



Verbaliser, Gérer ses émotions pour mieux vivre ensemble

Ecole maternelle les Myosotis
RUE EUGENE SAUVY , 66140 CANET EN ROUSSILLON
Site : https://padlet.com/ce_cardie1/ECMyosotisCANET

Auteur : Nadine Pons et Stéphanie Céret

Mél : ce.0660240c@ac-montpellier.fr

L'équipe de l'école composée de 5 enseignants fait le constat d'une double difficulté pour les enfants : entrer en relation avec leurs pairs sans violence et exprimer leurs émotions avec des mots. La rencontre avec un partenaire (une maman d'élève) ayant des compétences en psycho pédagogie va être l'occasion de tenter des expériences nouvelles dans les classes. Ces quelques séances vont être le déclencheur pour aider l'équipe à se lancer dans des pratiques nouvelles intégrant la prise en compte de l'état émotionnel des élèves. Ainsi de l'évènement ponctuel d'une intervention en classe, le projet de verbalisation et gestion des émotions est à partir de la rentrée 2017, mis en place par les 5 enseignants, de la petite à la grande section avec la volonté d'y associer les personnels non enseignants et les parents. Le bilan sur le climat scolaire dans l'école s'en trouve amélioré.

Plus-value de l'action

:

Nombre d'élèves et niveau(x) concernés

5 classes de la petite à la grande section de maternelle, soit 122 élèves

A l'origine

Les enseignants relèvent la difficulté pour certains élèves à trouver leur place dans le groupe. Des disputes récurrentes, une mauvaise gestion des émotions, la soumission à des leaders et au final peu de coopération et d'entraide génèrent la montée de stéréotypes, de mots ou de gestes humiliants révélant chez les enfants une mauvaise estime de soi.

Le projet est né suite à la présentation par une mère d'élève d'actions à mener autour des émotions. Les résultats très positifs sur les élèves ont suscité l'adhésion de l'équipe lors de la réalisation d'ateliers proposés par l'intervenante sur les différents niveaux de classe.

L'équipe ayant vu et noté les bienfaits des interventions envisage de passer d'un évènement ponctuel à des séquences suivies et programmées sur les différentes sections.

Objectifs poursuivis

Au-delà des attentes officielles de fin de maternelle (Agir, s'exprimer et comprendre à travers les activités physiques et artistiques, développer l'entraide, le partage, la coopération ; Développer le langage pour oser entrer en communication et gérer/appréhender les situations et conflits ; Se construire comme personne singulière au sein d'un groupe...), le projet vise à :

* Améliorer le climat scolaire et notamment apaiser les relations des enfants entre eux pendant les récréations comme en

classe

- * Assurer la bienveillance des enfants entre eux et des adultes à leur égard
- * Favoriser les émotions positives pour augmenter la capacité d'attention des élèves dans les apprentissages
- * Développer l'estime de soi, le respect de l'autre et l'autorégulation des conflits

Description

Comment permettre à ces élèves, confrontés au groupe certains pour la première fois, d'entrer dans les apprentissages et d'accepter les règles de socialisation? Comment leur apprendre à gérer leurs émotions pour créer le collectif indispensable au bon fonctionnement d'une classe?

L'équipe organise dans un premier temps des séances dans chaque classe avec une intervenante qui les initie à un travail sur les émotions : découverte et identification, verbalisation et gestion chez les plus jeunes, initiation à l'empathie chez les plus grands.

Modalité de mise en oeuvre

1/Des interventions avec l'animatrice sur 3 périodes en commençant par la grande section dans laquelle les compétences langagières sont plus développées dès le premier trimestre. Puis la moyenne et enfin la petite section (voire toute petite section) afin de leur laisser le temps d'acquérir la maturité langagière nécessaire à l'échange dans les ateliers. Le projet va être décomposé selon un objectif précis par niveau et des activités de mise en situation différentes :

- TPS et Petite section : Identifier et mettre un nom sur les émotions

Découvrir l'album « la couleur des émotions »

Jouer au jeu du loto des émotions

Utiliser « La roue des émotions » : Comment je me sens ce matin ?

