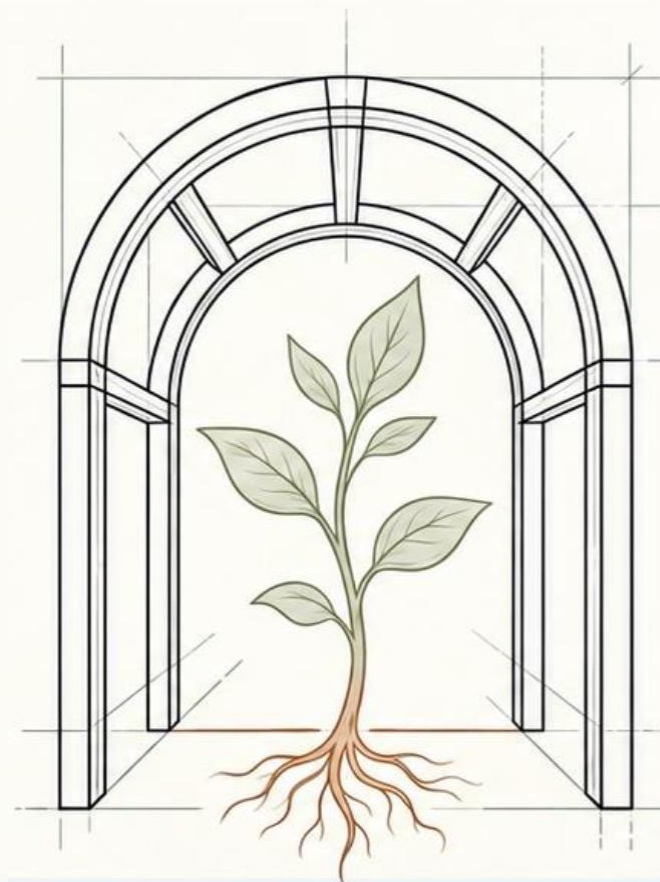


Le curriculum caché

Un guide fonctionnel portant sur la neurobiologie et la pratique de la posture de l'adulte en classe.



Des adultes ancrés. Un avenir prometteur.

Des stratégies pratiques, fondées sur la neurobiologie, pour aider tous les élèves à se sentir en sécurité, à réguler leurs émotions et à être réceptifs à l'apprentissage.

Présenté par Catherine Korah, CEBM

Le curriculum caché :

La posture de l'adulte

Ce que nous présentons en tant qu'adultes transmet des enseignements précieux qui dépassent le cadre du programme scolaire.



Partie 1:

Introduction à la posture de l'adulte

Cette section examine l'importance de la posture des adultes et les messages qu'elle transmet aux élèves à notre insu.



Partie 2 :

Pratiques universelles (pour tous les élèves au palier 1)

L'instauration de mesures simples pour favoriser la connexion, le sentiment de sécurité et la confiance, et ainsi créer un environnement d'apprentissage positif.



Partie 3 :

Pratiques ciblées (pour certains élèves au palier 2)

Des mesures supplémentaires pour soutenir les élèves qui requièrent davantage de structure, de conseils et de mesures de soutien progressives.



Partie 4 :

Pratiques individualisées (pour quelques élèves au palier 3)

Des mesures personnalisées pour les élèves aux besoins plus importants, en collaboration avec les familles et les équipes de soutien.





Les élèves ont tendance à oublier des leçons ou des activités précises après un certain temps, mais ils se souviennent longtemps des sentiments que les adultes leur ont fait ressentir.



Le programme tacite



La posture de l'adulte correspond au véritable curriculum caché de la classe. Elle est l'un des facteurs déterminants influençant le bien-être, le comportement et l'apprentissage des élèves.



Les élèves ont tendance à mieux apprendre lorsqu'ils se sentent en sécurité que lorsqu'ils se sentent menacés.

Comment les élèves perçoivent les adultes

Les élèves ont tendance à évaluer les adultes selon leur **expérience**, sans nécessairement tenir compte de leurs intentions.



Les éducateurs s'évaluent souvent en fonction de leurs intentions.



Les élèves évaluent les adultes en fonction de leurs **expériences**.



Un adulte peut avoir l'intention d'être :

- **ferme**
mais être perçu comme menaçant.



Un adulte peut avoir l'intention d'être :

- **efficace**
mais être perçu comme distant.



Un adulte peut avoir l'intention d'être :

- **cohérent**
mais être perçu comme rigide.



Une pratique réflexive
implique donc de se demander :



Comment mon comportement peut-il être perçu par l'élève ?



Qu'est-ce que mon langage corporel transmet ?



Est-ce que ma présence suscite un sentiment de sécurité ou de menace ?



Est-ce que je me sentirais régulé(e) si je devais interagir avec moi ?



Cette perspective encourage l'humilité et le développement continu.

Nous commençons souvent par la fin d'une séquence.



Notre objectif est d'optimiser l'apprentissage des élèves en renforçant leur engagement.

Cependant, lorsque leur niveau d'engagement est faible, la question ne se résume pas forcément à : « Que puis-je faire pour que cet élève participe ? »



APPRENTISSAGE



Nous devons remonter à la source :

1

Est-ce que l'élève est suffisamment régulé pour s'engager dans l'apprentissage ?

2

Est-ce qu'il se sent suffisamment en sécurité pour se réguler ?

3

Et en quoi **ma posture** contribue-t-elle à ce sentiment de sécurité ?



Comprendre ce qui précède l'engagement et l'apprentissage

nous permet de répondre avec plus de compassion, d'efficacité et d'impact.

