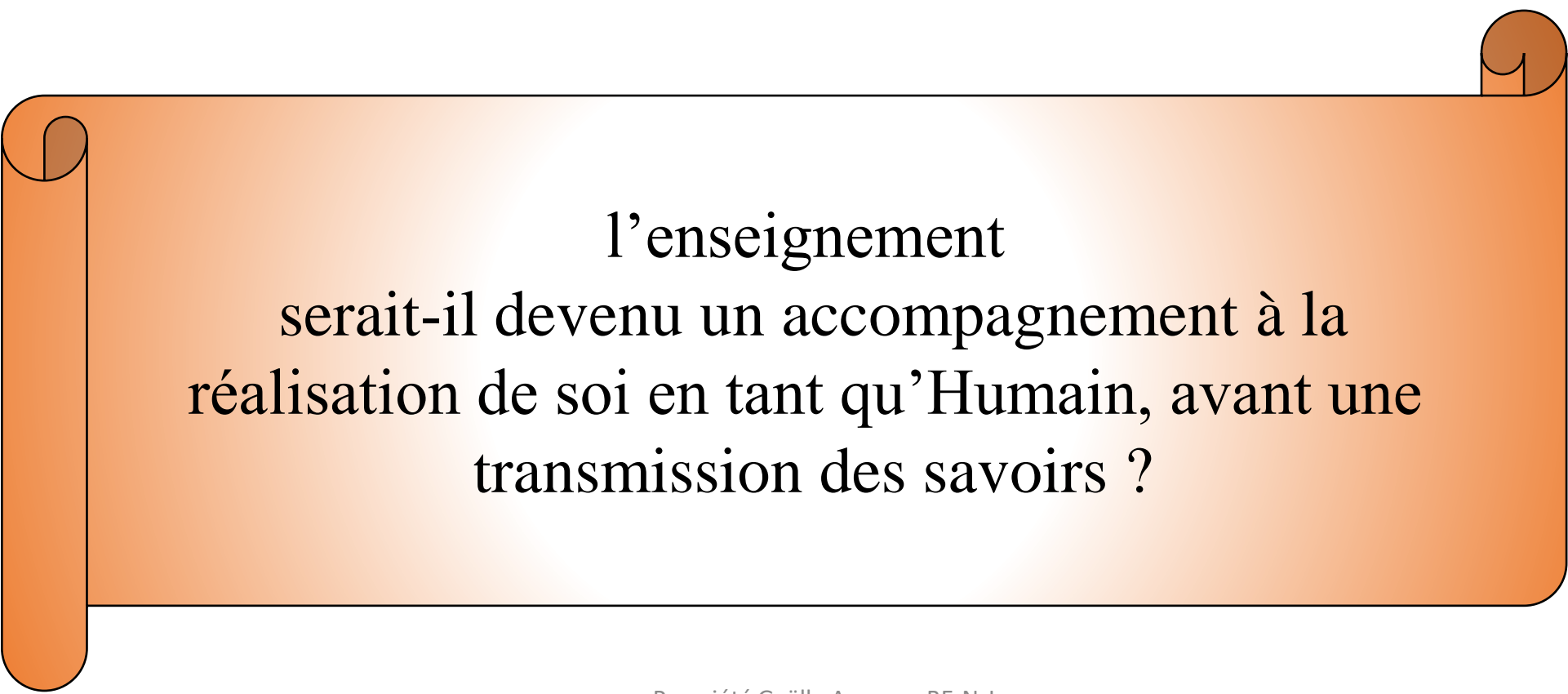
Paul Bloom et Karen Wynn

- Ces deux psychologues ont démontré que dès 6 mois, les bébés préfèrent les « gentils » aux « méchants ».
- Ils mettaient en scène des interactions sociales altruistes ou non à l'aide des petites marionnettes. Et 70 % des enfants finissaient par choisir la marionnette qui avait « bien agi ».
- <https://www.youtube.com/watch?v=IBUD0pYazAU> (2'20)



Problématique

Face aux violences scolaires et à la fatigue professionnelle des personnels :

A large orange scroll graphic with a gradient from light orange to dark orange. It has a vertical strip on the left side and a small circular detail at the top right corner.

l'enseignement
serait-il devenu un accompagnement à la
réalisation de soi en tant qu'Humain, avant une
transmission des savoirs ?

I - Enseigner aujourd'hui ?

STRESS

Evaluations, devoirs, programmes, réussite scolaire...