Reconnaitre les traits du visage pour chaque émotion (modelage, dessin, jeu des visages)

- Moyenne section : Exprimer et libérer ses émotions

Verbaliser ses émotions (jeu du miroir, photos à classer, jeu Ling Chi)

Reconnaitre ses émotions (expressions corporelles, mimes, roue des émotions)

Libérer ses émotions fortes (dessins, respirations, fiche bulles, la douche magique, méditations ludiques)

Visualiser ses émotions (la maison des émotions)

- Grande section : Développer l'empathie

Reprendre les acquis des années précédentes

Découvrir deux émotions supplémentaires (surprise et dégoût)

Elargir le champ lexical sur ce thème

Développer la bienveillance, le respect de soi et des autres (le jeu des cœurs, le jeu du bonjour, création du banc de l'amitié)

Identifier ce que vit le camarade et l'aider.

2/Les enseignants apprennent dans ces moments d'expériences formatives avec un professionnel des pratiques pédagogiques visant la gestion autonome de leurs émotions par les élèves. Ils vont pouvoir ensuite prolonger ces ateliers et mettre en place ces pratiques dans leurs cours quotidiens.

En grande section l'enseignante a notamment créé un coin « gestion des émotions » où chaque enfant peut aller ponctuellement gérer les émotions qui le traversent (colère, tristesse, peur). Il va y retrouver les « outils » qui ont été utilisés avec l'intervenante : la roue d'identification (avec les 4 couleurs : noir de peur, rouge de colère, jaune de joie, et le bleu de la tristesse), la fiche-mesure des émotions, mais aussi la roue des outils et les objets d'apaisement eux-mêmes : la plume, le coussin, la bouteille de paillettes ... Un coin transdisciplinaire où se mêlent pédagogie, psychologie, sophrologie, art-thérapie...

3/Un soin particulier est désormais accordé au temps de l'accueil qui est consacré dans toutes les classes à la verbalisation des émotions du moment et qui pourraient avoir des incidences sur le déroulement de la journée (pour celui qui l'exprime comme pour le groupe). Le « comment te sens-tu aujourd'hui? » du matin va permettre à l'enfant dès son arrivée d'exprimer son mal être, sa tristesse du moment et de se sentir soutenu. Les autres apprennent à respecter les émotions douloureuses de celui qui les exprime voire proposent des réconforts. Le climat de la classe s'en trouve aussitôt apaisé.

4/L'installation d'un tutorat entre élève dans les classes à multi-niveaux pour repérer et faire verbaliser les émotions permet aux plus jeunes de se sentir épaulés. Le ou les plus grands qu'il s'est choisis veillent sur lui.

5/ Un travail en direction des parents est aujourd'hui envisagé pour travailler sur la cohésion avec les familles sous forme de conférences (développer l'estime de soi chez son enfant, éduquer à la pensée positive) mais aussi au cours de moments comme la fête de l'école. Des ateliers spécifiques seront mis en place pour que chaque parent participe avec son enfant : jouer avec les émotions, atelier de mimes, projection de films sur l'identification et la gestion des émotions (réalisés par les enfants), ateliers de découverte de la relaxation...

6/ en perspective : le lien avec les autres personnels :

- Collaboration des ATSEM qui sont en permanence avec les enseignants dans les classes et partagent au quotidien le projet.
- Partenariat avec les animateurs sur les temps périscolaires et extra-scolaire après un premier contact en octobre 2017 (ALAE/ Centre Aéré) pour expliquer les grandes lignes du projet.
- Présentation lors du PEDT de janvier 2018 des modalités communes à envisager.

Aujourd'hui, les adultes de l'école gèrent différemment chaque enfant :

On ne sanctionne pas avant d'avoir interrogé et parlé du ressenti.

On ne reproche pas l'erreur, on explique.

On distingue ainsi l'accident du fait volontaire.

On rappelle aux parents certains principes : l'enfant ne doit pas rendre les coups mais faire intervenir l'adulte

On prend davantage en compte les difficultés familiales (certains élèves reproduisant ce qu'ils vivent à la maison)

On communique sur les différentes pathologies qui expliquent un comportement asocial (autisme, addiction aux écrans...)

On fait ressortir le principe de co-éducation avec les parents. Une des classes utilise à cet effet l'application Classe Dojo qui permet de rendre transparents les murs de l'école : les parents sont informés en temps réel des activités menées en classe, des réussites de leurs enfants (par des photos, vidéos et/ou commentaires) et peuvent communiquer à tout moment avec l'enseignant.

