

Animation pédagogique – cycle I – Année scolaire 2023-2024

ENSEIGNER LES ÉMOTIONS À L'ÉCOLE



Mission départementale maternelle de Savoie
Nathalie Dalla Libera – conseillère pédagogique
DSDEN 73 – CE.dsden73-mat-ep@ac-grenoble.fr

Sonia Angonin – CPC Albertville

ENSEIGNER QUOI



COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

Les compétences psychosociales

Définition de l'OMS*

Division de la santé mentale et de la prévention des toxicomanies - 1993

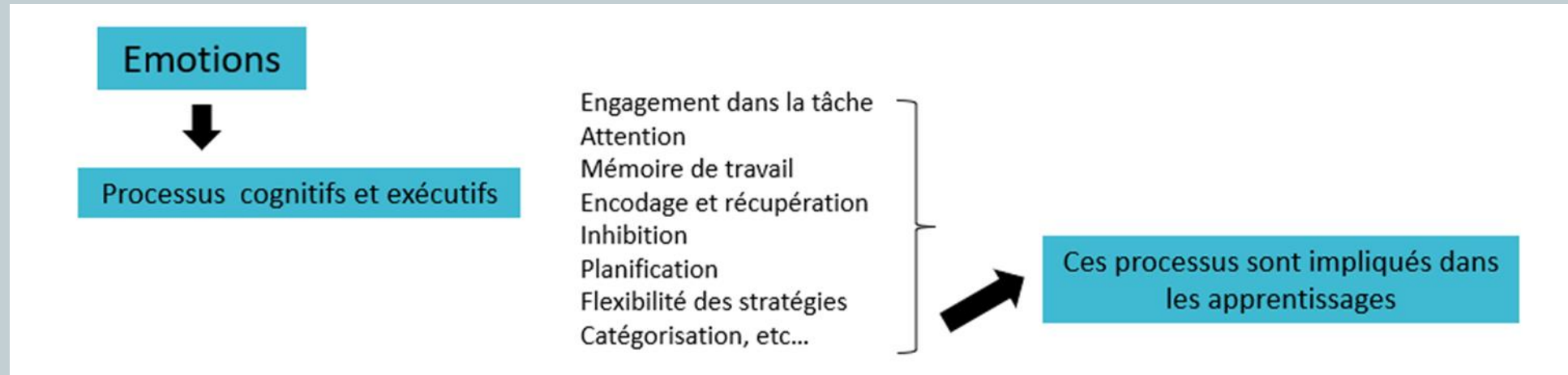
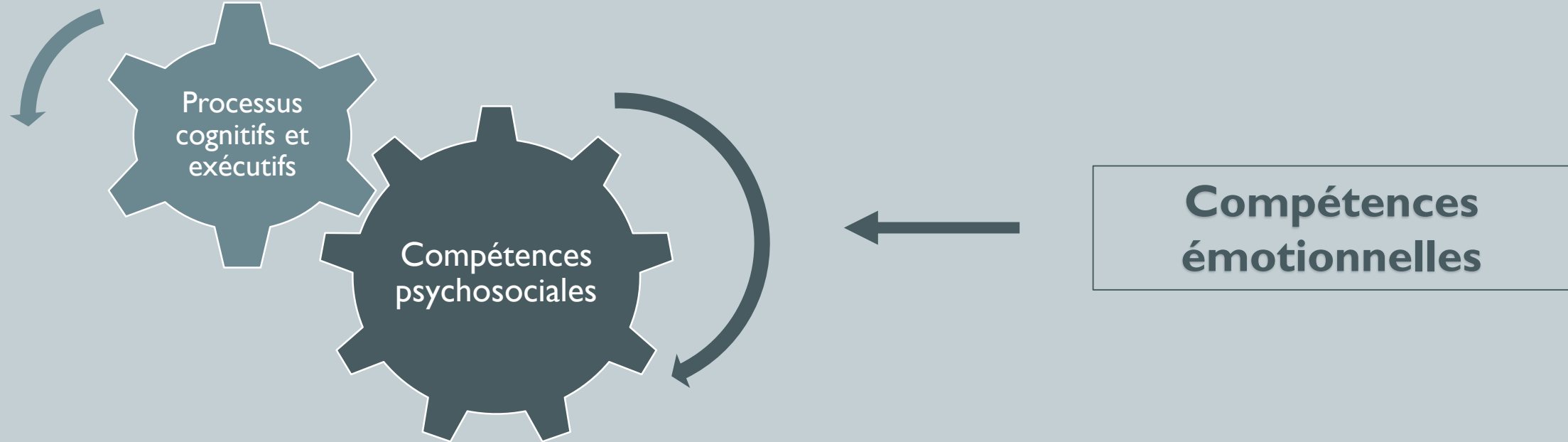
" Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement."

