

## Espagne : Réfléchir sur les émotions, un outil pour la vie

Marta Giménez-Dasí, professeure, Universidad Nacional de Educacion a Distancia (UNED), Madrid

### Introduction

Le matériel pédagogique que nous présentons<sup>1</sup> est le fruit d'une longue réflexion sur l'importance qu'acquiert, au cours de la petite enfance, la connaissance des émotions et le développement de bonnes habitudes dans les relations avec les autres. En général, les programmes scolaires s'occupent très peu des aspects sociaux et affectifs et ce, tant à l'école maternelle, que primaire et secondaire. Toutefois, ce sont des composantes essentielles de l'être humain qui, tout au long de la vie, auront un impact significatif sur son développement, son adaptation et son bien-être psychologique. Certains aspects, comme la capacité à faire preuve d'empathie, à cultiver l'amitié et à entretenir des relations sociales, sont des qualités personnelles très appréciées et qui contribuent positivement à l'estime de soi et au bien-être. Ainsi, offrir une base pour parvenir à une connaissance approfondie des émotions et pour gérer les relations sociales constitue un objectif important qui mérite d'être travaillé dès le début de la scolarité.

On a longtemps cru que les relations entre les enfants âgés de quatre et cinq ans se caractérisaient principalement par l'instabilité et l'égoïsme. Cependant, la psychologie du développement actuelle offre une image très différente de l'enfant. Celui-ci n'est pas centré sur lui-même comme on le croyait, mais possède bien plutôt la capacité d'adopter un autre point de vue, de collaborer avec les autres et de comprendre les besoins émotionnels des autres. En outre, les enfants peuvent établir des relations assez stables et permanentes avec certains de leurs pairs. Ainsi, il semble que les jeunes enfants choisissent eux aussi leurs amis en fonction des affinités communes, et qu'ils sont en mesure de maintenir des relations stables et durables<sup>2</sup>. Lorsque l'enfant s'immisce dans un réseau social, il commence alors à mettre en pratique des formes particulières d'interaction - en général, celles qu'il a apprises à la maison. Ces habiletés ou capacités d'interaction sociale provoqueront l'acceptation sociale ou le rejet de la part de ses pairs. Les relations sociales peuvent donc constituer pour le jeune enfant un espace de satisfaction et de joie ou, au contraire, un terrain hostile<sup>3</sup>. Ce changement dans la représentation de la vie sociale des enfants de 4 et 5 ans permet d'envisager l'introduction des connaissances et des habitudes de relations affectives et sociales saines dans la vie des enfants, au moment même où ils commencent à faire partie d'un groupe. En définitive, fournir des connaissances et des ressources pour établir de bonnes relations constitue l'un des outils les plus pratiques pour la vie.

Bien qu'il existe différents programmes visant à développer ces compétences chez l'enfant, l'idée de concevoir ce matériel pédagogique provient de la constatation d'un certain vide. Tout d'abord, la plupart des programmes qui ont été publiés dans notre pays ou à l'étranger s'adressent à des enfants plus âgés, qui sont déjà dans les cycles de l'enseignement primaire ou secondaire. De plus, la méthode de travail utilisée par la plupart des programmes présente des limitations : tout d'abord, les

progrès des élèves ne semblent pas être durables (dans de nombreux cas, on omet cependant de prendre des mesures à long terme). D'autre part, ce que les enfants apprennent en classe ne peut pas s'appliquer plus tard dans d'autres contextes. Il n'y a en effet pas de généralisation ou de transfert des connaissances acquises aux situations réelles dans lesquelles les enfants sentent et interagissent<sup>4</sup>. Bien que ces programmes ne soient pas inefficaces, ces problèmes remettent en question leur utilité, et nous invitent à aborder la question d'un autre point de vue.

### I) La Philosophie pour Enfants : une intervention en profondeur

Une de nos principales préoccupations a été de trouver une méthode de travail qui implique une intervention en profondeur chez l'enfant, c'est-à-dire une intervention qui parte de la pensée de l'enfant, et parvienne à s'enraciner dans son système de pensée et dans son comportement. La Philosophie pour Enfants conçue par Matthew Lipman et ses collègues (Lipman, Sharp et Oscanyan, 1980), est un outil qui peut servir ces fins dans la mesure où il favorise la réflexion chez l'enfant, la confrontation avec d'autres points de vue et le dialogue. Cette méthode s'adapte à nos fins, même si la majorité des interventions qui ont été menées ont porté sur le domaine cognitif, et qu'il n'existe pratiquement pas de programmes qui travaillent sur les compétences affectives, émotionnelles ou sociales.