Une perspective différente **change tout.**

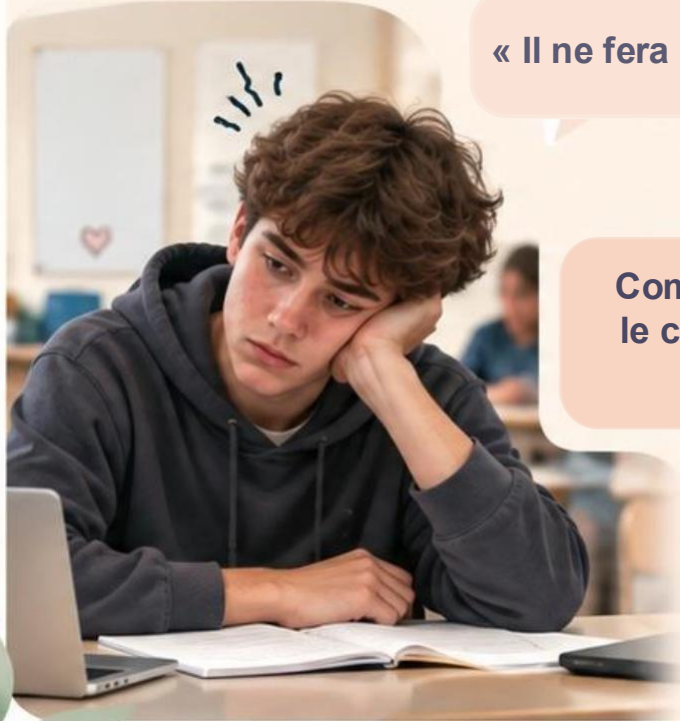


Au lieu de dire...

« Il ne fera pas son travail. »



Comment puis-je
le convaincre de
le faire ?



Ce cadre théorique favorise...

« Il ne s'implique pas »



Ensuite, l'enseignant examine la
première variable sur laquelle il
peut agir.



« Qu'est-ce que je peux
apporter à cet élève
actuellement ? »



Est-ce que la tâche lui
semble insurmontable ?



Est-il frustré ?



A-t-il peur d'échouer ?



A-t-il besoin d'explications ?



A-t-il besoin d'établir une
connexion ?



A-t-il besoin de soutien
progressif ?



A-t-il besoin de bouger ?



A-t-il besoin d'être rassuré ?



Ou a-t-il besoin de plus de
temps ?



Le passage de la conformité à la curiosité crée les conditions propices
à la connexion, à la régulation et à l'apprentissage.

L'adulte est **l'intervention**.



Des connexions aujourd'hui, un avenir meilleur.

1



Dans le domaine de l'éducation, on se concentre souvent sur ce que les adultes devraient faire : les stratégies qu'ils adoptent, le langage qu'ils emploient ou les interventions qu'ils réalisent.

2



Bien que ces pratiques aient une **importance indéniable**, elles sont secondaires quant à un élément plus déterminant : la manière dont les **élèves perçoivent les adultes** qui les entourent.



