



# COMMENT LES **ÉMOTIONS** AIDENT À APPRENDRE

L'INTÉRÊT, LA JOIE, LA FIERTÉ OU L'ESPOIR FACILITERAIENT L'APPRENTISSAGE ET AMÉLIORERAIENT LES RÉSULTATS SCOLAIRES. LE PROFESSEUR DAVID SANDER NOUS EXPLIQUE CE LIEN DE CAUSE À EFFET ENCORE PEU EXPLOITÉ À L'ÉCOLE

**PROPOS RECUEILLIS PAR** FABIENNE ROSSET

**FEMINA** Vous dites que les émotions jouent un rôle important en milieu scolaire, notamment dans les apprentissages des enfants. Lequel? **PROF DAVID SANDER, directeur du Centre inter-facultaire des sciences affectives (CISA) de l'Université de Genève** Les émotions sont omniprésentes à l'école. Elles s'expriment aussi bien dans la cour de récréation que dans la salle de classe, que cela soit dans les rela-

tions entre élèves bien entendu, mais aussi entre les élèves et les enseignants (sans parler des parents!). Elles influencent les apprentissages, car les émotions et les processus cognitifs clés pour apprendre, tels que l'attention et la mémoire, sont étroitement liés. Ce lien explique pourquoi les émotions peuvent certes parfois interférer, mais également souvent faciliter l'apprentissage selon leur nature, leur intensité et leur lien



avec l'activité d'apprentissage elle-même. Par exemple, des émotions liées à l'anxiété d'évaluation ou à la peur de l'échec peuvent détériorer les apprentissages scolaires, mais il est intéressant de remarquer que certaines peuvent aussi les faciliter.

#### **Lesquelles?**

Certaines émotions dites *d'accomplissement* sont liées aux buts de réussite des élèves; ces émotions sont présentes durant la réalisation d'activités d'apprentissage en tant que telles, par exemple le plaisir, l'intérêt, ou l'ennui. Elles sont en lien avec les réussites (joie, fierté, soulagement) ou les échecs (anxiété, honte, colère, tristesse) scolaires. D'autre part, des émotions dites *épistémiques*, telles que l'intérêt, la confusion, la surprise ou l'admiration sous-tendent l'acquisition de connaissances. Concrètement, les émotions d'intérêt, de plaisir, de relaxation, de joie, d'espoir, de fierté, de gratitude et de soulagement, lorsqu'elles sont en relation avec le processus d'apprentissage lui-même, ont un potentiel particulièrement fort de le faciliter. Notons qu'il ne suffit pas d'avoir une émotion positive pour que cela fonctionne. Nous pensons en effet qu'un élément clé est que l'émotion soit liée à l'apprentissage (p. ex., le thème ou l'activité) pour que la facilitation soit présente. Si l'émotion est liée à autre chose (on parle alors d'émotion incidente), il pourrait au contraire y avoir une interférence. C'est une des raisons pour lesquelles la problématique n'est pas si simple.

#### **Comment l'observer concrètement?**

Un nombre croissant de recherches indique que les émotions positives liées aux apprentissages ont un effet facilitateur sur les performances académiques des élèves. Une récente étude allemande a par exemple établi le lien entre deux émotions positives liées à l'apprentissage des mathématiques (joie et fierté) et l'amélioration des résultats scolaires dans cette matière sur plusieurs années. En classe, des élèves âgés de 11 à 15 ans ont rempli un questionnaire portant sur les émotions ressenties durant les cours de

maths. Ces résultats ont ensuite été mis en lien avec les performances des élèves, suggérant que les émotions positives liées à l'apprentissage ont eu un effet causal sur les résultats lors des notes de fin d'année.

#### **L'école en tient-elle assez compte dans sa façon d'enseigner?**

Traditionnellement, la salle de classe n'est pas un lieu où les émotions sont un thème d'enseignement. Mais ces dernières années, la question d'enseigner la gestion des émotions commence à se poser. La notion d'intelligence émotionnelle est souvent étudiée sous la forme d'une série de compétences liées aux émotions: les comprendre, les reconnaître, les réguler, les adapter... Des programmes se sont développés dont l'objectif est de favoriser, chez l'enfant, en collaboration avec l'école et la famille, ces compétences. Ces programmes varient beaucoup dans leurs approches et certains permettent de mesurer leurs effets alors que, malheureusement, d'autres ne le permettent pas. La possibilité de valider avec les outils de la recherche de telles interventions me semble importante avant d'envisager leur utilisation.

#### **Pour l'enseignant, identifier ces émotions serait pourtant un précieux outil pédagogique?**

Absolument! Je pense que l'on ne peut que gagner, en tant qu'enseignant, à comprendre comment les émotions aident ou empêchent les élèves à apprendre. De nombreuses études démontrent un rôle clé des émotions, notamment positives, dans l'orientation de l'attention et dans la formation des souvenirs en mémoire.

#### **Une piste pour focaliser l'attention des élèves?**

En effet: la valeur émotionnelle des événements que nous vivons est un déterminant essentiel de l'attention que nous leur portons. Cela veut dire que ce qui est pertinent pour l'élève, le touche, va focaliser son attention. Encore faut-il obtenir que l'enfant perçoive une pertinence émotionnelle dans ce qui lui est enseigné.



***Cela pourrait aussi être une clé pour les problématiques d'anxiété scolaire ou de harcèlement par exemple?***

Oui, l'idée étant que si l'enfant développe une meilleure compréhension de ses propres émotions et de celles des autres, ainsi que de meilleures capacités à les réguler, cela augmentera son bien-être et limitera également potentiellement certains comportements problématiques.

***Et comme parent, comment encourager les émotions de ses enfants à des fins scolaires?***

Déjà, je dirais qu'il est souhaitable, en tant que parent, de ne pas dissocier les activités scolaires des émotions qui y sont liées. Il est naturel qu'un enfant ressente par exemple de l'anxiété, de la colère, de la honte, de l'intérêt, de l'enthousiasme ou encore de la fierté en lien avec ses activités et résultats scolaires. Ne pas dissocier artificiellement les émotions des situations d'apprentissage qui les génèrent est donc déjà une étape certainement utile pour encourager ces émotions. ●

**UNE TABLE RONDE POUR EN PARLER**

**Le 15 novembre** prochain, une table ronde autour du thème *Les neurosciences et les sciences affectives à l'appui de l'éducation* est organisée par l'Ecole Eden à Genève. Un débat mêlant paroles d'experts et questions du grand public, auquel participera David Sander, accompagné de la doctorante Solange Denervaud, qui travaille sur l'impact de l'environnement pédagogique sur le développement cérébral des enfants, et sur le lien entre émotions et résultats académiques et sociaux. Avec aussi des ateliers liés au thème proposés la journée du 18 novembre.

**Où?** Ecole Eden, route de Veyrier 27, Genève.

**Infos:** [ecole-eden.ch](http://ecole-eden.ch)