

Master of Arts en enseignement pour le degré secondaire I

Synthèse du Mémoire de Master

Analyse d'un dispositif pédagogique pour une séquence d'enseignement sur les émotions au cycle 3

Auteur	DJUKIC Maja
Superviseure	Spicher Pascale
Date	01.07.2025

Introduction

La question des émotions prend une grande place dans un contexte où les exigences scolaires sont croissantes et mélangées à des enjeux sociaux tout aussi complexes. La gestion des émotions, étant une aptitude qui s'apprend majoritairement dans le cercle privé, devient alors une compétence importante à développer dès le plus jeune âge.

Ce mémoire prend racine dans une perspective didactique mais aussi développementale qui a pour objectif d'analyser quelle est l'influence d'un dispositif pédagogique centré sur les émotions auprès d'élèves de 11^e HarmoS. Ce travail vise à concevoir une séquence d'enseignement qui favorise un ancrage émotionnel dans les apprentissages tout en partant du constat que les élèves n'ont que peu d'opportunités scolaires pour apprendre à verbaliser, différencier et réguler leurs émotions.

L'objectif se veut à la fois didactique et éducatif : créer, expérimenter et analyser une séquence d'enseignement concernant la gestion des émotions avec des articulations du contenu autour des compétences transversales mais aussi dynamiques. À travers une séquence menée dans le cadre du cours d'éthique et cultures religieuses, ce travail vise à évaluer les effets d'une telle démarche sur les compétences émotionnelles des élèves, en s'appuyant notamment sur les apports de la psychologie du développement (Vygotsky, Piaget), des neurosciences affectives (Damasio, Immordino-Yang) et des théories de la régulation émotionnelle (Gross).

Méthodologie

Cette étude se base sur une approche qualitative de type exploratoire et est menée dans une classe de 11^e HarmoS du secondaire I, composée de vingt-deux élèves issus d'une filière pré-gymnasial. Cette approche se justifie au travers d'un apprentissage guidé sur les émotions ainsi que sur des observations approfondies des interactions verbales entre les élèves et de leurs productions écrites.

Cette séquence pédagogique expérimentée sur le terrain prend vie sur cinq leçons de 45 minutes environ qui sont organisées autour des objectifs qui suivent :

- Favoriser la reconnaissance et la différenciation des émotions de base,
- Enrichir le vocabulaire émotionnel,
- Penser à des stratégies concrètes de régulation émotionnelle.

Le dispositif repose alors sur divers supports : extraits vidéo, vignettes émotionnelles, Kahoot®, *focus groups* filmés durant lesquels les élèves discutent de situations émotionnelles complexes afin de compléter le fichier de l'élève qui leur sert de guide. Une grille d'observation comportementale a également été mobilisée ainsi qu'une évaluation diagnostique et une autre pronostique dite finale.

La posture de la chercheuse s'est éloignée de celle de l'enseignante, elle est devenue médiatrice du savoir en instaurant un climat de confiance et en encourageant l'écoute mutuelle. Les élèves sont devenu·es expert·es d'une émotion après le premier *focus group* puis étaient invité·es dans de nouveaux groupes à partager leur savoir devenant ainsi expert·es de la connaissance d'une émotion et de ses stratégies pour la réguler. Ce principe se base sur la zone proximale de développement (ZPD) de Vygotsky où chaque élève peut s'appuyer sur les connaissances des pairs afin de progresser.

Le recueil de données qui nous mènent aux résultats se base sur le verbatim des élèves, leur productions écrites qui viennent appuyer leurs dires ainsi que sur les deux évaluations et observations en classe.

Résultats

C'est une évolution positive et significative des compétences émotionnelles des élèves qui est relevée à partir des résultats de cette expérimentation.

Reconnaissance et différenciation des émotions : une grande partie des élèves a montré une meilleure capacité à identifier les différentes émotions de base et à les définir en fonction de leur expression corporelle mais aussi faciale.

Verbalisation émotionnelle : on note un enrichissement du lexique utilisé pour parler des émotions. Les élèves sont capables de différencier la frustration de la colère en exprimant le fait que la première découle de la dernière. Une maturation de la conscience émotionnelle se fait ressentir.

Stratégie de régulation : de nombreuses stratégies de régulation émotionnelle ont été identifiées et relevées par les élèves, allant du retrait temporaire à la gestion conscientisée de leur respiration, tout en passant par une verbalisation de ce qui est ressenti. Les élèves qui ont participé activement aux *focus groups* ont intégré de manière plus efficace ces stratégies de gestion.

Engagement et motivation : l'aspect innovateur de cette séquence a permis de manière générale à ce que les élèves soient engagés et motivés malgré des fluctuations dans ces domaines. Le cadre sécurisant mis en place par la chercheuse a joué un rôle facilitateur important.

L'analyse des données a mis en exergue à quel point il est important et possible de co-construire le savoir émotionnel entre pair. Le fait de travailler avec des *focus groups* où chaque élève était expert d'une émotion a permis un renforcement des émotions en question chez chaque élève qui ont pu ainsi guider dans leur connaissance leurs camarades.

Conclusion

Ce mémoire démontre l'idée qu'il est possible d'aborder un travail de construction cognitive concernant la gestion des émotions, en apportant un cadre structuré et sécurisé ce qui bénéficie tout autant aux enseignant·es qu'aux élèves.

L'expérience du terrain prouve que les adolescent·es qui sont souvent à tort perçu·es comme fermé·es ou instables émotionnellement sont, en effet, capables de progresser dans la gestion de leurs émotions lorsqu'ils sont guidé·es dans un cadre structuré, clair et sécurisant. Les apports théoriques tels que ceux de la psychologie du développement ou ceux de la neurosciences tout en passant par la pédagogie collaborative permettent de créer une séquence pédagogique qui s'ancre dans la réalité émotionnelle des élèves ce qui octroie à l'apprentissage des émotions un aspect légitime au même titre que les savoirs enseignés de manière plus scolaire et traditionnelle.

Au cycle 3, les élèves façonnent de manière active leur identité personnelle et sociale. Il devient donc important, selon le message passé par ce mémoire, d'intégrer des compétences émotionnelles dans les programmes d'enseignement afin d'aider et d'éveiller cet aspect personnel mais ô combien communicationnel chez ces futur·es adultes en devenir.

Bibliographie

Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>

Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, Brain, and Education*, 1(1), 3–10. <https://doi.org/10.1111/j.1751-228X.2007.00004.x>

Piaget, J., & Inhelder, B. (2005). *La psychologie de l'enfant* (Œuvre originale publiée en 1966). Presses Universitaires de France.

Vygotsky, L. S. (1997). *Pensée et langage* (F. Yvon, Trad.). La Dispute. (Œuvre originale publiée en 1934)