

L'émotion

Luc RIA, 2005

"REVUE EPS, Pour l'action"

CHAPITRE 1 : CULTIVER LES EMOTIONS DES ELEVES EN EPS

Phillipe GAGNAIRE et François LAVIE

→ **H.Simon (1991)** : Envisager les émotions non pas comme des phénomènes naturels mais comme des artefacts...

Artefact = outil physique ou symbolique permettant d'augmenter artificiellement les capacités humaines.

→ **Qu'est ce qu'une émotion ?**

> "Les émotions émanent d'une expérience de plaisir ou de douleur, indissociable du caractère attractif ou répulsif de certains événements vécus ou appréhendés"

→ **Les émotions comme contraintes externes de l'action**

> La théorie des behavioristes caractérisent les émotions par l'apparition ou arrêt de :

- Renforcement positif (plaisir, encouragement, obtention d'un point...)

- Renforcement négatif (punition, blâme, échec dans une tâche...)

> Les émotions sont des processus extérieurs à la cognition qui peuvent optimiser ou perturber l'action

> Le "marquage émotionnel" positif ou négatif des actions passées détermine en grande partie l'action à accomplir

> Les émotions peuvent "parasiter" le traitement de l'information.

= un élève stressé apprend mal.

> Des recherches, comme le **modèle IZOF (Y.Hanin et Syrja, 1995, Individual Zone Of Optimal Functioning)** décrit les émotions comme... un rôle facilitateur sur la cognition, en identifiant notamment des niveaux optimaux d'activation = favorable à la production de performance si état émotionnel favorable (**Courbe en U inversé de Yerkes et Dodson, 1908**)

→ Affects = état affectif

> Selon **S.Freud**, la question des "affects" est liée aux expériences de satisfaction ou d'insatisfaction.

→ Selon **K.R.Scherer**, les émotions sont des processus dynamiques de courte durée permettant à l'organisme de maintenir ou de retrouver son bien être par des comportements adaptatifs.

→ **P.Livet (2002)** définit les émotions en insistant sur les anticipations cognitives.

"Lorsque le différentiel entre la situation attendue et la situation perçue est important, l'émotion est intense ! Lorsqu'il est moindre, l'émotion est modérée"

CHAPITRE 2 : LES EMOTIONS AUX COMMANDES DES COGNITIONS

Armelle NUGIER et Paula NIEDENTHAL

→ Pour **A.Damasio (1999)**, les sentiments permettent la conscientisation progressive des émotions.

→ **A.Damasio (1995)** parle de "marqueur somatiques" = expérience mentale des émotions, appréciation automatique des conséquences prévisibles. Ria parle de "signaux d'alarme"

→ **Les émotions comme construction sociale**

> **H.Wallon (1972)** considère les émotions comme des instruments psychologiques

→ **P. Dumouchel (1999)** : Les émotions sont les moments saillants d'un processus permanent de coordination sociale.

> La coordination sociale fabrique des émotions collectives

→ Lors d'une interaction, la dynamique émotionnelle modifie les états affectifs de chacun

→ Au niveau dyadique, les émotions ont essentiellement une fonction de communication. La communication d'une émotion permet également à celui qui la ressent de faire comprendre à l'autre la façon dont il a perçu la situation et d'induire chez lui une émotion (dite complémentaire) qui a pour but de modifier son comportement.

→ Au niveau d'un groupe, les émotions permettent d'exprimer et de maintenir une hiérarchisation entre les individus, de renforcer la cohésion.

→ Selon **F. Hatchuel (2005 ; Savoir, apprendre, transmettre)**, pour créer le plaisir d'apprendre pour l'élève, lié à la réussite de son acte d'apprentissage.