Posture de l'adulte



Sécurité



Régulation



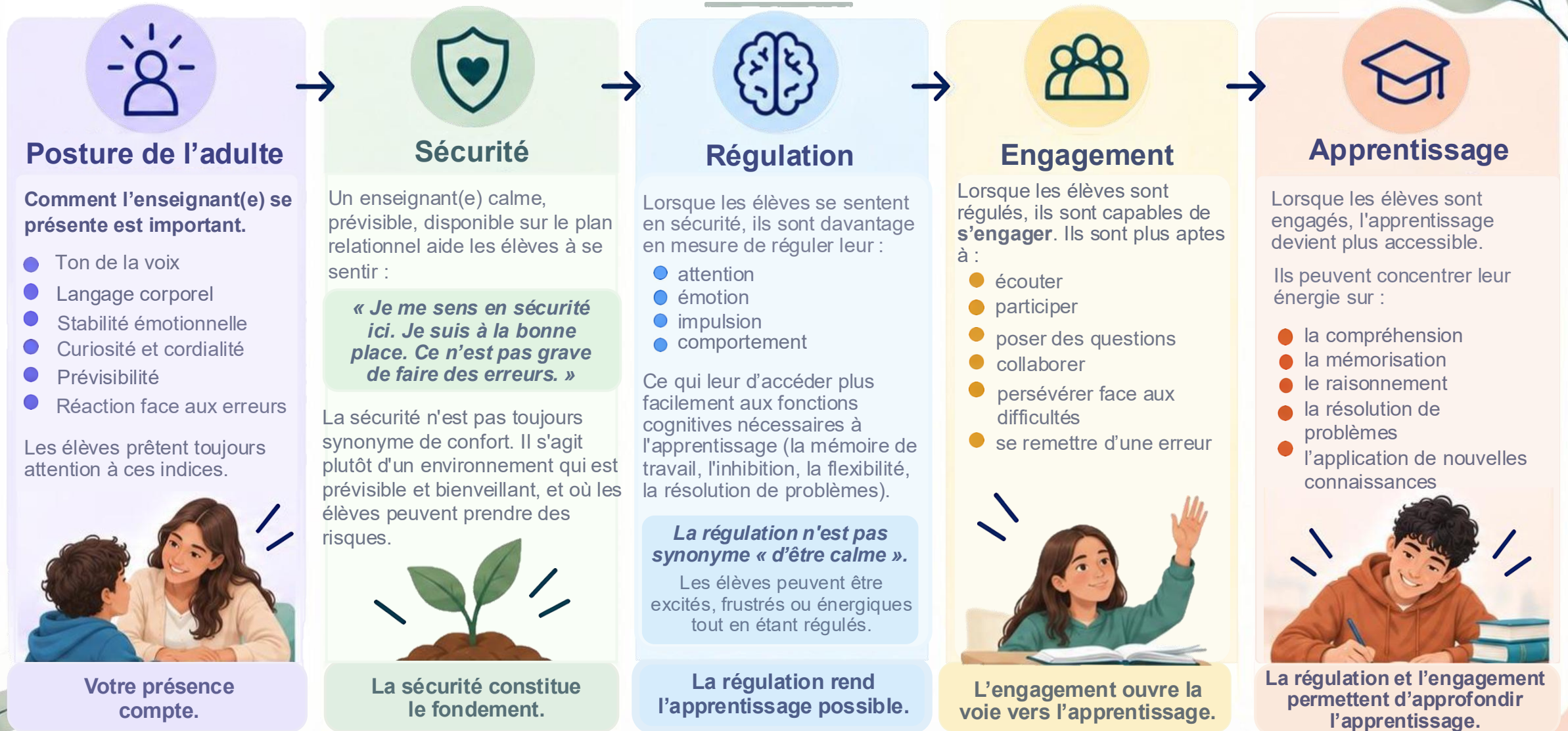
Engagement



Apprentissage

De la posture de l'adulte à l'apprentissage

Les conditions favorables à l'apprentissage s'établissent par le biais des relations.



Des relations plus solides, un avenir meilleur.

La capacité de jugement est la dernière à se développer

La zone du cerveau qui contrôle les « fonctions exécutives » notamment l'évaluation des conséquences à long terme et la maîtrise des impulsions, est l'une des dernières à atteindre sa pleine maturité. Le développement du cerveau de l'enfance à l'âge adulte :

Cerveau de 5 ans

Préadolescent

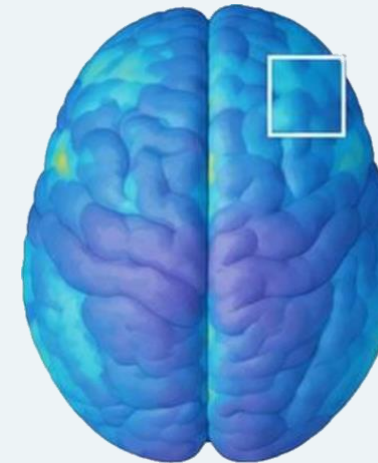
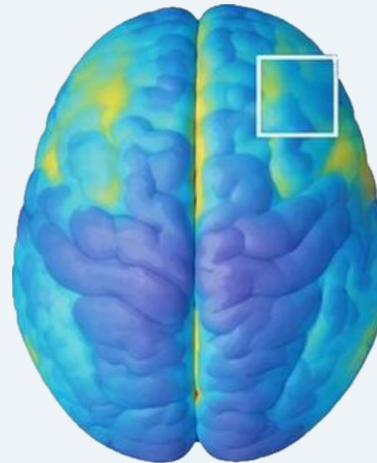
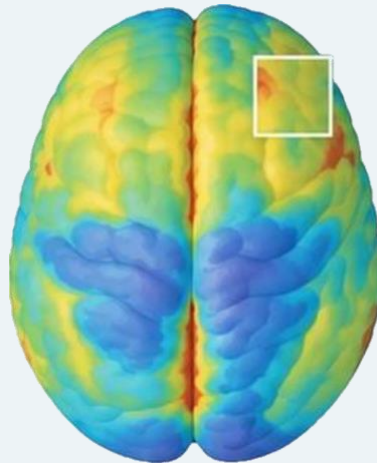
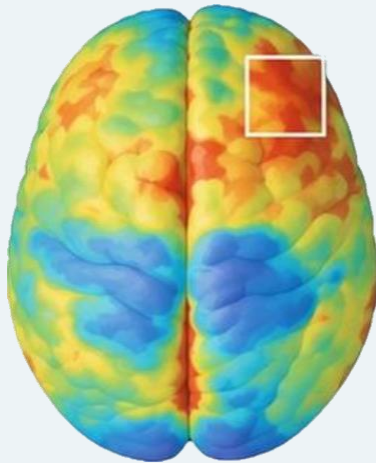
Adolescent

Cerveau de 20 ans

Avant

Vue de
dessus

Arrière



Cortex préfrontal dorsolatéral (« fonctions exécutives »)

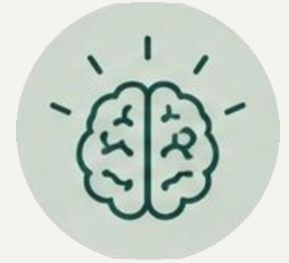
Rouge/jaune :

Régions du cerveau
qui sont moins
matures



Bleu/violet :

Régions du cerveau
qui sont plus
matures



**Le
développement
prend du temps.**

Les systèmes du cerveau responsables de la planification, du contrôle des impulsions et de l'évaluation des conséquences continuent de se développer au cours de l'adolescence et jusqu'à l'âge adulte.

Le mythe de l'autorégulation



Les enfants naissent avec la capacité de gérer leur frustration et leurs impulsions.

Les débordements sont le fruit d'un choix ou d'une manipulation.



Les systèmes cérébraux liés à la régulation des émotions et au contrôle des impulsions sont encore en cours de développement.

La dysrégulation n'est pas un choix. Il s'agit d'un état de saturation du système nerveux.



Les élèves ne choisissent pas d'être non régulés;
ils font l'expérience de dysrégulation émotionnelle.



Les apprenants actuels

évoluent dans un monde complexe



Pourquoi les élèves ont-ils plus besoin que jamais de la corégulation ?

1



Un monde qui change rapidement.

Les enfants et les adolescents d'aujourd'hui évoluent dans un monde en pleine mutation qui sollicite considérablement leur système nerveux.

2



Moins d'occasions naturelles.