Trois ressources ou points d'appui

- L'intervenante extérieure notamment dans ses compétences et sa disponibilité pour partager et co-intervenir avec les enseignants
- Les ressources et documents pédagogiques sur le thème (album, jeux...)
- Les échanges et le travail collectif entre enseignants

Difficultés rencontrées

:

- Obtenir la confiance des parents pour permettre le prolongement de l'éducation aux émotions, de la classe à la maison : co-éducation difficile à mettre en place quand les situations familiales sont difficiles.
- Les enfants « dys » qui ont du mal à passer par la communication verbale
- L'impossibilité pour des raisons d'ordre administratif de faire intervenir plus souvent notre intervenante extérieure spécialisée sur le sujet. L'intervenante pouvant prendre en charge les enfants en petits groupes

Moyens mobilisés

- intervenante extérieure dont les frais de déplacement sont pris en charge par la coopérative scolaire
- mise en place d'une exposition sur le thème des émotions en partenariat avec le réseau CANOPE
- utilisation des ressources CANOPE : ouvrages, jeux (Vivre ensemble, Retz)
- utilisation d'une classe mobile informatique de la DSDEN pour la réalisation des films d'animation
- participation à une conférence de l'AGEEM sur l'estime de soi à ST Nazaire d'Aude
- achat de matériel pédagogique sur le thème
- partenariat avec la municipalité pour la mise en place de deux bancs de l'amitié dans les cours de l'école

Partenariat et contenu du partenariat

Le partenariat consiste à faire venir l'intervenante deux à trois séances, dans l'année par classe. Dans ces moments, les enseignants travaillent soit en amont, soit en co-animation avec la professionnelle où une transmission des mises en situation, des ressources, des outils utilisés sont partagés. Après chaque séance l'intervenante et l'enseignant prévoient un moment pour échanger sur ce qui s'est passé dans ces moments. C'est l'occasion pour l'enseignant de comprendre les liens entre la verbalisation des émotions et l'entrée dans les apprentissages.

Liens éventuels avec la Recherche

Evaluation

Evaluation / indicateurs

Documents

Aucun

Modalités du suivi et de l'évaluation de l'action

Diminution des sanctions

Mise en place d'un « cahier des conflits » : Sur le temps de la récréation , les demandes , plaintes , conflits mais aussi entraide des enfants sont notés . le projet permettant d'augmenter le nombre d'entraide ou de résolution de conflits sans aide de l'adulte .

Effets constatés

Sur les acquis des élèves :

- sur la lecture des albums : les enfants sont en capacités de parler des émotions des personnages, les identifier , les nommer
- Les élèves sont plus réceptifs, attentifs ...ils ont commencé à parler de chose abstraite que l'on n'entendait pas...ils sont passés à l'abstraction...
- évolution positive des conflits entre élèves : les élèves repèrent le faits non intentionnel d'un camarade (EX dans la cour quand un enfant les bouscule c'est un accident et non pas volontaire de la part de l'autre) ; Ils viennent à plusieurs expliquer une situation conflictuelle , ils gèrent seuls certaines agression verbale ou gestuelle.
- les différents outils mis en place (relaxation, gestion du rythme cardiaque, développement de l'estime de soi, s'entraider, partager) permet de réduire les refus des enfants pour certaines activité (par l'expression on arrive à expliquer ses ressentis et les blocages).
- la coopération permet d'éviter la mise en concurrence.

Sur les pratiques des enseignants :

Les enseignants disent qu'ils ne parlent plus de la même façon aux enfants. Leur message est plus clair et en lien avec les expériences générées dans le déroulement du projet. Par exemple si l'enfant se blesse : l'enseignant va essayer de trouver avec lui un moyen de mieux gérer ses émotions. Lors de la lecture d' un album, il interroge l'enfant dans la lecture : « mais pourquoi pleure-t-il ? »

Sur le leadership et les relations professionnelles :

Les enseignants travaillent seuls dans leur classe à partir des apports de l'intervenante mais également ensemble pour réfléchir à une progression sur la scolarité de maternelle. Les échanges entre les 5 enseignants sont favorisés sur les élèves mais aussi sur les modalités mises en place dans leur classe.

Sur l'école / l'établissement :

Amélioration du climat scolaire : dans la cour de récréation les élèves viennent voir plus facilement l'enseignants pour lui demander d'être médiateur, diminution des conflits

Plus généralement, sur l'environnement :

: