

La leçon (d'EPS) : espace de relations et d'épanouissement de l'être humain ?

Armelle Blanc, Smaïl Mézighen

La leçon (d'EPS) peut être observée, abordée comme un espace où se tissent en permanence des relations humaines. Cet espace vit, évolue et se transforme en fonction de « l'état d'être » quotidien de chacun des membres du groupe, du moment de la journée où a lieu la leçon, des conditions de travail, du contexte local, de l'époque...

La leçon devient de plus en plus un espace de relations interpersonnelles (enseignant-enseigné(s), enseigné-enseigné(s), enseigné(s)-enseignant), ce que l'institution n'ignore d'ailleurs pas (cf. Loi d'orientation du 10 juillet 1989 et circulaire 97123 du 23 mai 1997).

L'enseignant ne peut plus continuer à utiliser le modèle de transmission qui a été en vigueur pendant des décennies, c'est-à-dire la transmission frontale des connaissances, s'effectuant de façon unidirectionnelle du professeur vers les apprenants. Cette époque semble révolue et les nombreuses formes dynamiques d'apprentissage mises en place par les enseignants en témoignent.

Mais envisager la leçon comme un lieu d'épanouissement de l'être humain, qu'il soit enseignant ou apprenant, n'est pas encore chose courante. Est-ce une utopie ou bien un projet réaliste à construire, afin que chacun puisse se sentir mieux et plus à sa place au sein de la société moderne ?

C'est ce que nous nous proposons d'étudier tout au long de cet article en abordant la leçon à travers l'observation des différents paramètres qui conditionnent son bon fonctionnement. C'est ainsi que nous envisageons, successivement, l'importance du savoir être relationnel, l'incidence du choix des mots employés sur la qualité de la communication dans la classe et, enfin, le rôle de la voix de l'enseignant dans l'apprentissage.

Quatre apprentissages fondamentaux

Dans le rapport fait à l'Unesco en 1996 par la Commission internationale sur l'éducation pour le XXI^e siècle, Jacques Delors affirme, dans le chapitre intitulé « L'éducation ou l'utopie nécessaire », que « le rôle essentiel de l'éducation dans le développement continu de la personne », doit être « au service d'un développement humain plus harmonieux, plus authentique... »¹. Pour répondre à ces missions, il prône quatre apprentissages fondamentaux qui constitueront, tout au long de la vie de chaque personne, « les piliers de la connaissance ». Ce sont « apprendre à connaître », « apprendre à faire », « apprendre à vivre ensemble », afin de participer et de coopérer avec les autres à toutes les activités humaines et « apprendre à être », cheminement essentiel qui participe des trois précédents.

Ces quatre apprentissages fondamentaux sont en totale concordance avec ceux sur lesquels nous appuyons notre enseignement. En effet, ils sont à mettre en relation avec les domaines cognitif, moteur, relationnel et social, ainsi qu'affectif. Nous considérons l'élève comme une personne placée au centre d'un système prenant en compte ces quatre dimensions.

Pourtant, la commission de l'Unesco constate, comme nous le faisons nous aussi, que, en général, l'enseignement s'oriente quasi exclusivement vers les deux premiers apprentissages, alors que « chacun des quatre piliers de la connaissance doit faire l'objet d'une attention égale dans tout enseignement structuré, afin que l'éducation apparaisse comme une expérience globale et

poursuivie tout au long de la vie, sur le plan cognitif comme sur celui de la pratique, pour le sujet en tant que personne et membre de la société »².