À cet égard, le travail de Marie-France Daniel constitue une exception. Cette auteure a mis au point un programme de prévention de la violence pour les enfants de cinq ans, en utilisant la Philosophie pour Enfants. Son programme comprend une série de contes philosophiques ( Les Contes d'Audrey-Anne) qui présentent des questions liées aux émotions, à l'intimité du corps, aux relations sociales et à la violence, questions sur lesquelles les enfants doivent réfléchir et discuter. Les Contes d'Audrey-Anne et son guide pédagogique ont été deux outils essentiels pour concevoir Les Contes d'Anne et Réfléchir sur les émotions. En fait, une partie des Contes d'Audrey-Anne et certaines des activités du guide pédagogique ont été adaptées et traduites en espagnol pour notre ouvrage<sup>5</sup>.

### II) Philosophie pour Enfants, émotions et compétences sociales

Comme nous venons de le signaler, la Philosophie pour Enfants a été principalement utilisée dans le domaine cognitif. Cependant, l'utilisation de cette méthodologie a beaucoup à offrir au développement des compétences sociales et émotionnelles sur lesquelles nous souhaitons travailler. Ainsi, favoriser la connaissance des émotions et des compétences sociales à travers la Philosophie pour Enfants constitue une bonne combinaison, puisqu'en "philosophant", les enfants doivent contrôler leurs émotions, tenir compte des opinions des autres et agir d'une manière socialement adaptée. En fait, une communauté de recherche constitue une enceinte qui favorise déjà la sensibilisation et la régulation des émotions, l'adoption d'autres points de vue, l'écoute et le dialogue, l'acquisition de stratégies d'interaction sociale adaptées ainsi que l'empathie - autant de points sur lesquels notre programme compte travailler.

Cette combinaison entre les capacités favorisées par la méthode de travail et les objectifs propres au matériel pédagogique pourrait se matérialiser dans une proposition d'intervention dans le domaine

des émotions et la compréhension du monde social pour les enfants de l'école maternelle. Toutefois, Réfléchir sur les émotions combine la Philosophie pour Enfants avec d'autres techniques de travail plus spécifiques qui, dans certains cas, peuvent faciliter l'apprentissage. Ainsi, nous ne souhaitons pas seulement construire un programme de réflexion, mais aussi intégrer certaines activités sur des questions spécifiques qui peuvent être utiles pour certains enfants ou à certains moments de l'intervention. Cette combinaison de méthodes peut résoudre certains problèmes concrets. Il est en effet possible que l'ensemble des enfants d'une classe ne soient pas prêts à mener une réflexion commune au moment où l'activité se présente. D'autre part, les enfants avec plus de problèmes pourraient bénéficier rapidement d'un apprentissage plus spécifique, ce qui pourrait leur permettre de s'impliquer et faire un meilleur usage du dialogue et de la réflexion commune. Enfin, la difficulté que peut représenter la réflexion pour certains enfants peut être facilitée grâce à d'autres activités plus agréables et stimulantes. Ces activités, qui comprennent toutefois un élément de réflexion, peuvent permettre aux enfants de s'habituer lentement aux exigences de la pensée critique et réflexive.

### III) Réfléchir sur les émotions : mode d'emploi

Le matériel pédagogique Réfléchir sur les émotions est composé de deux types de matériels. D'une part, Les Contes d'Anne et, d'autre part, le programme en soi qui inclut les plans de discussion et les activités à réaliser. La structure du programme répond aux objectifs de travail que nous avons exposés et peut être résumée comme suit :

- favoriser la connaissance des émotions simples : la joie, la tristesse, la colère et la peur ;
- favoriser la connaissance de deux émotions complexes : la fierté et la jalousie<sup>6</sup> ;
- favoriser la connaissance de deux idées reliées aux émotions : l'ambivalence émotionnelle et la capacité de simuler les émotions ;
- aider au développement de l'empathie ;
- aider au développement des compétences sociales ;
- réfléchir sur l'amitié.

Pour atteindre ces objectifs nous utilisons neuf contes philosophiques, ainsi que de nombreuses activités liées à la réflexion, à la sensibilisation et à l'apprentissage des questions émotionnelles et sociales. Chaque conte se concentre sur une émotion ou habilité sociale particulière, et est suivi d'une série d'activités. La façon de travailler dans la salle de classe est celle que propose la Philosophie pour Enfants, et suit dans tous les cas un schéma similaire. Le professeur commencera par la lecture d'un conte et les enfants devront souligner les aspects de l'histoire qui les ont frappés, et sur lesquels ils souhaitent discuter. Par la suite, un dialogue philosophique se met en place et l'enseignant peut alors proposer les activités qu'il juge opportunes.

Pour les émotions simples et complexes, ainsi que pour certains chapitres, nous présentons une structure d'activité qui progresse du plus simple et concret au plus complexe et abstrait. Ainsi, nous commençons par travailler l'identification des émotions à travers des situations concrètes ou proches

de l'enfant ; après, nous travaillons l'identification des émotions d'autrui (à travers les gestes et les expressions) et des émotions personnelles (à travers les sentiments internes). Puis les enfants sont invités à essayer de représenter l'émotion ou l'idée travaillée à travers le dessin, pour traiter ensuite les questions relatives aux stratégies d'adaptation, d'aide aux autres, d'empathie et de compétences sociales. Enfin, nous proposons pour terminer chaque séance sur une émotion, idée ou habilité, une activité à faire à la maison avec l'aide des parents. Nous reviendrons plus tard sur l'importance de cette question.