Bien que les enfants aient toujours eu besoin de connexions et de soutien pour développer leur capacité d'autorégulation, de nombreuses réalités contemporaines ont limité les occasions naturelles qui permettent à la régulation de se produire. Soit :



Le jeu



La créativité



Le mouvement



Les connexions



Le temps non structuré



Davantage de connexions, un avenir serein.

Aspects qui influencent la maturité émotionnelle des élèves

FACTEURS CONTEMPORAINS QUI PEUVENT AVOIR UNE INCIDENCE SUR LE DÉVELOPPEMENT SOCIO-ÉMOTIONNEL

1

Perte du jeu libre

diminution du temps passé à l'extérieur.



2

Perte du temps passé en famille

(repas et soirées de jeux en famille).



3

Manque de périodes de répit

(temps d'arrêt, repos sans stimulation).



4

Surexposition

aux écrans et aux appareils numériques.



5

Tendance de la société

à éviter l'inconfort et à privilégier une attitude « calme »



6

Pressions sociales

qui incitent à encourager prématurément l'indépendance et l'autonomie (les élèves ne se sentent pas pris en charge).



7

Incompréhension de la culture

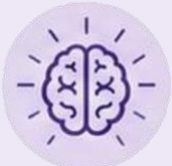
quant à la nécessité d'exprimer ses émotions (les élèves en déduisent que l'expression émotionnelle a des répercussions sur les relations).



8

Manque d'opportunités

d'expérimenter les « futilités de l'enfance » habituelles (p.ex., ne pas toujours gagner).



La maturité émotionnelle se développe par le biais des relations, du jeu, de l'expression émotionnelle et des expériences enrichissantes - ***pas seulement avec l'âge.***

Les huit fonctions exécutives clés

Elles agissent comme la tour de contrôle cognitive du cerveau qui permet aux enfants d'âge scolaire d'organiser leurs comportements, de gérer leurs émotions et de parvenir à l'autorégulation.



Planification et organisation

Fixer des objectifs concrets, définir des étapes séquentielles et gérer les ressources disponibles.



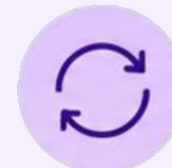
Mémoire de travail

Retenir, mettre à jour, et traiter temporairement les informations nécessaires à l'exécution d'une tâche.



Régulation émotionnelle

Moduler calmement les réponses émotionnelles lors des transitions quotidiennes et des périodes de stress.



Flexibilité mentale

Passer avec flexibilité d'une activité mentale à une autre, s'adapter à des imprévus ou à des nouvelles consignes.



Autosurveillance

Évaluer sa performance actuelle en fonction d'un objectif et corriger les erreurs dès qu'elles surviennent.



Autocontrôle

Évaluer activement ses propres comportements afin d'analyser leur impact social en temps réel.



Inhibition

Résister aux impulsions immédiates, maîtriser ses réactions et réfléchir avant d'agir.



Initiation à la tâche

Commencer ses devoirs, ses tâches ou ses activités physiques de manière autonome et sans tarder.

La maturation n'est pas inévitable

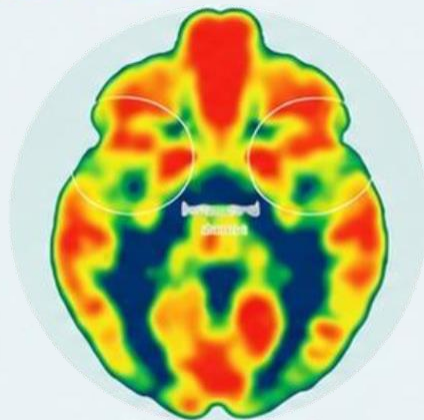
COMMENT L'EXPÉRIENCE DÉTERMINE LE DÉVELOPPEMENT DU
CERVEAU

Si l'enfant évolue dans des conditions optimales, il peut se développer pleinement. Un traumatisme peut toutefois retarder le développement cérébral.

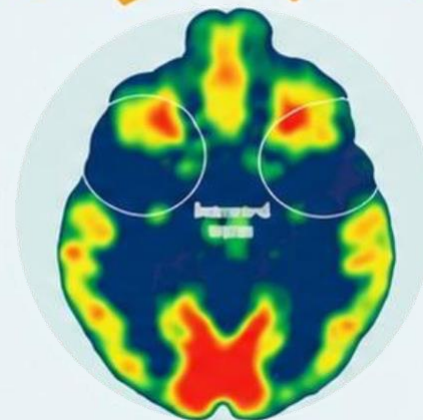
Conditions idéales

La croissance du cortex préfrontal commence entre 5 et 7 ans et se poursuit dans la vingtaine et la trentaine.

Profil d'hypersensibilité



Sécurité et prévisibilité



Traumatisme

Pour les enfants hypersensibles ou ayant subi un traumatisme, cette période cruciale du développement, qui s'étend normalement de 5 à 7 ans, est repoussée jusqu'à l'âge de 7 à 9 ans.



L'expérience façonne le cerveau.

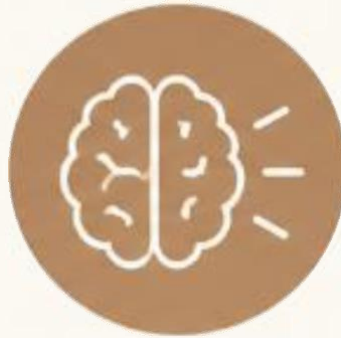
Le soutien, la sécurité et des expériences relationnelles positives créent les conditions propices à un développement équilibré.

Neuroception erronée

La tendance du cerveau à interpréter à tort des situations sécuritaires comme étant dangereuses.



Il perçoit un danger alors qu'il n'y en aucun.



Il provoque une réponse au stress, même dans des environnements sécuritaires.