Sanctions – Punitions – climat scolaire

Maltraitance émotionnelle – Violence Educative Ordinaire

Chronobiologie

Respecter les cycles du sommeil nécessaires à un bon apprentissage en Mémorisation et en Attention

Les NAS

Neurosciences Affectives et Sociales : entre 0-3 ans, respecter les besoins émotionnels du bébé, les conditions éducatives au bon développement du cortex préfrontal, de l'amygdale et de l'hippocampe.



I-1 Pour les enseignants

En 2019, les suicides de personnels de l'Education Nationale se multiplient.

En 2018, une enquête du syndicat SE-UNSA réalisée auprès de 7 500 personnels fait état de 46 % d'enseignants ayant régulièrement des problèmes de voix.

67 % des enseignants estiment que le stress au travail est plus important dans leur métier que dans d'autres (enquête effectuée pour le Snes, 2002)

Une étude épidémiologique de la MGEN (Mutuelle générale de l'Éducation nationale) montre, en 2001, que les enseignants souffrent significativement d'affections spécifiques : insomnies, migraines, zonas, affections des voies respiratoires...

«Profs : On se sent si seuls au quotidien»

Marie Piquemal, Noémie Rousseau, Mathilde Frénois

Article « Libération » 15 octobre 2019

Une étude que viennent d'achever les sociologues de l'éducation Pascal Guibert et Pierre Périer, qui n'a pas encore été rendue publique sur 2 202 enseignants de collège et lycée interrogés :

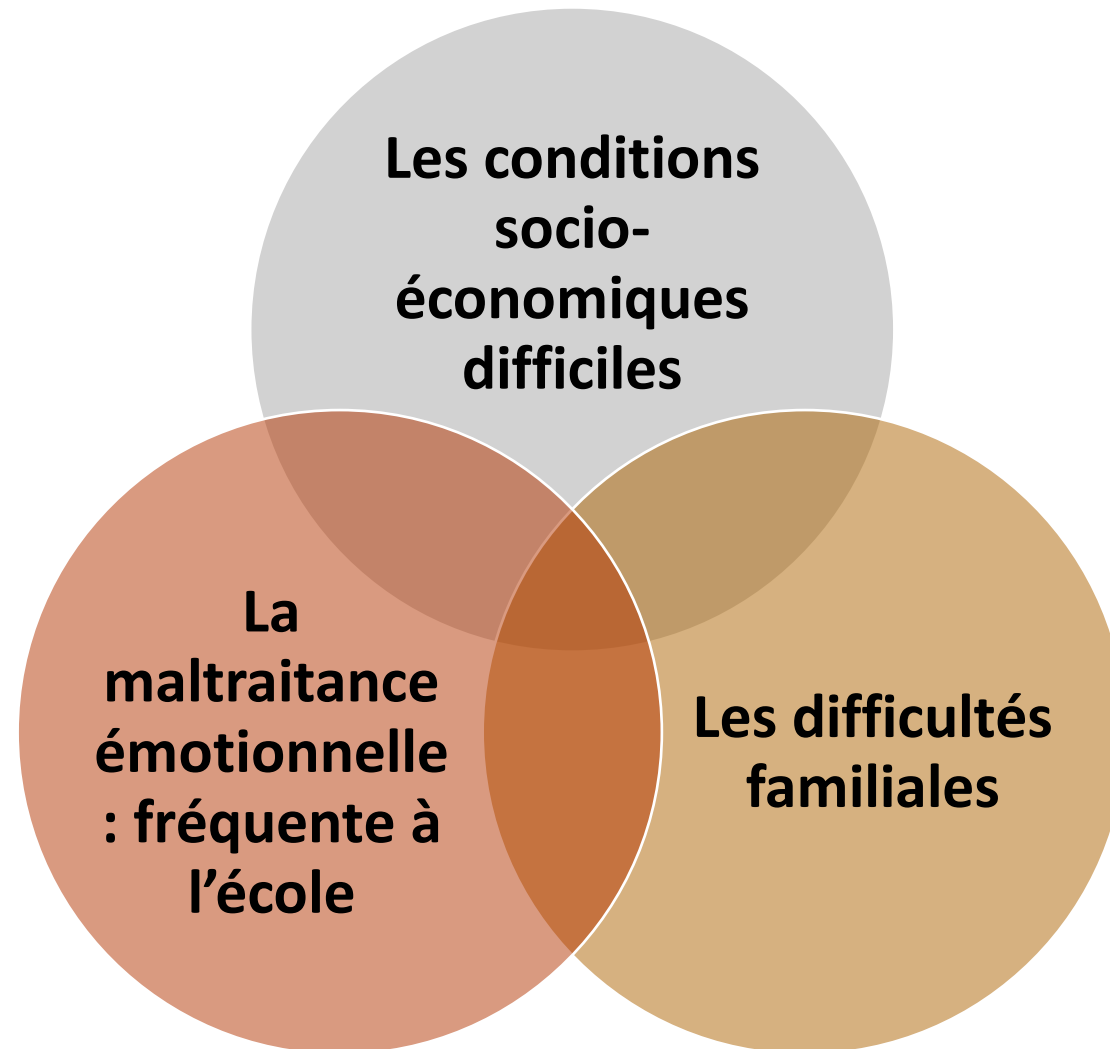
«Qu'est-ce qui est le plus difficile à vivre dans votre quotidien ?»

«le manque de reconnaissance de l'institution»

«la lourdeur des tâches administratives»

Intervention de M. Banquer ce 16 octobre sur France Inter dans Le 7/9 « Pour les directeurs d'école, il y aura des mesures concrètes dans les prochaines semaines [...] moins de tâches administratives, plus d'aide pour la relation avec les familles, et une reconnaissance du métier. Il faut éviter tout désespoir sur ce sujet. »

I-2 Pour les élèves



La maltraitance émotionnelle

Hornor (G) (2012), « Emotionnal maltreatment », *Journal of Pediatric Health Care*.

Comportement
ou parole qui
rabaisse
l'enfant, le
ridiculise, le
critique, le
punit, lui
procure un
sentiment
d'humiliation,
de honte

Tout ce qui
lui fait peur
ou le
terrorise

C'est aussi
l'ignorer ou ne
pas répondre à
ses besoins
d'affection, de
soin, de
protection

Le rejeter

L'isoler, le
priver de
liberté, ou
d'interaction
s sociales

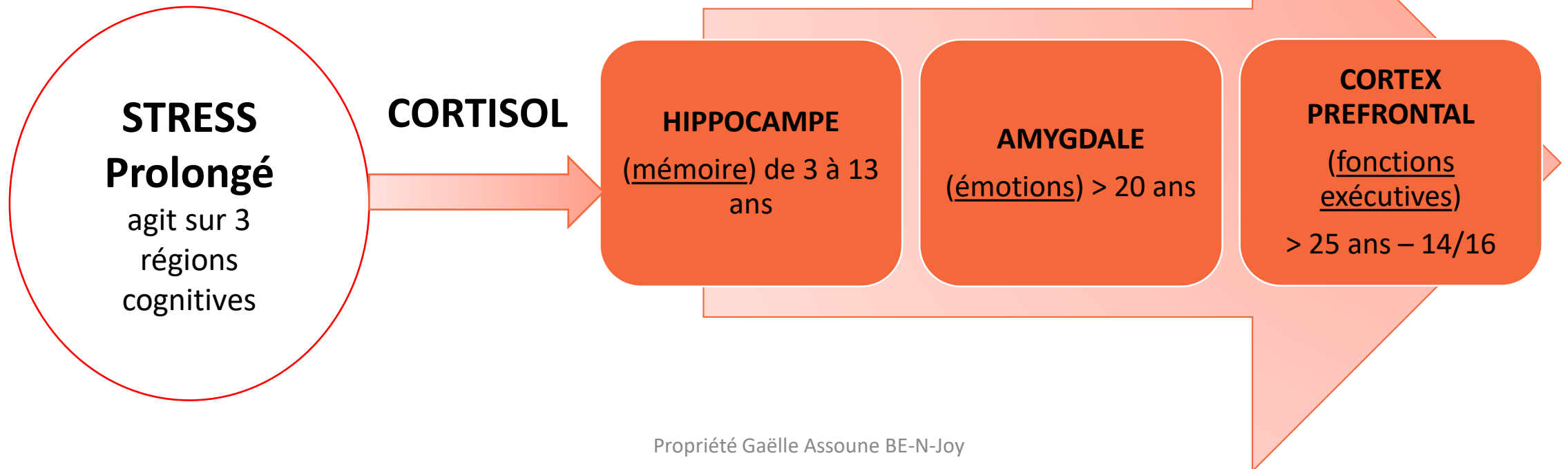
Négliger les
soins à lui
apporter et
ses besoins
éducatifs

Le laisser
assister à des
violences
conjugales

I-3 Le stress entrave l'enseignement

➤ Deux stressseurs :

- **psychogénique** (ensemble des facteurs environnementaux réels ou imaginaires capables d'impacter le système de réponse au stress)
- **biogénique** (café, sucre, drogues...)