En Éducation physique et sportive (EPS), les enseignants deviennent de plus en plus attentifs aux pôles relationnel et affectif. Toutefois, ces derniers, contrairement aux pôles moteur et cognitif qui font l'objet d'un traitement didactique formalisé, ne sont abordés qu'implicitement. Ainsi, dans l'exemple que nous prendrons à propos du VTT (voir le schéma de la page 25), la préoccupation première des stagiaires a été la maîtrise technique de l'engin et l'acquisition des connaissances permettant une mise en place rapide et sûre de l'activité dans l'établissement. Au cours du stage, les deux autres « piliers de la

connaissance » ont surtout été évoqués après des situations d'apprentissage ayant déclenché de fortes émotions. À la lecture de ce document, nous constatons toutefois qu'ils n'ont pas suscité une réflexion suffisamment approfondie pour aboutir à la formalisation de contenus d'enseignement.

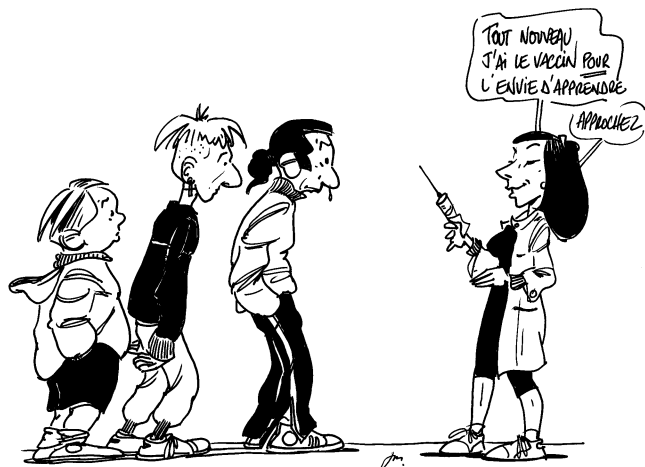
En adoptant une conception nouvelle et élargie de l'éducation, nous pourrions permettre à chaque personne « d'éveiller et de fortifier son potentiel créateur » afin de mettre à jour le « trésor » qui y est caché. Cela suppose que l'on transcende « une vision purement instrumentaliste de l'éducation, considérée comme la voie obligée pour obtenir certains résultats (savoir-faire, acquisition de capacités diverses, fins d'ordre économique), pour en considérer la fonction dans sa plénitude : **l'accomplissement de la personne qui, tout entière, apprend à être** »².

Mieux communiquer pour favoriser l'épanouissement des personnes en relation dans la classe

L'école constitue, après la famille, le second lieu de communication pour les jeunes et de nombreux enjeux de leur vie se jouent dans cet espace.

Dans le rapport déjà cité, il est suggéré que chaque élève bénéficie de quatre apprentissages fondamentaux. Or, et nous le constatons dans l'exemple pris pour l'activité VTT, il s'avère que « les enseignants, dans l'ensemble, sont trop imprégnés par les contextes qu'ils mettent en place (APSA) et pas assez par les éléments essentiels que l'enfant doit s'approprier pour construire les composants de la personnalité »*. Notre réflexion portera donc sur certains éléments constitutifs de la personnalité (de l'élève ou de l'enseignant), à savoir l'aptitude à communiquer et la capacité à exprimer son ressenti émotionnel.

* Orientations pour la formation continue en EPS – Académie de Nantes – 1999-2002.



Enseigner c'est, avant tout, communiquer

Selon le Petit Larousse, communiquer c'est « transmettre, être en relation avec quelqu'un ». Aujourd'hui, le quotidien de tout enseignant consiste, non seulement à s'adresser à un ou plusieurs élèves, mais aussi à échanger des informations, à savoir écouter, calmer, (re)motiver, recentrer, à s'improviser médiateur, etc. Chacun d'entre nous a pu expérimenter le fait qu'une communication harmonieuse, synonyme d'écoute, de compréhension, de tolérance, de patience et de respect réciproques, favorise l'épanouissement des êtres en relation. À l'inverse, une mauvaise communication, ou l'absence d'échanges, génère incompréhensions, malentendus, blocages, mal-être, et donc difficulté à apprendre ou à avoir envie d'apprendre.

