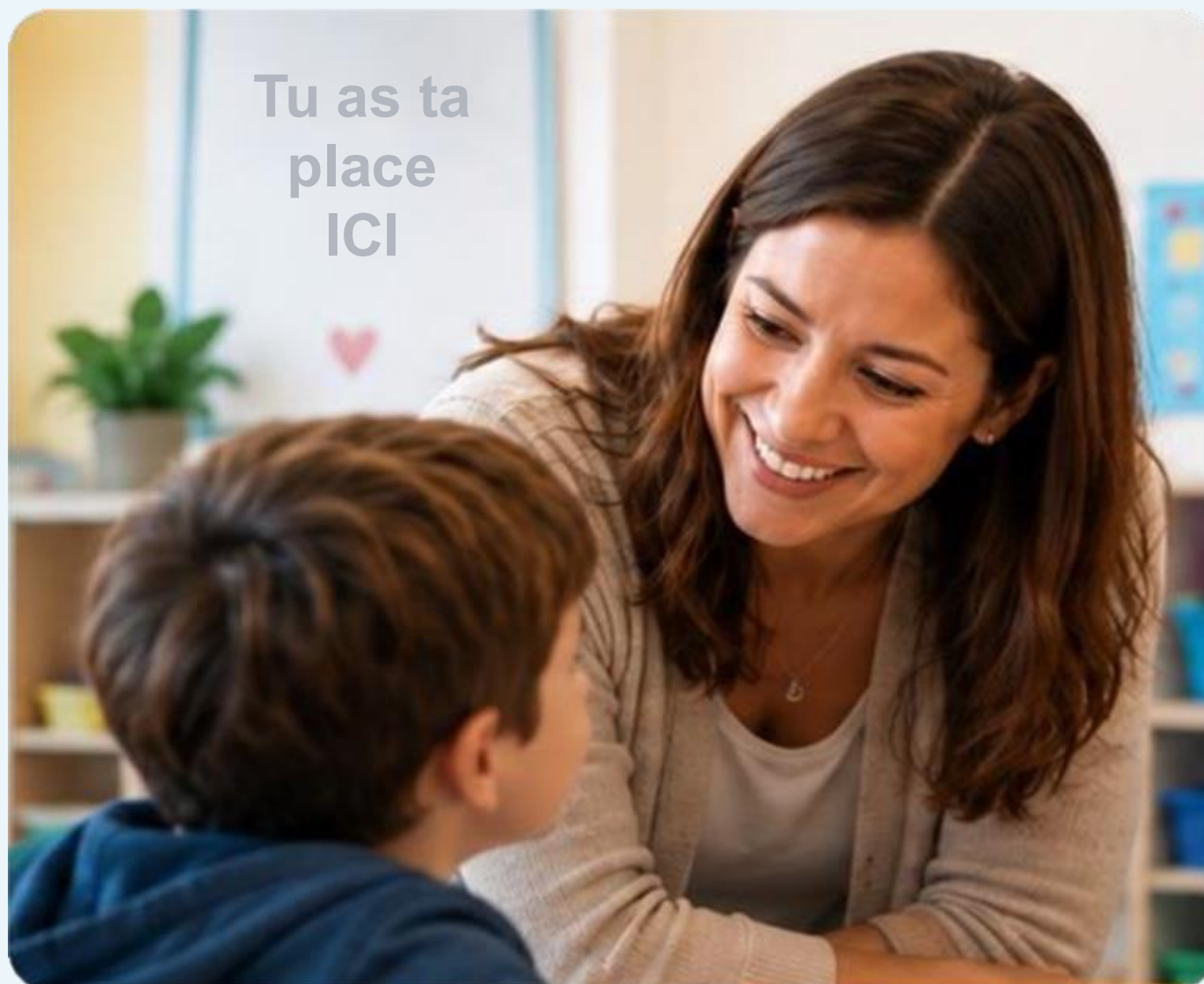


1^{ère} partie : définition de la posture de l'adulte

NOTRE POSTURE FAÇONNE L'EXPÉRIENCE DES
ÉLÈVES



Posture régulée et connectée

Elle instaure un climat de sécurité, établit un sentiment de confiance et favorise l'apprentissage.



Posture réactive et amplificatrice

Elle accroît le stress, diminue la réceptivité et peut mettre un frein à l'apprentissage.



Le constat clé :

Les élèves distinguent notre posture avant d'entendre nos paroles. La régulation crée donc les conditions propices à l'apprentissage.



Le point à retenir :

Une posture calme, cohérente et respectueuse constitue une intervention active.

Positionnement émotionnel

Comment les éducateurs gèrent leur état émotionnel pour créer un climat propice à l'apprentissage.

Positionnement relationnel

Comment les éducateurs entrent en contact, répondent aux besoins et assurent la sécurité.



La posture de l'adulte

Positionnement professionnel

Synergie entre l'action intentionnelle, l'attitude et les croyances à l'égard du développement de l'enfant.

Présence physique

Personnification d'une autorité calme et bienveillante au sein de l'environnement d'apprentissage.

L'architecture de la posture : éléments fondamentaux

Chaleur

Manifeste une réelle bienveillance et instaure un climat de sécurité émotionnelle.

Autorité calme

Exerce une autorité qui ne repose pas sur l'intimidation et établit des limites gentiment.

Intentionnalité

Privilégie la proactivité à la réactivité et tient compte des objectifs développementaux à long terme.

Curiosité

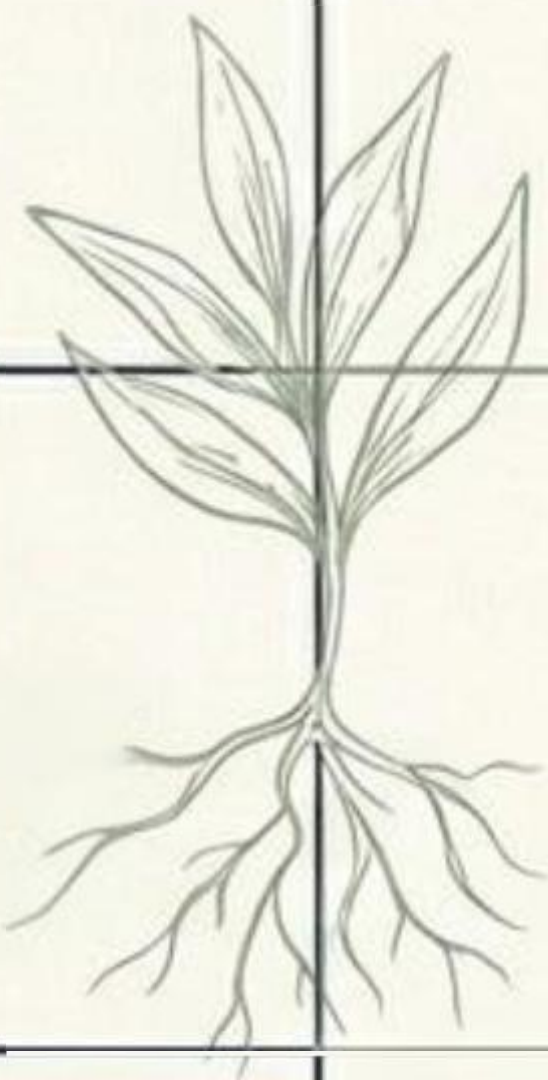
Cherche à comprendre avant de juger et regarde ce qui se cache derrière le comportement.

Disponibilité émotionnelle

Identifie les besoins et intervient lorsque du soutien est requis.