ATTENTION

= SE FOCALISER EN
ELIMINANT LES
DISTRACTIONS

- ☐ Ne pas être distrait en classe
- ☐ Se concentrer, suivre une conversation dans le bruit
- ☐ Rester dans une tâche pendant une durée prolongée
- ☐ Appliquer deux consignes dans un exercice

MÉMOIRE DE TRAVAIL

= STOCKAGE ET
MANIPULATION DES INFOS
EN MEMOIRE

- ☐ Retenir des consignes longues
- ☐ Réaliser des calculs mentaux
- ☐ S'exprimer avec des longues phrases

C'EST QUOI ?

- ☐ Chef d'orchestre des autres fonctions cognitives
- ☐ Processus de haut niveau qui permettent d'adapter notre comportement à des situations non routinières

LES FONCTIONS EXECUTIVES

POURQUOI A L'ECOLE ?

- ☐ REUSSITE SCOLAIRE
 - ☐ Comprendre des consignes
 - ☐ Se concentrer sur une activité en cours
- ☐ CONTRÔLE DE SOI
- ☐ ADAPTATION AUX SITUATIONS NOUVELLES

INHIBITION

= MAITRISER LES
COMPORTEMENTS
AUTOMATIQUES

- ☐ Stopper une tâche, une pensée en cours
- ☐ Se tenir à la tâche en cours
- ☐ Vitesse de gestes et actions adaptés à la vitesse de réflexion

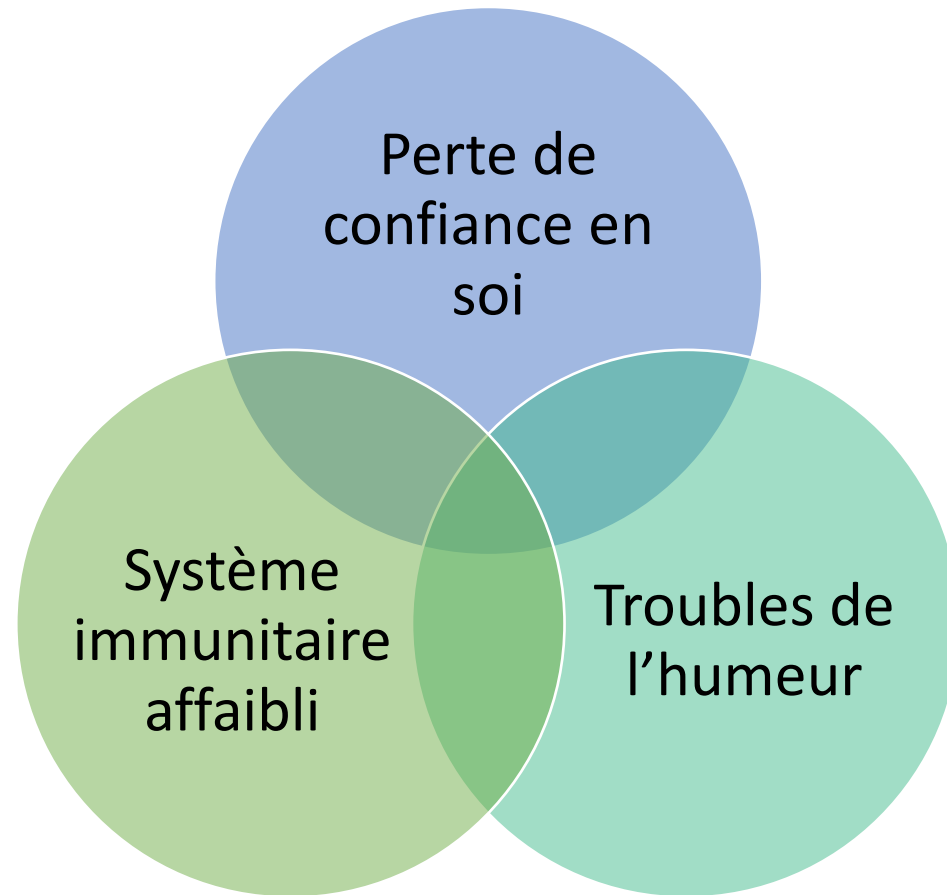
FLEXIBILITE

= PASSER D'UNE ACTION A
L'AUTRES AISEMENT

- ☐ Accepter les changements
- ☐ Passer à une autre tâche
- ☐ Capacité à avoir des points de vues différents
- ☐ Capacité à changer de stratégie