→ **P.Parlebas** : "L'action est intimement pénétrée d'émotions"

CHAPITRE 5 : CULTIVER LES EMOTIONS DES ELEVES EN EPS

Phillipe GAGNAIRE et François LAVIE

- En donnant des raisons d'agir et d'apprendre, le plaisir de pratiquer deviendrait alors plus noble, moins péjoratif
- Propose une programmation des APSA en fonction des expériences émotionnelles recherchées

	APSA	Expérience émotionnelle
Période 1	Natation (parcours aquatique)	Epreuve / score
	Jeux collectif pré-sportif (en équipe mixte)	Rencontre / score
Période 2	Gymnastique au sol (un contre un)	Défi / conformité
	Relais endurance par équipe	Rencontre / mesure
Période 3	Lutte au sol	Défi / score
	Danse contemporaine (en petit groupe)	Rencontre / conformité
Période 4	Cirque : présentation d'un numéro	Epreuve / conformité
	Athlétisme : multibond	Défi / mesure

- L'EPS se heurte à un paradoxe : **être reconnue comme une discipline scolaire sérieuse tout en proposant des activités ludiques**
- Selon **D.Delignières (1997)** : "La relation de plaisir à la pratique des APSA doit être considérée comme l'acquisition fondamentale en EPS conditionnant toutes les autres acquisitions, leur réinvestissement, et en définitive leur utilité"
- Selon **LOBROT (2002)**, les émotions positives ou négatives provoquent des conduites attractives ou répulsives, favorable ou non aux apprentissages.
Par exemple : en boxe française, l'émotion liée au duel génère des conduites plutôt répulsives : refus de combattre, peur du contact, ou au contraire, brutalité...
- Pour créer des "formes scolaires" favorables aux apprentissages, il faut respecter 2 conditions :
 - Confronter l'élève au véritable fond culturel de l'APSA afin de susciter chez eux des mobiles d'actions (ce qui pousse l'individu à agir) compatible avec leur ressources. Par exemple en athlétisme, faire courir seul en chronometrant la performance de l'élève sur les haies, ne l'incite pas à une libération maximale de son potentiel. Elle n'éveille pas le plaisir de l'élève, il faut rajouter du défi (course en opposition...)
 - Tenir compte du niveau d'adaptation de l'élève. Il faut éviter à tout prix une situation d'échec qui les enfermerait dans une impuissance. **Le sentiment de réussite, de compétence est donc un élément central pour éveiller ou réveiller ce plaisir d'agir !**
- Pour favoriser l'apprentissage des élèves > dépasser le "plaisir immédiat", trop éphémère, vers un plaisir d'apprendre.
- L'insatisfaction peut être considérée comme une émotion positive, susceptible de faire émerger un plaisir différé, donc un désir d'apprendre :
 - Pour accentuer ces insatisfactions naissantes, on propose aux élèves une "**épreuve/preuve**", c'est à dire une situation susceptible de provoquer chez eux un besoin d'apprendre et donc de créer (ou de relancer) leur projet d'apprentissage. Elle doit être construite de façon à ce que la victoire semble facile a priori mais difficile à "prouver" dans le jeu. Elle a le statut de situation à résolution de problème, au sens où l'entend **P.Meirieu (1988)** : "mettre en oeuvre des compétences et des capacités qu'ils possèdent déjà pour en acquérir de nouvelle."
- **Faire vivre des émotions aux élèves, à partir du couple plaisir/insatisfaction, constitue un ressort favorable à l'apprentissage.**
- Selon **GAGNAIRE et LAVIE (2003)**, cette interaction émotionnelle est en effet favorable à une "dynamique de progrès".
- **La pédagogie des émotions** nécessite de privilégier la relation et le ressenti émotionnel des élèves. Il faut faire accepter les peur de l'élève, les vaincre, s'engager dans une prise de risque (grâce au suivi affectif de l'enseignant). Exemple en escalade, pour l'élève ayant le vertige. **DURAND (2001)** : "Une pédagogie de mise à l'épreuve"
- **La pédagogie des émotions en EPS tend vers un projet doublement ambitieux :**
 - Favoriser des apprentissages en EPS (Faire vivre des émotions où l'élève n'en ressortira pas "indemne")
 - Développer des émotions positives pour les élèves continuent de pratiquer ailleurs et plus tard

CHAPITRE 6 : LES EMOTIONS AU COEUR DE L'ACTION DES ENSEIGNANTS NOVICES

Luc RIA

- La tendance à vouloir réaliser son plan de leçon accroît leur anxiété :
 - = Décalage important entre : les attendues (parfois idéalistes) et la situation perçue dans laquelle ils sont engagés.
- **VARELA (2004)** : "micromonde" ; Les micromondes sont des situations typiques des plus ordinaires, construites sur la base de significations et d'émotions récurrentes, au sein desquelles nous mobilisons des savoir-faire implicites, des dispositions à agir la plupart du temps transparents.