
Communication empathique, corps sensible et émotions : un enjeu pour apprendre et enseigner l'éducation physique et sportive dans une perspective de bien-être scolaire

Solange Ciavaldini-Cartaut*¹ and Lorris Bailet*²

¹Laboratoire d'Anthropologie et de Psychologie Cognitives et Sociales (LAPCOS) – Université Côte d'Azur (UCA) – Campus Saint Jean d'Angely / SJA3 / MSHS Sud-Est 25 avenue François Mitterrand
06300 Nice, France

²Ministère de l'Éducation nationale – Rectorat de l'académie de Nice – France

Résumé

L'empathie et la communication sensible jouent un rôle central dans la création d'espaces dédiés au bien-être des apprenants et des enseignants, en particulier dans le contexte de l'éducation physique et sportive (EPS). L'empathie, définie comme la capacité à comprendre et partager les émotions d'autrui, est essentielle pour instaurer une connexion profonde entre l'enseignant et les élèves. La communication sensible, quant à elle, implique un échange respectueux et attentif, favorisant l'inclusion de chacun dans sa singularité. Cette communication s'intéresse plus particulièrement à l'enseignement de l'EPS et s'attachera, sous la forme d'une étude de cas, à expliciter la démarche d'usage de rituels scolaires axés sur le bien-être scolaire où les activités de relaxation telle que le yoga et l'expression des émotions des élèves en début de cours permettent d'intégrer le corps sensible des élèves dans la démarche pédagogique. Le yoga, pratiqué en classe, ambitionne d'aider les élèves à mieux appréhender leur corps et à comprendre le lien subtil entre l'esprit et la corporéité. En plus d'enseigner des techniques de respiration et de relaxation pour la gestion du stress, ces séances contribuent à placer le corps au centre de leur attention. L'usage d'un rituel en début de séance d'EPS fondé sur la communication sensible et l'empathie au service de l'expression des émotions des élèves permet à ces derniers d'explicitier leur registre d'engagement possible dans l'action et d'interaction avec leurs pairs et en retour contribue à l'ajustement de la posture enseignante et de la disponibilité communicationnelle pour différencier, individualiser, aider et enseigner. Ce cas s'inscrit dans une recherche collaborative menée au sein du LéA Ecoles-Collège Saint Exupéry 06 dans les Alpes-Maritimes. S'y développent à la fois des postures et des pratiques bienveillantes orientées vers le bien-être scolaire de tous (élèves et personnels d'éducation et d'enseignement). Cette communication s'attachera à présenter cette pratique d'enseignement et à en documenter les perceptions à propos des effets perçus en instaurant un espace sensible et bienveillant prenant en compte le corps et les émotions. Notre analyse empruntera à cette fin certains présupposés au modèle de la bienveillance éducative et pédagogique de Réto (2017) et à celui d'une psychopédagogie du bien-être (Goyette, Martineau, Gagnon et Bazinet, 2020).

Références :

*Intervenant

Goyette, N., Martineau, S., Gagnon, B. & Bazinet, J. (2020). Les effets d'une approche pédagogique préconisant la psychopédagogie du bien-être sur la réussite éducative d'élèves du primaire. *Revue hybride de l'éducation*, 4 (4), 1-23. <https://doi.org/10.1522/rhe.v4i4.1072>
Réto, G. (2017). La bienveillance à l'École : vers un changement de paradigme? *Recherches et Éducatons*, 18, <https://doi.org/https://doi.org/10.4000/rechercheseducations.4389>

Mots-Clés: rituels scolaires, empathie, bienveillance pédagogique, bien, être scolaire, corps, émotions