I-4 Les effets du stress sur le comportement



II-1 - Aimer : relation élève-enseignant

- Dr Catherine Gueguen, Heureux à l'école, « comment les neurosciences affectives et sociales peuvent changer l'éducation », Laffont, 2018.
- Empathie : 3 niveaux – Jean Decety neurobiologiste à Chicago

Empathie

Affective

sentir et partager les sentiments des autres sans être dans la confusion entre soi et les autres.

Cognitive

comprendre les sentiments et les pensées d'autrui

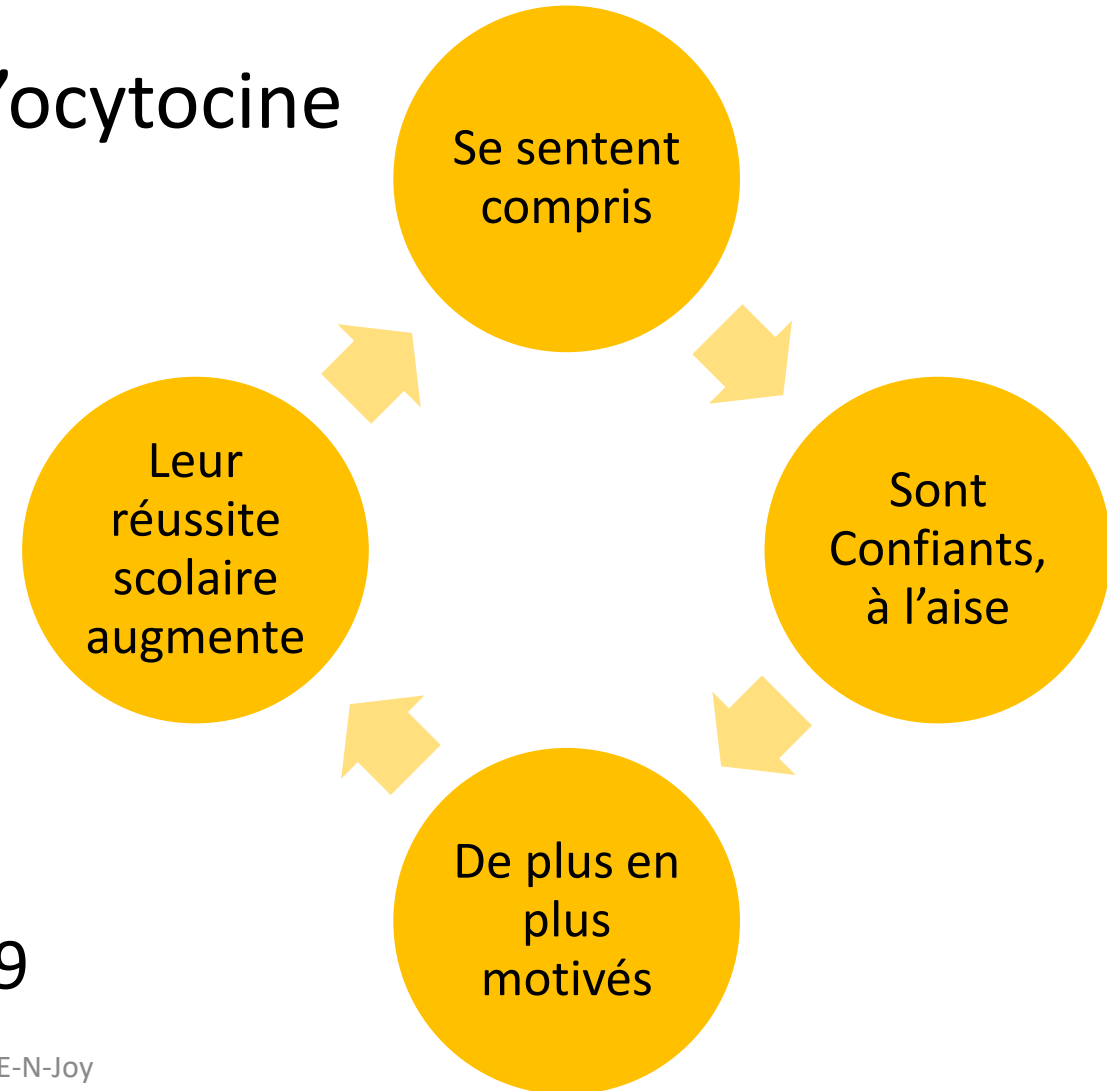
Sollicitude empathique

ce qui nous incite à prendre soin du bien-être d'autrui

L'empathie affective = ocytocine

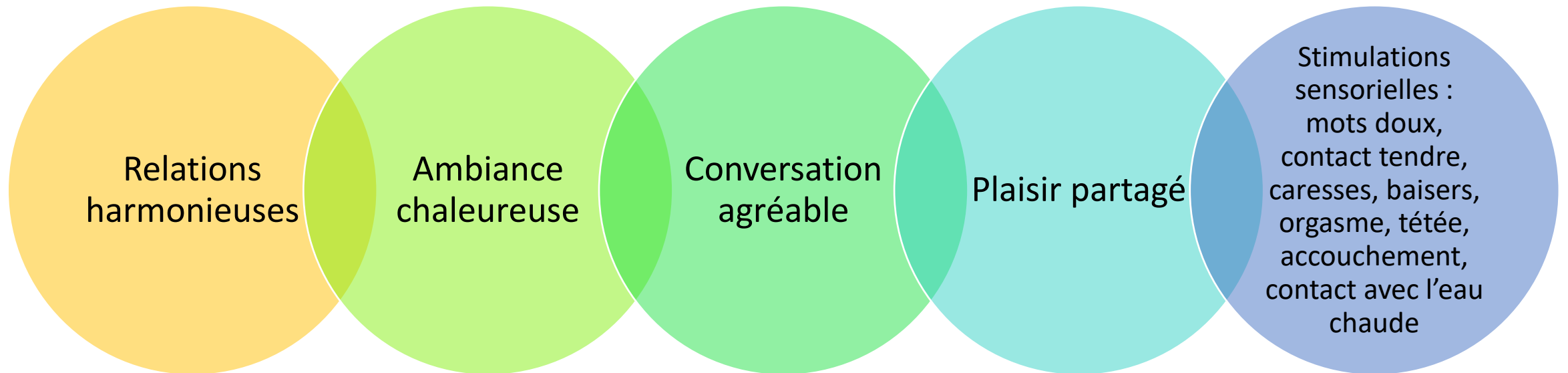
- Le cortisol bloque la production d'ocytocine

« Quand les enseignants sont capables d'empathie, ils créent un lien de qualité avec leurs élèves qui génère un véritable cercle vertueux »