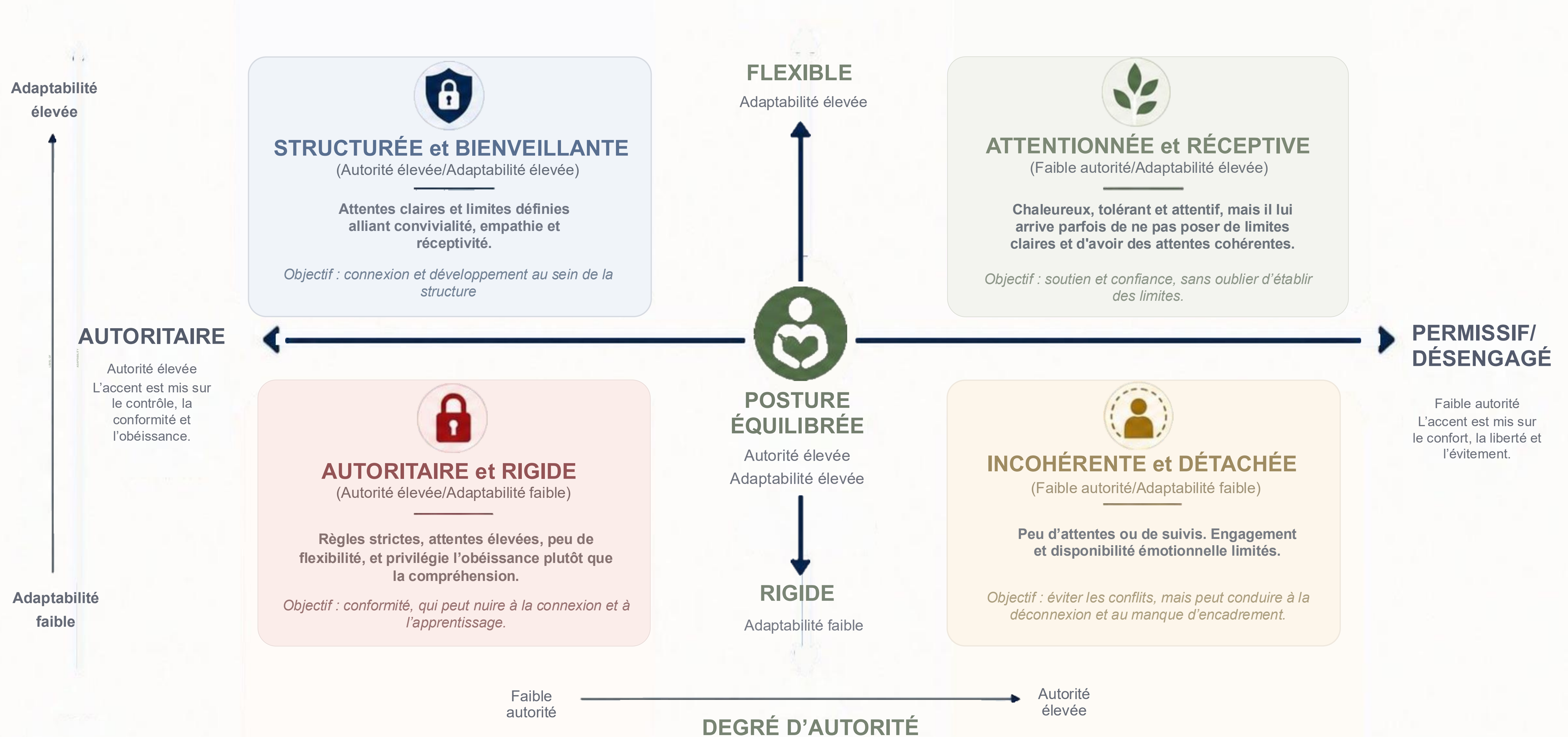
Réflexion

Analyse ses réactions et ses biais, et apprend et s'ajuste constamment.



Le continuum de la posture de l'adulte

Notre posture est déterminée par la manière dont nous concilions autorité et adaptabilité.