Ce processus peut compliquer l'accès à l'apprentissage, la création de liens et la résolution de problèmes.

Le filtre : le système de filtrage sensoriel

COMMENT LE SYSTÈME NERVEUX FILTRE L'INFORMATION

Système sain

Les stimuli auditifs et visuels sont efficacement filtrés, prévenant ainsi la surcharge sensorielle.

Stimuli visuels
et auditifs



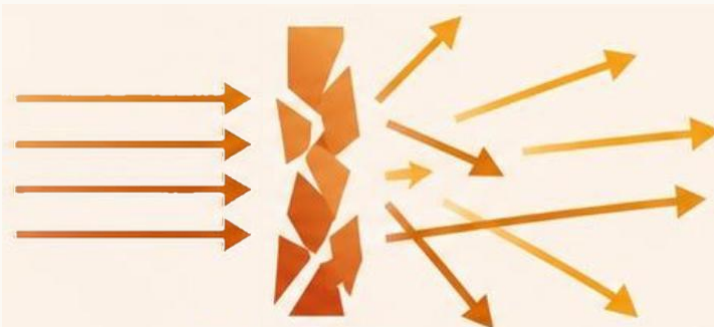
Filtre sensoriel



Système compromis

Le filtre est altéré. Les informations sensorielles inondent les parties inférieures du cerveau (tronc cérébral/diencéphale), submergeant le système avant même d'atteindre le cortex cérébral.

Stimuli visuels
et auditifs



Filtre sensoriel

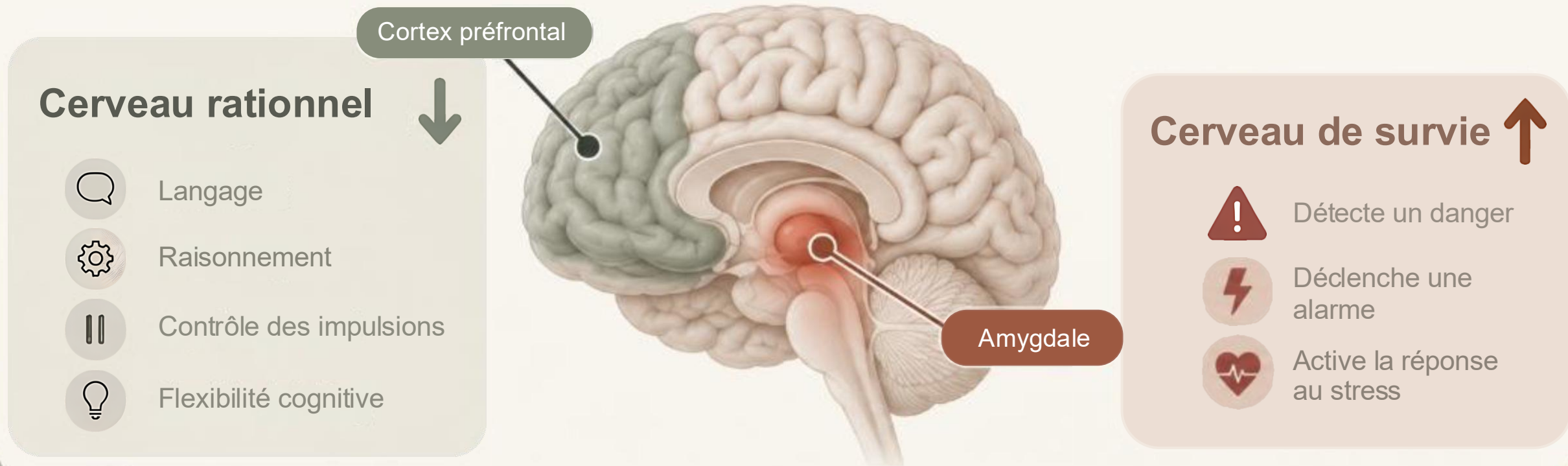


Un système nerveux adéquatement régulé filtre les informations qui entrent.

Le soutien et la sécurité permettent au cerveau d'accomplir sa tâche.

La surcharge neurologique

LORSQUE LE CERVEAU PERÇOIT UN DANGER, L'INSTINCT DE SURVIE PREND LE DESSUS.



LORSQUE LE CERVEAU SE SENT MENACÉ,
LA SÉCURITÉ PRÉVAUT SUR
L'APPRENTISSAGE.

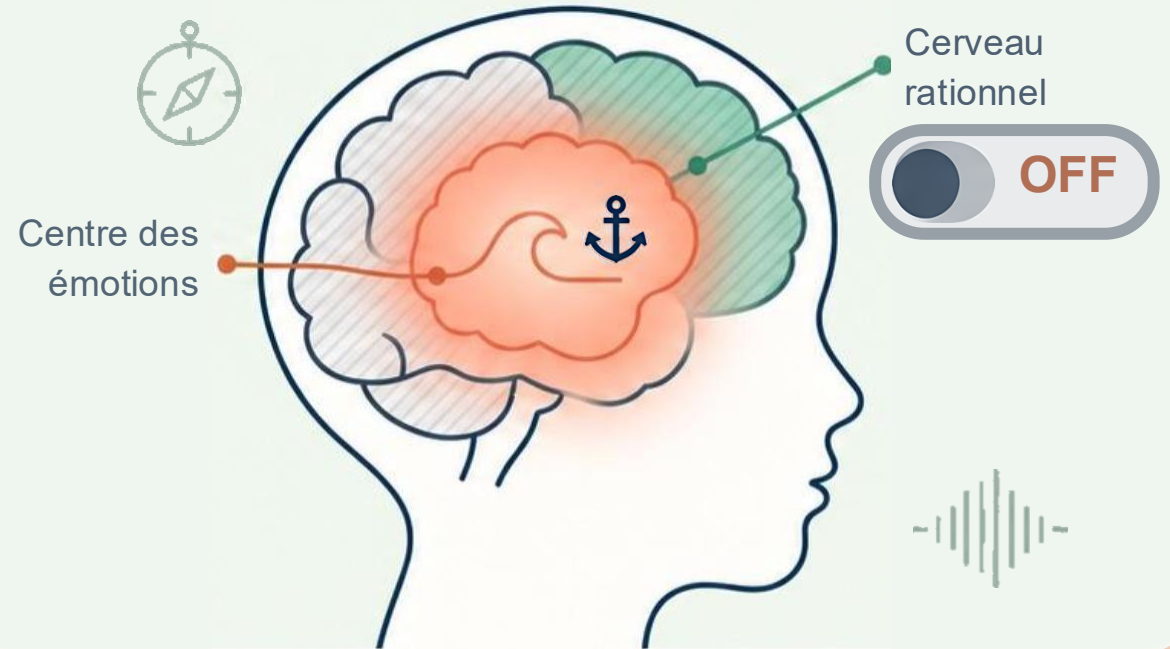
En cas de détresse émotionnelle, le cerveau rationnel cesse de fonctionner



