

#MOICMOI

Dossier 2

Adopter une posture professionnelle
soutenante pour les adolescent·e·s



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis

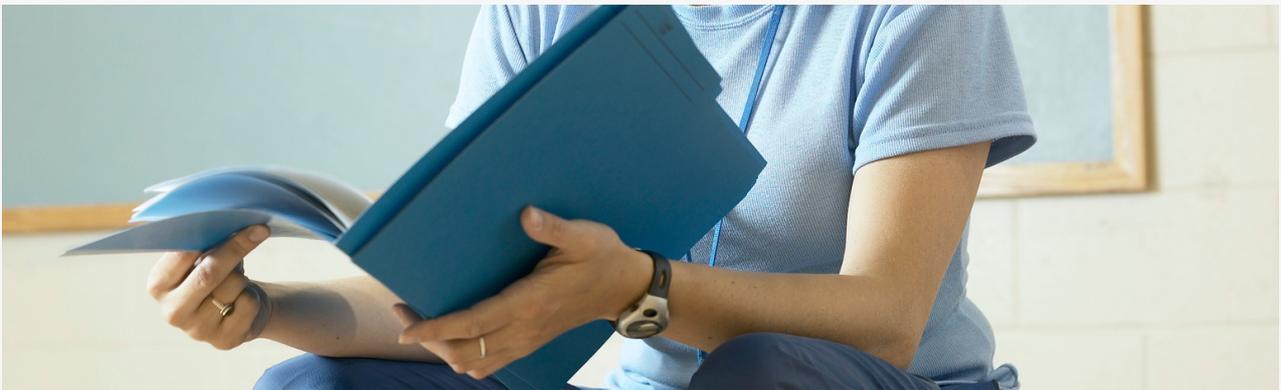


Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

DOSSIER 2 : ADOPTER UNE POSTURE PROFESSIONNELLE SOUTENANTE POUR LES ADOLESCENT·E·S

Une classe est une petite communauté de vie et de travail où l'attitude de l'enseignant·e est déterminante. C'est elle·lui qui va rendre sa classe dynamique, travailleuse, curieuse ou au contraire génératrice de tensions et de conflits. Son attitude induit le comportement des élèves.

La posture de l'enseignant·e est aussi un des facteurs clés pour promouvoir la santé psychique des adolescent·e·s car elle joue un rôle fondamental dans la manière dont elles·ils vont se sentir en classe. Elle va influencer non seulement les conditions d'apprentissage, mais aussi la qualité des relations et du vivre-ensemble. Elle est également un levier-clé des approches basées sur les compétences psychosociales qui sont au cœur des facteurs de protection pour la santé psychique des adolescent·e·s.



POURQUOI LA POSTURE DES ADULTES EST IMPORTANTE POUR LA SANTÉ PSYCHIQUE DES ADOLESCENT·E·S ?

La présence d'adultes est un des besoins fondamentaux des adolescent·e·s. A l'âge où elles·ils se distancient des parents et développent leur autonomie, elles·ils ont besoin de trouver à l'extérieur de la famille des adultes qu'elles·ils puissent identifier comme des ressources et des repères positifs. Ceci est d'autant plus important qu'elles·ils ont tendance à chercher des solutions à leurs problèmes seul·e·s ou en se tournant vers leurs pairs. Le rôle d'adulte repère que peut jouer l'enseignant·e est souvent minimisé mais il est essentiel pour soutenir le développement des adolescent·e·s et leur donner envie d'apprendre et de grandir. Sa posture vis-à-vis de l'adolescent·e et la manière de l'accueillir, de lui parler, de l'écouter, de lui prêter attention, de la·le comprendre et de l'encourager vont être déterminantes pour le développement du lien de confiance et du sentiment de sécurité nécessaire au bien-être et aux apprentissages. En adoptant de manière consciente une posture adaptée aux besoins des élèves, l'enseignant·e contribue significativement à leur santé psychique.

UNE POSTURE PROFESSIONNELLE SOUTENANTE POUR LA SANTÉ PSYCHIQUE DES ADOLESCENT·E·S C'EST QUOI ?

Sécurité, qualité du lien, authenticité, cohérence, autorité de compétence : voilà les ingrédients de base d'une posture qui soutient la santé psychique des adolescent·e·s.

Ces éléments vont se jouer dans différentes dimensions de la posture professionnelle :

Les compétences pédagogiques et la capacité à développer l'envie d'apprendre des élèves

- En quoi les situations d'apprentissage que je propose sont-elles stimulantes ?
- Quels terrains d'expérimentation je leur propose ?
- Comment est-ce que je donne des repères dans les savoirs disponibles ?
- Est-ce que je privilégie plutôt une posture de facilitation d'apprentissage ou de transmission de savoir ?
- Comment j'implique mes élèves dans l'acquisition des savoirs ?
- Quel niveau de participation je propose dans ma classe ?
- Comment puis-je faire des liens avec leur quotidien ?
- Comment est-ce que je mets en évidence leurs compétences et leurs progrès ?
- Est-ce que j'arrive à valoriser l'erreur comme une opportunité d'apprendre ? etc.