Le psychologue Thomas Gordon³ propose de « renouveler, voire réinventer l'enseignement pour qu'il épanouisse les enseignants comme les élèves ». Pour lui, l'enseignement ne peut être fécond que lorsque de bonnes relations existent entre l'enseignant et ses élèves. Béatrice Bellisa⁴ plaide dans le même sens : « Combien de blocages à l'apprentissage sont-ils le signe d'un manque d'affection, d'un manque d'amour et d'un manque de respect? »

Faisant nôtre l'expression de Jacques André, nous pourrions dire que le fait de « vacciner l'élève contre l'envie d'apprendre » dès le

plus jeune âge peut avoir de graves conséquences sur son avenir. En effet, nous sommes appelés à apprendre toute notre vie et un élève (ou un étudiant) sortant du système scolaire (ou universitaire) sera de plus en plus amené à exercer plusieurs métiers au cours de sa vie active. Pour se trouver en mesure « d'agir avec une capacité toujours renforcée d'autonomie, de jugement, et de responsabilité personnelle » et faire preuve d'adaptabilité, il doit apprendre à se connaître, à épanouir tous les aspects de sa personne en cultivant ses points forts et en développant ses points faibles.

Il en va de même pour les enseignants qui ont et auront à s'adapter aux transformations de la société et à l'évolution des comportements des élèves. Ceci doit nous amener à réfléchir, sans culpabiliser aucunement, au type de relations que nous proposons et entretenons avec l'apprenant, ainsi qu'à la forme d'enseignement que nous dispensons. Dans ce sens, il est sans doute nécessaire de repenser la vie relationnelle à l'école, en réfléchissant à la signification à donner aux termes employés par B. Bellisa : *affection - amour - respect*.

Ces mots sont loin d'être étrangers aux élèves. Certains d'entre eux pensent sincèrement, et le disent, que le professeur qui leur fait des remarques sur leur comportement en classe, ou met une mauvaise note à un devoir sur lequel ils ont passé beaucoup de temps, ne les aime pas. Quant au respect, il est

souvent ressenti par les apprenants comme une notion fonctionnant à sens unique, de l'élève vers l'enseignant ou de l'adolescent vers l'adulte. Certains de nos élèves ont récemment été troublés par l'intrusion d'un groupe d'adultes qui s'est installé en plein milieu de la classe pour inspecter le gymnase et y effectuer des travaux, sans prévenir ni s'excuser, ni même adresser la parole à l'enseignant ! Quel sens peut, après cela, prendre notre discours sur la politesse, sur le respect mutuel et donc sur la citoyenneté ? Existe-t-on en tant que personne quand on est à ce point ignoré... ?

Donner aux élèves les moyens d'apprendre à mieux se connaître contribue à favoriser « l'épanouissement complet de l'homme dans toute sa richesse et la complexité de ses expressions et de ses engagements ». Pour l'enseignant, procéder à une analyse régulière de ses pratiques professionnelles en prenant conscience de ses habitudes, de ses fonctionnements et de son rapport à l'élève, lui permet de remédier et, ainsi, de progresser. Mieux se connaître et enseigner en étant soi-même naturel, aide à s'ouvrir au rapport à autrui, à être plus à l'aise dans le groupe, plus disponible et, donc, à mieux communiquer.

Ignorer les émotions ne les supprime pas

La transmission unidirectionnelle des connaissances ne prend pas en compte l'élève dans sa globalité. En effet, elle ne lui permet guère de s'exprimer et ignore l'existence de ses émotions. L'élève n'a donc pas la possibilité d'apprendre à se connaître. Consciemment ou inconsciemment, enseigné comme enseignant sont souvent gouvernés par leurs émotions bien plus que par la logique. Celle-ci procède d'une construction intellectuelle alors que les émotions se vivent, se ressentent dans le corps. En Éducation physique et sportive, le corps en mouvement permet d'exprimer davantage ou plus fortement son ressenti émotionnel. Ainsi chacun, enseignant comme élève, peut mesurer immédiatement, à travers l'observation des comportements de

son ou ses interlocuteurs, l'impact du message qu'il vient d'adresser.