Le cerveau rationnel se met en veille

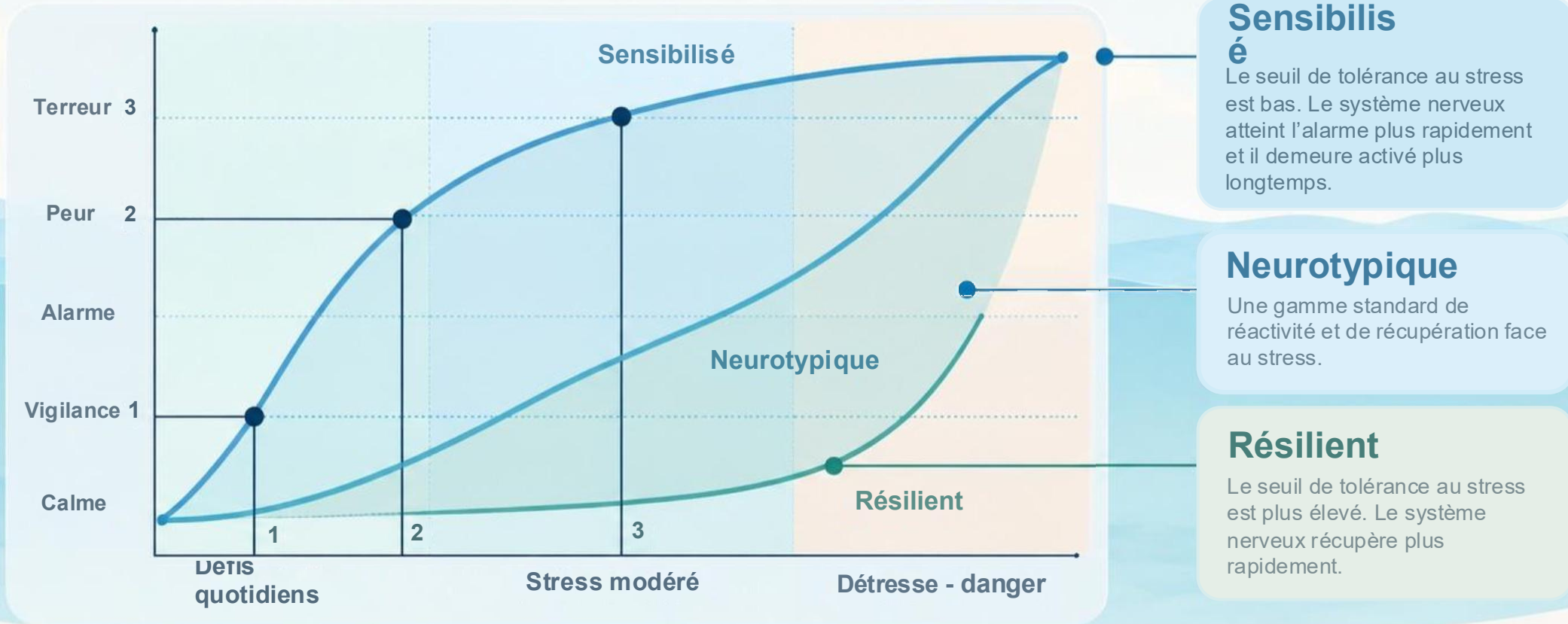
Lorsqu'un élève se sent submergé, son cerveau rationnel ne fonctionne pas pleinement. Il est alors incapable de raisonner, d'assimiler des connaissances ou de répondre à des questions.