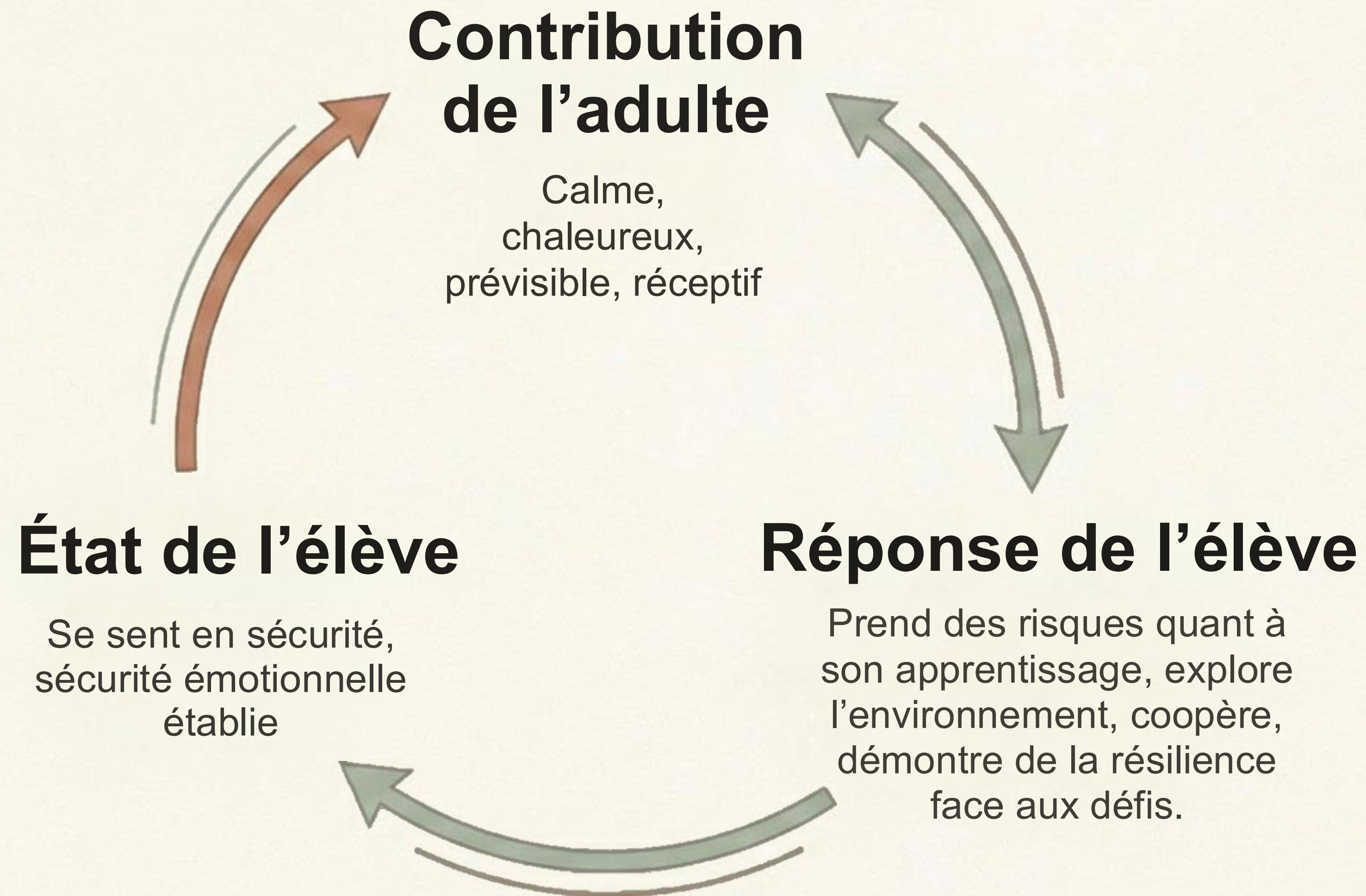
Question de réflexion **individuelle**

VOS RÉPONSES INSTINCTIVES SOUS L'EFFET DU STRESS :

- Quel quadrant de posture suis-je naturellement enclin(e) à adopter en situation de stress ?
- Qu'est-ce qui a tendance à m'éloigner de ma posture équilibrée ?
- Quelles sont les caractéristiques qui me viennent naturellement et lesquelles nécessitent un effort délibéré ?