La capacité à garantir le bon fonctionnement de la classe et à assurer sécurité et cohérence

- Comment est-ce que je garantis la sécurité du contexte d'apprentissage ?
- Comment sont fixées les règles de fonctionnement ?
- Est-ce que j'en discute avec mes élèves ? Lesquelles sont non-négociables et pourquoi ?
- Les conséquences de leur non-respect sont-elles explicitées et connues de toutes et tous ?
- Mes indications sont-elles claires ?
- Comment puis-je vérifier qu'elles sont comprises par chaque élève et que chacun·e dispose des éléments nécessaires pour y répondre ?
- Ai-je explicité le sens de mes demandes/décisions ?
- L'ont-elles-ils compris ? etc.

L'attitude, c'est à dire la manière d'être et l'état d'esprit dans l'échange

Elle dépend de la représentation mentale que j'ai des élèves ou de la classe et de ma prédisposition mentale à leur égard. Elle dépend aussi de ma représentation du rôle de l'enseignant·e :

- Quelles émotions je ressens face à la classe ou à un·e élève ? Est-ce que je les trouve intéressant·e·s ou non ?
- Quelles croyances j'ai sur chacun·e de mes élèves et sur moi-même ?
- Qu'ai-je entendu d'elles·eux qui m'influence ?
- Est-ce que chaque élève existe positivement dans mon regard ?
- Quelles sont les expériences que j'ai vécues avec l'élève ou la classe qui influencent mes intentions ou mes comportements ?
- Est-ce mon rôle de partager certaines expériences ? etc.

Les comportements adoptés en classe et envers les élèves

- Ma gestuelle et mon langage verbal et non verbal sont-ils respectueux et congruents ?
- Que dit mon corps ?
- Mon langage est-il inclusif ?
- Suis-je juste dans mes décisions ?
- Suis-je fiable et stable pour mes élèves ?
- Mes émotions transparaissent-elles souvent dans mes choix ou actions ?
- Quelle est ma capacité à les réguler ? etc.



**COMMENT CRÉER DU LIEN AVEC LES ADOLESCENT·E·S ET ÊTRE
PERÇU·E COMME DIGNE DE CONFIANCE ?**

Pour développer un lien de confiance, un·e enseignant·e doit s'appuyer sur une vision positive des adolescent·e·s et les accueillir tels qu'elles·ils sont. Il faut développer une relation de personne à personne et non seulement d'enseignant·e à élève et les considérer comme des partenaires valables et compétents.

LES CONSIDÉRER ET LES RESPECTER

- S'intéresser à elles·eux ; apprendre à les connaître et à les comprendre
- Connaître leurs besoins fondamentaux liés à leur étape de développement et en tenir compte dans les propositions d'apprentissage
- Les traiter sur un mode d'égalité relationnelle, tout en restant responsable du cadre de fonctionnement (sécurité)
- Avoir confiance en leurs capacités, croire en elles·eux
- Reconnaître leurs compétences, qualités et forces et les verbaliser
- Mettre l'accent sur leurs potentiels plutôt que sur leurs difficultés
- Leur donner l'occasion de s'engager, les impliquer dans les décisions qui les concernent, prendre en compte leurs idées et leurs compétences. Autrement dit, développer une vraie participation
- Leur faire sentir respect et considération dans ma manière de leur parler et dans mes actions
- Leur montrer qu'elles·ils sont important·e·s pour moi et que je m'en soucie

ETRE UN REPÈRE POSITIF ET AUTHENTIQUE

- Être conscient·e de mon rôle de personne de référence et de l'importance de l'observation et de l'imitation dans les apprentissages
- Donner envie d'apprendre, de grandir et de créer une vie qui fasse sens
- Offrir des modèles de possibles, partager des qualités, valeurs, attitudes et comportements pour leur donner envie de les développer chez elles·eux
- Partager mon authenticité et mon humanité dans ma manière d'être et les connaissances transmises
- Témoigner de mes réussites mais aussi de mes difficultés pour montrer qu'il est possible d'avancer dans la vie malgré les problèmes
- Donner des repères dans les savoirs disponibles, accompagner les apprentissages

ETRE COHÉRENT·E

- Incarner ce que j'attends des élèves et appliquer à moi-même les mêmes exigences qu'aux élèves
- Activer mes propres compétences psychosociales
- Être conscient·e de moi-même en classe : présence, émotions, réactions, motivations, etc.
- Rechercher l'alignement entre mes attitudes, mes paroles et mes actes
- Développer mon autorité intérieure et avoir une stabilité émotionnelle et relationnelle avec les élèves
- Être juste dans mes décisions et agissements
- Pratiquer l'autoréflexivité sur ma pratique et mes attitudes pour conscientiser les processus, valeurs, croyances et normes sociales qui influencent ma posture en classe
- Me remettre en question