

Leçon 12

Titre : Intégrer l'intelligence émotionnelle dans le programme scolaire

Durée de la leçon : 1 heure

Nombre de participants : Idéalement entre 10 et 15 participants

Résultats d'apprentissage :

1. Connaissance de ce qu'est l'intelligence émotionnelle.
2. Connaissance de la manière dont l'intelligence émotionnelle facilite l'apprentissage des langues.
3. Capacité à intégrer l'intelligence émotionnelle dans le programme d'études.

Structure de la leçon :

Introduction

L'animateur souhaite la bienvenue aux participants et présente la session sous le titre "Intégrer l'intelligence émotionnelle dans le programme scolaire".



DIAPOSITIVE 2

DIAPOSITIVES 4, 5, & 6:

L'animateur invite les participants à faire une brève activité d'introduction pour briser la glace.

Brise-glace : Méditation de pleine conscience d'une minute

L'animateur demande aux étudiants de fermer les yeux, de respirer profondément et d'être présents, ce qui leur permet d'être plus en phase avec la leçon et renforce leur capacité d'apprentissage.

C'est un bon exercice à pratiquer, car la recherche montre que les apprenants qui peuvent s'asseoir et respirer pendant quelques minutes avant de faire quelque chose de stressant, comme un examen, obtiennent de meilleurs résultats que ceux qui ne le font pas.

Le facilitateur explique qu'une courte méditation au début d'une leçon peut ancrer les étudiants et les installer dans l'environnement d'apprentissage. Cela les aidera à laisser le monde extérieur derrière eux pendant quelques minutes et à se mettre dans un état mental plus calme, nécessaire à l'apprentissage.

L'animateur fait écouter la courte méditation suivante, d'une durée d'une minute, à titre d'exemple d'une méditation qui pourrait être utilisée en classe : <https://youtu.be/c1Ndym-lsQg>

Discutez :

L'animateur demande ensuite aux élèves de réfléchir brièvement à l'activité en posant les questions suivantes :

- S'agit-il de quelque chose qui, selon vous, serait utile dans votre environnement d'apprentissage ?
- Pourquoi/ Pourquoi pas ?
- Quel type d'activité de pleine conscience fonctionnerait le mieux, selon vous, pour vos étudiants en langue étrangère ?



L'importance de l'espace de tête



- Permettre aux apprenants de fermer les yeux, de prendre quelques respirations profondes et d'être présents améliore leur capacité à apprendre
- La recherche montre que ceux qui peuvent s'asseoir et respirer pendant quelques minutes avant de faire quelque chose de stressant comme un examen réussiront mieux que ceux qui ne le font pas.

DIAPOSITIVE 6

Contenu

Dans cette section, le facilitateur doit fournir des connaissances théoriques sur le sujet de la session.

DIAPOSITIVES 8, 9, 10 et 11 :

Qu'est-ce que l'intelligence émotionnelle ?

L'animateur doit présenter le contenu suivant au fur et à mesure de la lecture des diapositives, L'intelligence émotionnelle implique d'être capable de reconnaître et de gérer ses sentiments de

manière appropriée, ainsi que de comprendre ce que ressentent les autres. Daniel Goleman a popularisé l'intelligence émotionnelle auprès du public dans son livre "Emotional Intelligence - Why it can matter more than IQ" (L'intelligence émotionnelle - Pourquoi elle peut être plus importante que le QI). Goleman prédit que l'intelligence émotionnelle est une clé plus importante de la réussite et qu'elle est un prédicteur de réussite scolaire bien plus précis que l'intelligence cognitive.

Selon Goleman, les personnes qui manquent de compétences en matière d'IE peuvent être désavantagées sur le plan social et émotionnel. On peut dire que l'intelligence émotionnelle contribue au bien-être, à la créativité et à la réussite scolaire (Goleman, 1995).

L'émotion et l'intelligence sont liées parce que l'émotion et la capacité d'empathie sont toutes deux nécessaires pour contribuer à la capacité de penser intelligemment.

L'IE dans l'apprentissage des langues

Les chercheurs réalisent aujourd'hui l'importance des émotions dans l'apprentissage des langues. L'application de l'IE à la classe de langue étrangère aide les étudiants à tolérer les situations stressantes ou frustrantes. Les étudiants qui ont un bon niveau d'IE ont également une bonne maîtrise de leurs compétences orales. En dotant les élèves des outils émotionnels nécessaires pour surmonter les difficultés, on peut donc augmenter leurs chances de réussite lorsqu'ils tentent de s'exprimer dans une langue étrangère.

L'IE et les enseignants

Il est plus facile pour un apprenant d'intégrer l'intelligence émotionnelle dans sa vie s'il la voit ailleurs. Il est donc nécessaire d'avoir un enseignant émotionnellement intelligent, si votre objectif est de créer une atmosphère de classe émotionnellement intelligente. Les enseignants doivent être conscients de leurs propres émotions et de leur intelligence émotionnelle, en plus de celles de leurs élèves.

Gkonou et Mercer (2017) montrent qu'il est important pour les enseignants d'avoir des relations significatives de qualité avec leurs élèves, avec quatre caractéristiques principales : l'empathie, le respect, la confiance et la réactivité.