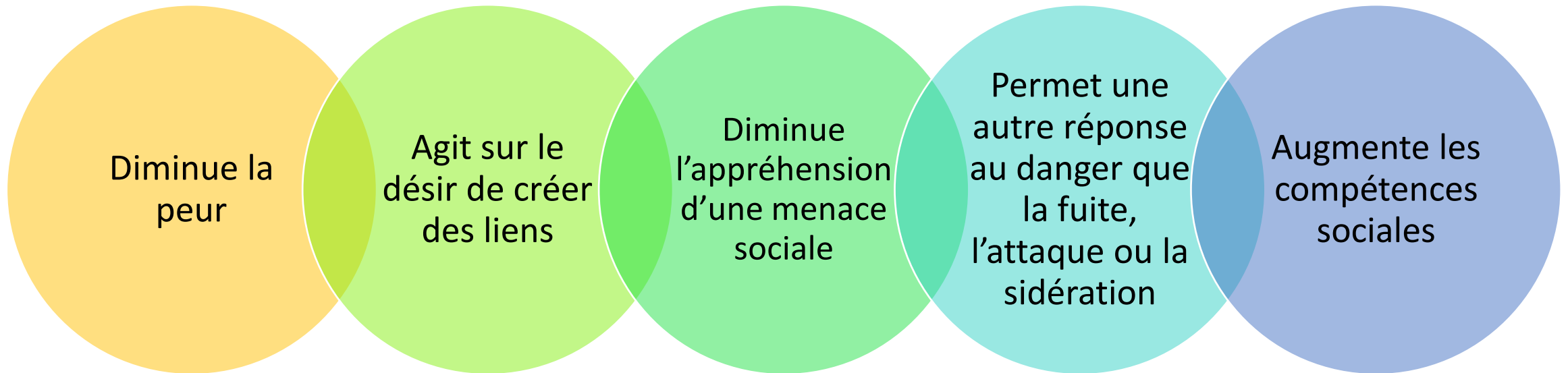


Cornelius-White, PsyD, 2007, Hattie 2009

Créer de l'ocytocine grâce à l'hypothalamus



Bienfaits de l'ocytocine



Compétences psychosociales

Les compétences psychosociales (CPS) des enfants et adolescents

« Aptitude à maintenir un état de bien-être mental, en adaptant un comportement approprié et positif, à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. » (OMS, 1993)

Classification des CPS

En 1993¹

Savoir résoudre
des problèmes

Savoir prendre
des décisions

Avoir une pensée créative

Avoir une pensée critique

Savoir communiquer
efficacement

Être habile dans les
relations interpersonnelles

Avoir conscience
de soi

Avoir de l'empathie

Savoir réguler ses
émotions

Savoir gérer
son stress



En 2001²

Compétences
sociales

Communication
verbale et non verbale

Empathie

Capacités de
résistance et
de négociation

Coopération

Plaidoyer

Compétences
cognitives

Prise de décision

Pensée critique
et
auto-évaluation

Compétences
émotionnelles

Régulation
émotionnelle

Gestion du stress
Auto-évaluation et
auto-régulation

II- 2 - Les pratiques d'empathie et de bienveillance

EN CLASSE DE FRANCAIS

axer les compétences sur les processus d'identification des personnages

reconnaître l'autre dans sa différence en travaillant sur les étymologies des prénoms

Travailler les représentations sociales grâce à l'image et aux processus de représentation du réel

Accepter les différences d'origine et travailler sur l'histoire des migrations des populations

Les pratiques d'empathie et de bienveillance

DANS TOUTES LES CLASSES

Salle de cours accueillante : plante, coin lecture, droit de se lever et de bouger, tables en îlots, ordinateurs, bol tibétain, sabliers ludiques, miroir, odeurs apaisantes, couleurs...

Techniques de CNV (communication non violente), d'Isabelle Filliozat, de Faber et Mazlich...

Exprimer ses émotions : cahier, émoticônes sur le bureau, check pastilles en entrant en classe...

Créer des jeux qui favorisent l'inhibition

Créer des Cogniclasses basées sur la Neuroéducation

Les pratiques d'empathie et de bienveillance

DANS L'ETABLISSEMENT

Dispositifs d'accueil des émotions à l'infirmerie et dans un tiers lieu pour la gestion par la vie scolaire

Cours d'empathie : jeux de rôles ; mise en situation de harcèlement par exemple, mais peut être déclinée sous d'autres thématiques.

Pratiquer la philosophie : le 1/4h philo, l'atelier philo renversé

Intégrer l'élève dans la vie de l'établissement : éco-délégués, cités éducatives, conseil de vie collégienne, foyer

Formation des personnels à la psychologie de l'enfant, la neuroéducation, l'accompagnement de projets

Travailler la pédagogie de projets TouKouLeur : 100 % élèves, un Tiers Lieu ouvert aux élèves.

III – Accompagner

1 – La posture de l'accompagnant

Définition de Martine Beauvais, chercheuse au Labo TRIGONE-CUEEP à Lille 1 en 2006 lors du 7^e Colloque européen sur l'auto-formation
« Faciliter les apprentissages autonomes »

« Il s'agit d'une démarche visant à aider une personne à cheminer, à se construire, à atteindre ses buts »

« Des principes éthiques pour une philosophie de l'accompagnement », in De l'éducation permanente à la formation tout au long de sa vie, 2004.

III – Accompagner

2 – La démarche de l'accompagnement

« créer des conditions susceptibles de favoriser chez l'autre son autonomisation, sa responsabilisation et la prise en projet de lui-même par lui-même »

Cela « implique que l'on partage une certaine conception de l'Homme ; conception de l'Homme en tant que 'sujet Autonome, Responsable et Projectif' »

Concevoir des cadres à la fois souples et fermes présentant un certain nombre de points fixes et laissant à l'autre la place, l'espace, le temps pour se construire, s'inventer.



« Bienveillance Empathie Neurosciences pour un accompagnement positif »