Le cycle de sécurité



En revanche, faire preuve régulièrement de dureté ou d'indisponibilité émotionnelle entraîne systématiquement une augmentation des niveaux de stress et d'anxiété, ainsi que des difficultés comportementales.

L'harmonisation versus la technique

La différence tient non seulement à ce que nous faisons, mais aussi à la manière dont nous nous présentons.



L'**harmonisation** consiste à percevoir avec précision l'état émotionnel d'une autre personne et à y répondre, tout en restant **soi-même ancré**.



Ce processus ne se résume pas à **suivre simplement des directives**.



Une phrase peut sembler **réconfortante**.

Deux adultes peuvent tenir les mêmes propos :

« **Je remarque que tu es fâché(e).** »



La différence ne réside pas dans le discours, mais dans la **relation** et l'**authenticité** qui la sous-tend.



Tandis que l'autre peut paraître **condescendante** ou **froide**.

Les adultes harmonisés:



remarquent les changements subtils de comportement.



ajustent leurs attentes selon l'état actuel de l'élève.



demeurent flexibles.



manifestent une curiosité authentique.



sont portés à répondre plutôt qu'à réagir.



Les élèves n'ont pas besoin d'adultes parfaits.

Ils requièrent des adultes qui sont suffisamment présents émotionnellement pour les remarquer.



L'authenticité de l'adulte

DES PERSONNES VRAIES, UN IMPACT VÉRITABLE.

Les élèves n'ont pas
besoin d'adultes parfaits,
mais d'adultes
authentiques.



Les élèves
reconnaissent
rapidement
l'authenticité.



Ils ne s'attendent
pas à ce que les
adultes soient
parfaits.



Ils s'attendent à ce
que les adultes
soient
authentiques.



L'AUTHENTICITÉ SIGNIFIE :



reconnaître ses erreurs



s'excuser lorsque c'est
nécessaire



modéliser la régulation
émotionnelle



faire preuve d'humilité



que ses paroles et ses gestes
soient conséquents.



Lorsque les adultes restaurent les relations fracturées,
ils enseignent aux élèves l'une des leçons les plus précieuses qui soit :

Les relations peuvent rencontrer des difficultés et demeurer sécuritaires.



Ce concept modélise la **résilience** plutôt que la perfection.



La confiance relationnelle en tant que **facteur de protection**

LA CONFIANCE FAVORISE LE DÉVELOPPEMENT CÉRÉBRAL, LE SENTIMENT D'APPARTENANCE ET UN AVENIR MEILLEUR.



La confiance se construit par le biais d'une multitude **d'interactions prévisibles**, plutôt que par des gestes grandioses ponctuels.

Les élèves développent un sentiment de confiance lorsque les adultes sont :

-  stables émotionnellement
-  respectueux
-  fiables
-  justes
-  calmes lors des conflits
-  disponibles après que des erreurs soient commises



La connexion ouvre la porte à de nouvelles possibilités. ♥

Lorsque le lien de confiance est fort :

-  les élèves sollicitent de l'aide plus tôt
-  ils supportent mieux les difficultés
-  ils récupèrent plus rapidement après des contretemps
-  ils acceptent davantage les remarques
-  ils restent motivés malgré les difficultés



La confiance constitue un **facteur de protection** qui permet d'atténuer le stress et de susciter l'apprentissage.