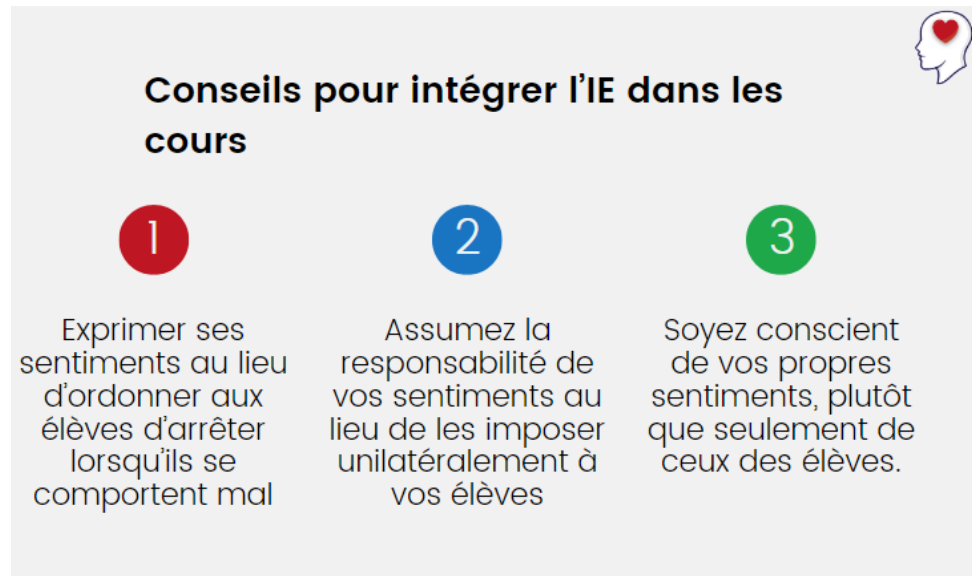
Intégrer l'IE dans la classe

Mayer et Salovey ont suggéré les idées suivantes pour utiliser l'intelligence émotionnelle dans le cadre de l'éducation en classe :

- a) Exprimez vos sentiments au lieu d'ordonner aux élèves d'arrêter lorsqu'ils se comportent mal.
- b) Assumez la responsabilité de vos sentiments au lieu de les imposer unilatéralement à vos élèves.
- c) Soyez beaucoup plus conscient de vos propres sentiments, plutôt que de ceux des élèves.
- d) Essayez de comprendre les raisons du comportement des élèves avant de vous faire une opinion.
- e) Trouvez des moyens de coopération volontaire au lieu d'exiger quelque chose des élèves.
- f) Aidez les élèves à s'exprimer ouvertement et à résoudre les problèmes qu'ils peuvent rencontrer.

Conclusion

L'animateur doit conclure la session par le commentaire suivant : "Il est prouvé que l'introduction de l'intelligence émotionnelle dans la classe favorise l'apprentissage des langues. La meilleure façon pour les élèves d'apprendre à être plus intelligents sur le plan émotionnel est de le voir chez leurs enseignants. Il est donc important que les enseignants soient conscients de leurs propres émotions et de leur intelligence émotionnelle, en plus de celles de leurs élèves.



DIAPOSITIVE 10

Exemples d'activités

L'animateur propose des activités courtes et attrayantes pour montrer comment le concept peut être appliqué et reproduit en classe.

L'animateur commence par ce qui suit ;

Activité 2 : Discussion :

- Prenez 5 minutes pour réfléchir à la citation de Mary Gordon : "Pour enseigner aux enfants, il faut d'abord les atteindre"
- Appliquez la citation aux apprenants de tous âges et présentez un bref argument pour/contre.
- L'animateur demande aux participants de se diviser en deux groupes pour débattre de la réalité de la citation en ce qui concerne l'enseignement des langues étrangères. Un groupe doit être tout à fait d'accord et l'autre tout à fait en désaccord avec la citation/affirmation pour en débattre.
- Enfin, le groupe entier se réunit pour discuter de ce qu'il pense réellement.

L'animateur passe ensuite à l'activité suivante .

Activité 3 : Jeu de rôle :

Le facilitateur demande à une personne de jouer le rôle de l'étudiant qui éprouve des difficultés à apprendre une langue.

Il lui demande :

- Qu'est-ce que vous ressentez ?
- Que peut faire l'enseignant pour vous aider ?
- Avez-vous trouvé des difficultés au cours de la leçon ?

L'autre personne doit jouer le rôle de l'enseignant et s'entraîner à poser de nombreuses questions :

- Comment vous sentez-vous par rapport à cela ?
- Qu'est-ce qui vous convient ?
- Qu'est-ce qui vous pose problème ?
- Qu'est-ce qui vous aiderait ?

L'animateur remercie les participants d'avoir pris part aux activités et commence à conclure la session.

Conclusion

DIAPOSITIVE 14 :

Il s'agit d'une activité de clôture, idéalement des questions de réflexion pour que les enseignants réfléchissent à ce qu'ils ont appris et à la manière dont cela s'applique à leur propre enseignement.

Les animateurs doivent demander aux participants de réfléchir à trois façons d'intégrer l'IE dans leurs cours quotidiens. Demandez aux participants de réfléchir pendant une minute et de penser à trois améliorations concrètes qu'ils apporteront dans leur propre classe.



Conclusion

Pensez à trois façons dont vous pouvez personnellement intégrer l'IE dans vos cours quotidiens. Réfléchissez pendant 1 minute et pensez à 3 améliorations concrètes que vous apporterez dans votre propre classe.

DIAPOSITIVE 14

Les animateurs remercient les participants d'avoir pris part à la session et demandent s'il y a des questions ou des réflexions avant de conclure.