Le diagramme de l'état du cerveau rationnel



La fenêtre de tolérance

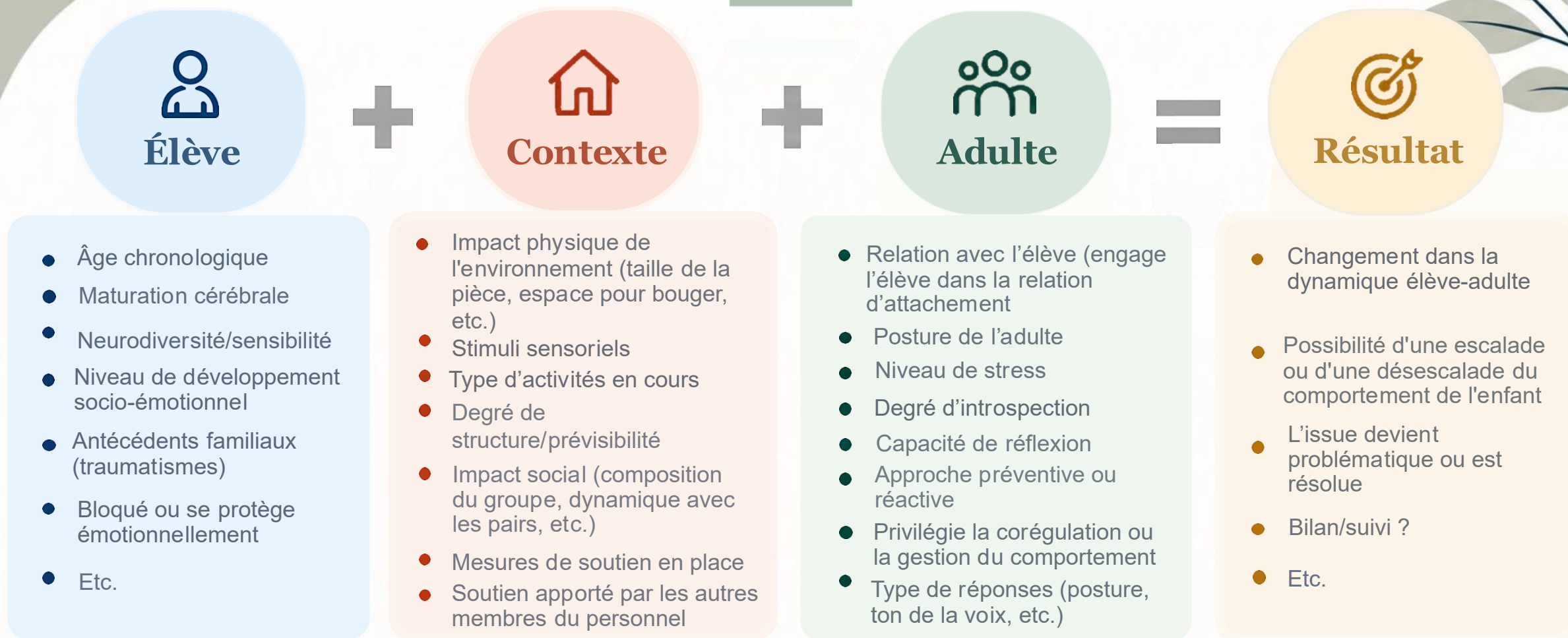
COMMENT LE STRESS AFFECTE LE SYSTÈME NERVEUX



Le stress diffère d'une personne à l'autre.

La compréhension de la « fenêtre de tolérance » d'un élève nous aide à lui apporter davantage de compassion et de soutien.

Considérer tous les **facteurs en jeu**



La compréhension, de tous ces facteurs, nous aide à ne plus être affectés personnellement par certains comportements et ainsi, à réagir avec professionnalisme.

La posture de l'adulte sur le continuum développemental

L'intensité du soutien des adultes évolue au fil du temps, mais l'importance de la relation demeure la même.

La connexion change les vies.



PETITE ENFANCE

environ 3 à 5 ans

Les jeunes enfants doivent compter sur les adultes pour les aider à réguler leur corps, leurs émotions, leur attention et leurs comportements.



Développement cérébral

Croissance rapide du cerveau. Les systèmes de régulation sont immatures. Les émotions dirigent le comportement.



Besoins fondamentaux

Sécurité, confort, connexions et routines prévisibles.



Rôle premier de l'adulte

Figure nourricière et protecteur. Procure la régulation externe.



Les capacités de l'élève

Apptitude limitée à réguler ses émotions, son attention et son comportement.



Les caractéristiques de la corégulation :

- voix apaisante et présence calme
- proximité physique et rassurante
- langage simple et répétitions
- emploi de supports sensoriels et moteurs
- routines et transitions cohérentes



Des paroles qui aident :

- « Je suis à tes côtés. »
- « Tu es en sécurité. »
- « Prenons une grande respiration ensemble. »
- « Tu es capable de faire des choses difficiles. »



Pièges fréquents :

- des attentes prématurées quant à l'autonomie
- une utilisation excessive de mots lors de bouleversements
- une incohérence relative aux routines
- une surstimulation et des environnements chaotiques



Le but ultime :

Instaurer un climat de confiance et de sécurité qui encourage l'enfant à explorer et à apprendre.



De grandes émotions, un avenir meilleur.



Le cheminement développemental



JE TE RÉGULE



NOUS RÉGULONS ENSEMBLE



TU TE RÉGULES SEUL(E).

Les relations constituent la voie et les compétences sont la destination.

Les principes immuables



La connexion prime sur la punition.



La sécurité est le fondement de l'apprentissage.



La corégulation d'aujourd'hui crée l'autorégulation de demain.



Chaque enfant requiert la présence d'un adulte en qui il a confiance.



La croissance survient dans les relations, non dans l'isolement.

La posture de l'adulte sur le continuum développemental

L'intensité du soutien apporté par les adultes évolue au fil du temps, mais l'importance de la relation reste inchangée.

Le développement correspond à l'intériorisation progressive des capacités qui ont initialement été expérimentées dans le cadre de relations bienveillantes.

Une base
similaire, des
stades
différents.



PRIMAIRE environ 6 à 11 ans

Les enfants développent leurs compétences grâce aux conseils et au soutien des adultes, ainsi qu'avec la pratique. Ils apprennent donc à se réguler.



Développement cérébral

Le cortex préfrontal est en train de se développer. Certaines capacités émergent, mais elles sont **inégales**.



Besoins fondamentaux

Le sentiment d'appartenance, le besoin de se sentir capable et l'accompagnement.



Rôle premier de l'adulte

Guide et enseignant. Il étaye les compétences de l'élève lorsqu'ils résolvent des problèmes ensemble.