La relation comme fondement de la coopération

LA CONNEXION EST À LA SOURCE DE LA COOPÉRATION



Pourquoi c'est important

Les élèves sont naturellement plus disposés à coopérer avec les adultes avec lesquels ils se sentent **en sécurité, liés et valorisés**.

Lorsqu'ils considèrent les adultes tels des alliés plutôt que des adversaires, ils sont alors plus susceptibles à :



accepter les conseils



répondre aux attentes



rectifier leurs erreurs



demander de l'aide en cas de besoin



assumer la responsabilité de leurs gestes



Une vérité essentielle

La confiance se construit par le biais d'une multitude d'**interactions prévisibles** plutôt que par des gestes grandioses ponctuels.



Une vue d'ensemble

La relation engendre l'influence. En effet, pour les adultes, la source d'influence la plus importante n'est pas seulement l'autorité, **mais la connexion**.

“

Le psychologue du développement Gordon Neufeld souligne fréquemment :
« **La connexion ouvre la voie à la coopération** ».

La relation détermine l'influence et favorise la réceptivité aux conseils

FRICTION VS FLUIDITÉ



Limites et frontières



Erreurs commises



Situations difficiles



Posture de l'adulte déconnectée



Elles sont considérées comme un reproche, une forme de contrôle, ou du rejet.



L'élève adopte une attitude défensive ou se sent honteux.



L'élève fait preuve de résistance.



Posture de l'adulte connectée



L'élève accepte sans difficulté les limites et fait confiance en l'adulte qui les établit.



L'élève se montre prêt à apprendre de ses erreurs et à les rectifier.



Il est désireux de coopérer et demande de l'aide aux autres lorsqu'il en ressent le besoin.



Les élèves ont davantage tendance à suivre l'exemple des adultes avec lesquels **ils entretiennent une connexion** que de ceux qui n'exercent sur eux qu'une autorité formelle.

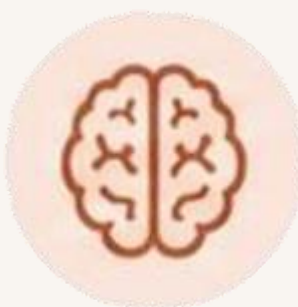
Le pouvoir de la posture de l'adulte : diriger la classe avec assurance

UN ADULTE CALME OUVRE LA VOIE À UN AVENIR MEILLEUR.



La posture calme et confiante d'un adulte est un outil puissant pour instaurer un environnement d'apprentissage sécuritaire régulier et efficace, tant pour les élèves que pour les éducateurs.

Incidence sur le développement et l'apprentissage de l'élève



Optimise les facultés cérébrales en vue de l'apprentissage

Les élèves obtiennent de meilleurs résultats et leurs capacités exécutives fonctionnent davantage lorsqu'ils se sentent en sécurité et régulés.



Pose les bases de la sécurité émotionnelle

Elle transmet le message aux élèves qu'ils sont en sécurité, ce qui réduit leur anxiété et accroît leur engagement.



Cultive la résilience et la confiance en soi des élèves

Des adultes confiants apportent leur soutien sans « secourir », ce qui renforce la persévérance et le sentiment d'efficacité personnelle des élèves.



Gestion de la classe et bien-être des élèves



Favorise une corégulation plus rapide

Les élèves « empruntent » la régulation des adultes qui sont calmes, ce qui conduit à une désescalade plus rapide des réactions émotionnelles et à une diminution des luttes de pouvoir.



Diminue les comportements difficiles

Un leadership émotionnel cohérent favorise la stabilité et limite le besoin des élèves de « tester » les limites.



Préserve le bien-être et la longévité des adultes

Une posture solide aide les éducateurs à rester ancrés, ce qui réduit l'épuisement professionnel, l'usure de compassion et les réponses réactives.



Les élèves sont plus enclins à suivre l'exemple d'adultes avec lesquels ils entretiennent un lien que celui d'adultes qui exercent simplement une autorité sur eux.