Ainsi, la structure des activités respecte généralement un régime qui vise à :

- identifier les émotions ou les idées en utilisant des situations concrètes vécues par l'enfant. Dans un premier temps, nous aurons inévitablement recours aux histoires personnelles des enfants, mais c'est la façon de s'assurer que l'enfant comprend bien et/ou a déjà vécu des situations dans lesquelles intervenaient le concept ou l'idée sur laquelle nous travaillons ;
- pratiquer la reconnaissance des émotions en soi-même et chez autrui à travers des gestes et des sensations. C'est une habilité de base pour gérer correctement le monde social. De nombreux enfants, même âgés, montrent des difficultés à identifier les émotions simples ;
- représenter des émotions ou des idées par le dessin. Cette activité vise à traduire de façon concrète les concepts et les idées sur lesquels nous travaillons. L'enfant devra faire un effort pour leur "donner une forme". Il s'agit d'une stratégie visant à mettre en place des connaissances en favorisant la créativité et l'expression personnelle des expériences ;
- travailler des aspects liés aux stratégies d'affrontement, les comportements d'aide envers les autres, l'empathie et les habiletés de relations sociales. Pour chaque émotion, idée ou compétence, il y a un ensemble d'activités dont le but est de fournir des ressources personnelles et de promouvoir les compétences sociales ;
- pour compléter, nous proposons une activité à travailler à la maison avec les parents. Comme nous l'avons mentionné plus tôt, cette activité est essentielle et sa mise en oeuvre est toujours recommandée. Cette activité garantit l'implication des parents dans le travail accompli à l'école, et assure leur contribution à l'éducation sociale et affective de leurs enfants. Puisque dans la plupart des cas, ce sont des tâches que l'enfant peut retravailler en classe avec le reste du groupe et qui feront partie du matériel final de chaque enfant, les parents peuvent, en quelque sorte, contribuer au développement du programme.

Enfin, il faut souligner que tout programme qui vise à favoriser la connaissance émotionnelle et les compétences sociales, tel que celui que nous proposons ici, n'aura qu'un effet limité s'il n'implique pas tous les agents qui contribuent au processus de socialisation de l'enfant. La participation des diverses parties prenantes, en particulier les familles, est un élément clé dans l'obtention des résultats. Le but ultime sera de mener à bien une réflexion profonde, une prise de conscience et une acquisition de compétences sociales et émotionnelles en combinant les efforts des enfants, des écoles et des familles.

(1) Ce programme a été élaboré grâce à la subvention du Ministère de la Science et de l'Innovation PSI2008-02174 au projet intitulé *Pensando las emociones: Un programa de intervención para Educación Infantil* dirigé par Marta Giménez-Dasí.

(2) À ce sujet consulter Denham, S. A., Zoller, D., & Couchoud, E. A. (1994). *Socialization of preschoolers' emotion understanding*. *Developmental Psychology*, 30 (6), 928-937 et Dunn, J. (2004). *Children's friendships. The beginnings of intimacy*. Oxford : Blackwell Publishing.

(3) Denham, S.A., Mason, T., Caverly, S., Schmidt, M., Hackney, R., Caswell, C. y DeMulder, E. (2001). *Preschoolers at play : Co-socialisers of emotional and social competence*. *International Journal of Behavioral Development*, 25(4), 290-301.

(4) Voir, par exemple, Denham, S.A. & Almeida, M.C. (1987). *Children's social problem-solving skills, behavioral adjustment, and interventions: A meta-analysis evaluating theory and practice*. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 8, 391-409.

(5) Comme nous l'indiquons dans *Los cuentos de Ana*, la plupart des contes utilisés dans ce programme ont été écrits par Marie-France Daniel et édités dans Daniel, M.-F. (2002). *Les contes d'Audrey Anne*. Québec : Le Loup de Gouttière.

Une partie des activités a aussi été conçue par Marie-France Daniel et publiée dans Num="N2003)."Daniel, M.-F. (*Dialoguer sur le corps et la violence. Un pas vers la prévention*. Québec : Le Loup de Gouttière. Au début de chaque chapitre, nous indiquerons les activités conçues et publiées par M.-F. Daniel.

(6) Ces deux émotions ont été choisies parmi un grand nombre de ce qu'on appelle "émotions complexes" pour l'importance qu'elles ont dans la vie des jeunes enfants : la fierté en tant qu'élément qui contribue au développement de l'estime de soi et la jalousie en tant qu'émotion présente dans la plupart des conflits (même si les enfants n'en sont pas conscients).