OMS : Organisation Mondiale de la Santé



Catégories	CPS générales	CPS spécifiques
Compétences cognitives	Avoir conscience de soi	Connaissance de soi Savoir penser de façon critique Capacité d'auto-évaluation positive Capacité d'attention à soi
	Capacité de maîtrise de soi	Capacité à gérer ses impulsions Capacité à atteindre ses buts
	Prendre des décisions constructives	Capacité à faire des choix responsables Capacité à résoudre problèmes de façon créative
Compétences émotionnelles	Avoir conscience de ses émotions et de son stress	Comprendre les émotions et le stress Identifier ses émotions et son stress
	Réguler ses émotions	Exprimer ses émotions de façon positive Gérer ses émotions
	Gérer son stress	Réguler son stress au quotidien Capacité à faire face en situation d'adversité
Compétences sociales	Communiquer de façon constructive	Capacité d'écoute empathique Communication efficace
	Développer des relations constructives	Développer des liens sociaux Développer des attitudes et des comportements prosociaux
	Résoudre des difficultés	Capacité d'assertivité et de refus Savoir demander de l'aide Résoudre des conflits de façon constructive

POURQUOI IL EST IMPORTANT D'ENSEIGNER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES



EXPÉRIMENTATION EN COURS PAR LE MINISTÈRE: L'EMPATHIE

DÉVELOPPER LES
COMPÉTENCES
PSYCHOSOCIALES
(EXPÉRIMENTATION
PAGE DÉDIÉE EDUSCOL)

CYCLE 1 – 2 - 3

- <https://eduscol.education.fr/3901/developper-les-competences-psychosociales-chez-les-eleves>



Accroître sa compréhension de soi

- ↳ S'autoévaluer positivement
- ↳ Connaître ses buts personnels
- ↳ Renforcer son attention
- ↳ Atteindre ses buts et gérer ses impulsions
- ↳ Résoudre des problèmes de façon créative et efficace



Accroître sa compréhension des émotions

- ↳ Accroître sa connaissance des émotions
- ↳ Identifier ses émotions
- ↳ Gérer ses autres émotions (agréables/désagréables)
- ↳ Réguler son stress
- ↳ Exprimer ses émotions de façon constructive



Communiquer de façon constructive

- ↳ Communiquer de façon empathique
- ↳ Communiquer de façon efficace
- ↳ S'affirmer par le consentement et le refus
- ↳ Développer des liens sociaux
- ↳ Résoudre des conflits de façon constructive
- ↳ Développer des attitudes et comportements pro-sociaux

4 PROPOSITIONS POUR L'EXPÉRIMENTATION ACTUELLE

- La méthode Danoise Fri for mobberi (ligue de l'enseignement)
- La méthode des ateliers philo
- La méthode par le jeu des 3 figures (Tisseron) – jeu théâtral :
<https://3figures.org/>
- La méthode du ministère :
<https://eduscol.education.fr/document/53961/download?attachment>

KIT PÉDAGOGIQUE POUR LES SÉANCES D'EMPATHIE À L'ÉCOLE



- **Livret 1 disponible**, 2 autres livrets à venir + des indicateurs d'évaluation
 - Première partie : présentation + repères pour animer des séances pédagogiques
 - Pour chaque CPS 2 activités pour les maternelles + 2 pour les élémentaires
 - Pour chaque activité : niveau, objectif, durée, matériel, descriptif des différentes phases, différenciation
- 21 compétences CPS répertoriées issues de la classification de Santé Publique France
- Séances prêtes à l'emploi, pas de formation préalable, elles s'inscrivent dans le cadre de séance classique.
- S'appuie sur des gestes professionnels déjà acquis par les enseignants
- 30 fiches pour outiller les équipes
- Séances hebdomadaires (2 séances par semaine sur 6 mois)

COMPÉTENCES EMOTIONNELLES

- « **Emotion** : nom féminin, de émouvoir, d'après l'ancien français motion, mouvement. Trouble subit, agitation passagère... Réaction affective transitoire d'assez grande intensité, habituellement provoquée par une stimulation venue de l'environnement. »
- « **Sentiment** : nom masculin, de sentir. Etat affectif, complexe et durable, lié à certaines émotions ou à certaines représentations. »

Emotions et sentiments font partie du domaine du ressenti. Les émotions sont de courte durée, d'intensité variable, alors que les sentiments sont durables, plus ancrés en nous.

COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES DANS LES PROGRAMMES

- Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique : la pratique d'activités physiques et artistiques contribue au développement moteur, sensoriel, affectif, intellectuel et relationnel des enfants. Ces activités mobilisent, stimulent, enrichissent l'imaginaire et sont l'occasion d'éprouver des émotions et des sensations nouvelles.
- -Agir, s'exprimer, comprendre au travers d'activités artistiques : les enfants apprennent à mettre des mots sur leurs émotions, leurs sentiments, leurs impressions, et peu à peu, à exprimer leurs intentions et évoquer leurs réalisations comme celles des autres. L'enseignant les incite à être précis pour comparer, différencier leurs points de vue et ceux des autres, émettre des questionnements ; il les invite à expliciter leurs choix, à formuler ce à quoi ils pensent et à justifier ce qui présente à leurs yeux de l'intérêt.
- -Vivre et exprimer des émotions, formuler des choix. décrire une image, parler d'un extrait musical et exprimer son ressenti ou sa compréhension en utilisant le vocabulaire adapté.
- -Vivre et exprimer des émotions, formuler des choix. décrire une image, parler d'un extrait musical et exprimer son ressenti ou sa compréhension.

EMOTIMAT – RECHERCHE COLLABORATIVE

EMOTIMAT – recherche collaborative

L'enseignement des compétences émotionnelles en classe a-t-il un impact sur les compétences didactiques des élèves de maternelle ?



PROPOS :

Cette recherche est engagée depuis maintenant 5 ans. Depuis son origine, elle a permis la collaboration entre 60 enseignants de cycle 1 de Savoie, plus de 800 élèves, l'université de Genève - département psychologie et sciences de l'éducation : Edouard Gentaz, l'université Savoie Mont Blanc - département psychologie : Carole Berger, Anne Lafay, Laura Alaria (post doctorante) et le CNRS - laboratoire LPNC (laboratoire de psychologie et de neuro cognition)

PROBLÉMATIQUE INITIALE :

La problématique initiale est de questionner : " l'entraînement régulier aux compétences émotionnelles en classe (et sous quelles formes ?) a-t-il un impact sur les apprentissages didactiques à l'école ? (Motricité – mathématiques – langage)

LES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES, C'EST QUOI ?

Émotion (définition)

Modification d'état rapide et transitoire en deux temps :

(1) un déclenchement initial dû à la pertinence d'un événement (réel ou imaginé) menant à (2) une réponse dans plusieurs composantes de l'organisme (système nerveux périphérique, tendance à l'action, expression motrice et ressenti conscient).

Émotion et cognition ?

Les émotions et les fonctions cognitives agissent de pair et de manière diffuse, avec des réseaux de neurones communs et distribués au sein du cerveau.

Les émotions sont **véhiculées par le corps entier**, mais le **visage** (expressions faciales) joue un rôle très important pour la plupart des gens.

Émotions primaires

Joie, surprise, peur, colère, dégoût, tristesse.

LES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES, C'EST QUAND?

SAVOIR IDENTIFIER LES ÉMOTIONS

QUELQUES REPÈRES

- 7 mois: *discrimination* visuelle
(= repère la différence entre les expressions faciales) ou auditive des émotions primaires
- 2 ans: première *catégorisation* verbale (=trie) des émotions de base (selon leur valence positive ou négative)
- 3 ans: identification acquise (= reconnaît) de la *joie*
- 5-6 ans: identification acquise (= reconnaît) de la *tristesse*, la *colère* et la *peur*
- 6-10 ans: identification acquise (= reconnaît) de la *surprise* et du *dégoût*

COMPRENDRE LES ÉMOTIONS

QUELQUES REPÈRES

- 2-4 ans: compréhension de causes externes; lien entre des souvenirs d'événements externes et les émotions
- 5 ans: compréhension de l'influence des désirs sur les émotions
- 6-7 ans: compréhension du rôle des croyances et des perceptions sur les émotions; distinction entre l'apparence et la réalité d'une émotion (masquer une émotion)
- 8-9 ans: compréhension de l'incidence des règles morales sur certaines émotions
- 9 -10 ans: compréhension des émotions mixtes

RÉGULER LES ÉMOTIONS

QUELQUES REPÈRES

- 0-1 an: seulement certains mécanismes (stimulation tactile ou détournement de regard); largement dépendant des adultes
- 3-6 ans: générer ou masquer des émotions, minimiser leurs expressions; penser et parler de ses propres émotions (langage)
- Période primaire: développement du contrôle attentionnel; perception des liens entre les efforts de régulation et la modulation des émotions
- Préadolescence: stratégies de régulation spécifiques (résolution de problèmes, recherche de soutien, distraction ou réévaluation)

LE LIVRET PÉDAGOGIQUE

[TÉLÉCHARGEABLE GRATUITEMENT SUR SAVOIE-EDUC](#)

- ✓ Un guide unique pour toute la maternelle
- ✓ Progressives, organisées
- ✓ Explicites sur l'apprentissage des émotions
- ✓ Du plus simple au plus complexe
- ✓ Multimodales



Séquence 1

Identifier les émotions primaires

Séquence 2

Comprendre les causes de ses propres émotions et les émotions des autres

Séquence 3

Exprimer ses différentes émotions

SÉQUENCE I : IDENTIFIER LES ÉMOTIONS PRIMAIRES

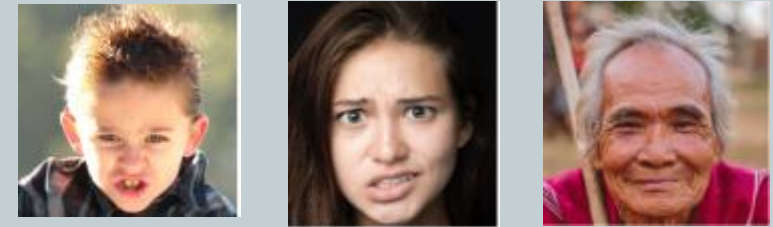
OBJECTIFS :

- Savoir identifier les 6 émotions primaires (4 : joie, peur, colère, tristesse, +2 : dégoût, surprise).
- Savoir diversifier le vocabulaire rattaché à ces émotions.
- Savoir identifier les principaux indices qui interviennent dans la lecture d'une émotion sur le visage et sur le corps.

Séance 1 : Création d'un lexique commun



Séance 2 : Identification visuelle des expressions émotionnelles du visage



Séance 3 : Identification visuelle des postures corporelles



SÉQUENCE 2 : COMPRENDRE LES CAUSES DE SES PROPRES ÉMOTIONS ET LES ÉMOTIONS DES AUTRES

OBJECTIFS : Comprendre ce qui est à l'origine ou la cause d'une émotion.

Séance 1 : Appariement émoticônes images « objets » et justification orale



Séance 2 : associer une action à une émotion



Séance 3 : associer une écoute à une émotion

Phrases neutres dites par l'enseignant caché avec une intention émotionnelle



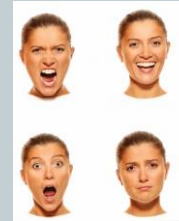
Séance 4 : lien avec l'écrit : dictée à l'adulte pour exprimer ce que ressent une personne face à une situation



SÉQUENCE 3 : EXPRIMER SES DIFFÉRENTES ÉMOTIONS

OBJECTIFS : Prendre conscience que nos émotions s'expriment à travers différents canaux : le visage, la voix et les postures corporelles et mouvements.

Séance 1 : exprimer ses émotions à l'aide du visage



Séance 1 bis (facultative) : Analyser des expressions des photos des élèves

Séance 2 : Exprimer les émotions avec l'ensemble du corps (sans l'aide du visage (masque))



Séance 2 bis (facultative) : Exprimer les émotions avec l'ensemble du corps (corps + visage)



Séance 3 : Exprimer les émotions verbalement

DES QUESTIONS AVANT DE PASSER À LA
PRATIQUE



A vous de tester ...

SÉQUENCE I : IDENTIFIER LES ÉMOTIONS PRIMAIRES

SÉANCE 2 : IDENTIFICATION VISUELLE DES EXPRESSIONS ÉMOTIONNELLES DU VISAGE

- **Catégoriser les photos des visages multiethniques**



Une même image peut être interprétée différemment, l'intention est de retrouver les éléments communs pour chaque émotion.

POINTS DE VIGILANCE

DIFFÉRENCIATION

Différenciation par les contenus :

- Nombre d'émotions proposé : joie, tristesse, peur, colère et émotions supplémentaires, surprise et dégoût,
- selon le niveau d'entraînement ou d'avancement des élèves.
- Choix du vocabulaire utilisé.

Différenciation par l'organisation :

- Constitution des groupes (homogène/hétérogène) et nombre d'enfants par groupe.
- Durée de chaque séance à adapter au nombre d'enfants retenu.
- Répétition ou non de la séance ou d'une phase de la séance en petit groupe ou grand groupe
- Nombre d'images ou d'illustrations proposé dans chacune des séances :
 - ◇ Un nombre restreint de photos / images en fonction de l'âge et/ou capacités des enfants.
 - ◇ Les séries de photos peuvent être organisées graduellement en fonction de la difficulté de reconnaissance de chaque émotion.

SÉQUENCE I : IDENTIFIER LES ÉMOTIONS PRIMAIRES

SÉANCE 3 : IDENTIFICATION VISUELLE DES POSTURES CORPORELLES EN CONTEXTE

- Découverte de la séance (lecture en individuelle séquence + support annexe)
- Retour en collectif - analyse

POINTS DE VIGILANCE

SUPPORT 1 : objectifs et postures de l'enseignant

- Lors des séances, ne pas négliger les étapes :

Je laisse l'élève analyser ses émotions et celles des autres et je l'aide à accepter des points de vue différents

J'amène les élèves à s'exprimer sur l'émotion et le ressenti

Je fixe l'attention sur la description

Je laisse manipuler librement



Une même image peut être interprétée différemment, l'intention est d'accepter les différences d'interprétation entre les enfants et avec les adultes.

SÉQUENCE 2 : COMPRENDRE LES CAUSES DE SES PROPRES ÉMOTIONS ET LES ÉMOTIONS DES AUTRES

SÉANCE 1 : ASSOCIER UN OBJET À UNE ÉMOTION

- **Catégoriser les images des objets en fonction de l'émotion ressentie**

POURSUITE DE LA RECHERCHE: TRAVAIL EN COURS

- **LA REGULATION DES EMOTIONS**

- L'intensité d'une émotion : vocabulaire associé
- Quelles stratégies adopter pour réguler une émotion
 - => vers l'empathie (Capacité de s'identifier à autrui dans ce qu'il ressent).

DES PISTES pour aller plus loin ...



Musique et émotions : <https://dessinemoiunehistoire.net/musique-emotions-maternelle-cycle-1/>



Albums et émotions : <https://dessinemoiunehistoire.net/albums-emotions-sentiments/>



Arts – Danse....



Si on changeait de regard sur l'enfant – Catherine Gueguen :
https://www.qwant.com/?client=brz-moz&t=videos&q=gueguen&o=0%3A_8Hia3KRUww

DISTANCIEL ASYNCHRONE



- Développement psychologique de l'enfant – Edouard GENTAZ :

<https://fr.coursera.org/learn/enfant-developpement>



✓ Comment se développent les émotions primaires et morales des jeunes enfants?

▶ 40 min de vidéos restantes ⌚ 45 min de lectures restantes

📋 1 évaluation notée restante

La joie, la colère, le dégoût, la tristesse, la surprise et la peur. Les recherches actuelles s'accordent sur le rôle crucial des émotions dans l'acquisition et la régulation de compétences aussi bien sociales que cognitives. Dans ce cours, vous allez acquérir les connaissances de base sur le développement de ces émotions. Vous saurez à partir de quel âge, les enfants sont capables d'exprimer, de discriminer et d'identifier ces émotions.

Accueil Enseignements

Accueil Maternelle

- 🏠 Accueil - Maternelle
- 🔗 Ressources institutionnelles
- 👁️ Fiches repère
- 📁 Directeurs
- ☑️ Suivi des élèves
- 📁 Outils pour la classe
- 🏡 Ecole / familles
- 👥 PE / ATSEM



Bienvenue dans l'espace de
la mission maternelle des services
départementaux
de l'éducation nationale de la Savoie.

Ce.dsden73-mat-ep@ac-grenoble.fr -
06 16 63 01 52



Découvrir la mission maternelle 73



Découvrir le groupe maternelle 73

EMOTIMAT – ENTRAÎNER LES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES À L'ÉCOLE MATERNELLE

Projet collaboratif qui vise une intervention originale portant sur les compétences émotionnelles pour les enfants de 3 à 6 ans en contexte scolaire coconstruite avec les enseignants.



Merci!