Les capacités de l'élève

Il développe sa conscience et ses compétences. Il nécessite un accompagnement adapté pour l'utilisation de divers outils d'apprentissage.



Les caractéristiques de la corégulation :

- accompagner et nommer les émotions
- stratégies d'enseignement et outils d'adaptation
- pratiques guidées et modélisation
- supports visuels et rappels
- conversations portant sur la résolution de problèmes



Des paroles qui aident :

- « Qu'est-ce que tu ressens ? »
- « Qu'est-ce qui pourrait t'aider actuellement ? »
- « Que pourrais-tu essayer après ? »
- « On va trouver une solution ensemble. »



Pièges fréquents :

- présumer que les compétences sont maîtrisées.
- donner trop de directives ou corriger à outrance.
- mettre l'accent sur le comportement plutôt que sur l'acquisition des compétences.
- ignorer le besoin de bouger.



Le but ultime :

Développer les capacités d'autorégulation de l'élève au moyen de la pratique guidée.



Des conseils
aujourd'hui,
plus
d'autonomie
demain.



Le cheminement développemental



JE TE RÉGULE



NOUS RÉGULONS ENSEMBLE



TU TE RÉGULES SEUL(E).

Les relations constituent la voie et les compétences sont la destination.

Les principes immuables



La connexion
prime sur la
punition.



La sécurité est le
fondement de
l'apprentissage.



La corégulation
d'aujourd'hui crée
l'autorégulation de
demain.



Chaque enfant
requiert la présence
d'un adulte en qui il a
confiance.



La croissance
survient dans les
relations, non dans
l'isolement.

La posture de l'adulte sur le continuum développemental

L'intensité du soutien apporté par les adultes évolue au fil du temps, mais l'importance de la relation reste inchangée.

Le développement correspond à l'internalisation progressive des capacités qui ont initialement été expérimentées dans le cadre de relations bienveillantes.

Les relations contribuent à créer des avenir résilients



ADOLESCENCE

environ 12 à 18 ans

Bien qu'ils aspirent à l'indépendance, les adolescents nécessitent toujours des relations bienveillantes pour les aider à surmonter leurs grandes émotions et leurs difficultés.



Développement cérébral

Le cerveau continue de mûrir jusqu'à la fin de la vingtaine. Les émotions sont alors intenses et le contrôle des impulsions est toujours en cours de développement.



Besoins fondamentaux

Le respect, l'autonomie, l'identité et les relations significatives.



Rôle premier de l'adulte

Collaborateur et mentor. Il adopte le rôle de partenaire, tout en s'assurant de préserver la dignité et l'autonomie de l'élève.



Les capacités de l'élève

Il acquiert une conscience et une maîtrise de soi grandissantes. Il requiert du soutien lorsqu'il fait face à des situations complexes.



Les caractéristiques de la corégulation :

- écoute active et validation
- résolution collaborative de problèmes
- choix et prise de décision partagée
- limites respectueuses et conséquences naturelles
- conversations réparatrices



Des paroles qui aident :

- « Selon toi, qu'est-ce qui s'est passé ? »
- « Comment puis-je t'aider ? »
- « Quelles sont les options ? »
- « Je sais que tu feras les bons choix. »



Pièges fréquents :

- luttes de pouvoir et ultimatum
- **comportements** publics et humiliation
- minimiser les émotions en les qualifiant de « dramatiques »
- confondre indépendance et isolement



Le but ultime :

Former des jeunes qui sont résilients, conscients d'eux-mêmes, autonomes et capables de s'autoréguler.



De soutien aujourd'hui, un avenir meilleur.



Le cheminement développemental



JE TE RÉGULE



NOUS RÉGULONS ENSEMBLE



TU TE RÉGULES SEUL(E).

Les relations constituent la voie et les compétences sont la destination.

Les principes immuables



La connexion prime sur la punition.



La sécurité est le fondement de l'apprentissage.



La corégulation d'aujourd'hui crée l'autorégulation de demain.



Chaque enfant requiert la présence d'un adulte en qui il a confiance.



La croissance survient dans les relations, non dans l'isolement.

L'architecture de la posture : un changement de paradigme

CHANGEMENT DE POSTURE : CONTRÔLE VS CONNEXION

	 PARADIGME DU CONTRÔLE <i>Autorité traditionnelle</i>	 PARADIGME DE LA CURIOSITÉ <i>Connexion relationnelle</i>
 LA QUESTION CENTRALE	Comment faire pour que cet élève adopte le comportement désiré ?	Comment puis-je aider cet élève à réussir ?
 L'ACCENT EST MIS SUR	Réagir aux comportements visibles (la pointe de l'iceberg).	Découvrir le besoin insatisfait qui motive le comportement.
 L'OBJECTIF PREMIER	Conformité mettre fin au comportement, renforcer l'application des règles.	Comprendre l'élève et aborder le besoin fondamental.
 LE RÔLE DE L'ADULTE	Exécuteur des règles et de l'autorité.	Guide et point d'ancrage.
 L'EXPÉRIENCE DE L'ÉLÈVE	Se sent supervisé, jugé ou menacé.	Se sent compris, connecté et en sécurité.
 LE RÉSULTAT PROBABLE	Luttes de pouvoir, résistance ou honte.	Attentes maintenues combinées au soutien requis pour les atteindre.



Un tournant significatif

Il ne s'agit pas seulement d'une stratégie différente, mais d'une **façon de penser différente**.



Pourquoi c'est important

Lorsque nous changeons de posture, nous changeons les résultats.

Du contrôle du comportement à la connexion avec l'élève. De la gestion des moments à l'établissement d'une confiance durable.



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

Ils ont besoin d'adultes qui sont suffisamment présents émotionnellement pour les remarquer.