Des travaux réalisés dans le domaine de la communication montrent que le langage du corps, cette communication non verbale qui s'exprime par le regard, les gestes et les intonations de la voix, participe, pour une part majeure, à la communication. Communiquer, c'est donc s'exprimer, à la fois, de manière verbale et non verbale. Faire correspondre nos messages verbaux à nos messages non verbaux, en d'autres termes rester soi-même et faire preuve d'authenticité, facilite la diffusion du message.

Malgré la prédominance du langage non verbal, il est nécessaire d'accorder une importance particulière à ce qui constitue le cœur de la communication verbale : les mots. Ceux-ci, en générant dans l'instant des réactions et, donc, un ressenti émotionnel chez les apprenants, sont très puissants. Ils peuvent blesser les élèves et entamer leur confiance en eux. C'est pourquoi veiller à bien les choisir est primordial pour tout éducateur⁵. C'est un facteur qui participe à l'établissement d'une communication constructive et harmonieuse, tout comme le fait de laisser la possibilité aux échanges de naître spontanément car « rien ne peut se substituer à la relation d'autorité, mais aussi de dialogue, entre le maître et l'élève »¹.

Il est à noter que les programmes du collège (BO du 18 juillet 1996) et du lycée (BO du 31 août 2000) nous invitent désormais à prendre en compte les facteurs émotionnels dans la conduite de notre enseignement.

Même si les textes n'en parlent pas, l'enseignant, comme tout être humain, vit avec ses émotions et ne peut les nier ni les occulter lorsqu'elles « débordent ». Il n'est qu'à constater avec quel enthousiasme certains enseignants communiquent leur passion pour ce qu'ils ont à transmettre. Dans un autre contexte, le fait de ne pas se sentir écouté par des élèves bavards, ou de constater que les consignes de sécurité ne sont pas appliquées, peut générer

chez nous du mécontentement, de l'inquiétude. Savoir exprimer ses émotions de façon sincère et mesurée, afin que les élèves puissent modifier leurs comportements, n'est pas chose facile dans le feu de l'action. Un travail sur soi peut aider à mieux se connaître et à développer sa capacité à rester maître de soi.



Un instrument d'expression pour l'enseignant : la voix

Être de communication non dépourvu d'émotions, l'enseignant est aussi un orateur. Comme dans le cas du journaliste, du chanteur ou de l'acteur de théâtre, une grande part du message destiné au public auquel il s'adresse est véhiculée par la voix. Maîtriser ce merveilleux instrument de communication dont la nature nous a dotés semble une évidence... et pourtant ! Une enquête remarquable, réalisée à Montpellier en 1993, auprès de 1 200 enseignants, par le professeur Bernard Guerrier et le docteur Brigitte Arnoux-Sindt, a révélé que trois enseignants sur quatre présentent un trouble de la voix. L'enseignant est bien souvent en délicatesse avec ce qui constitue son outil de travail, vingt heures par semaine (et parfois davantage) et cela, dans des conditions souvent difficiles (classes nombreuses, élèves inattentifs, acoustique mal adaptée, cours en plein air pour le professeur d'EPS...). Comment l'enseignant peut-il communiquer, intéresser,

motiver les élèves si sa voix n'est pas correctement posée, si elle est fatigable, faible, monocorde, enrôlée ou quasiment inexistante en fin de journée? Pour l'avoir parfois vécu, nous savons qu'une attention extrême est nécessaire pour tenter d'écouter un intervenant dont la voix est mal placée. Quelle que soit la compétence de ce dernier, ne recevoir son message que par bribes nous oblige à faire de gros efforts pour ne pas perdre le fil du discours. La fatigue aidant, nous sommes enclins à décrocher et c'est alors que s'installe un bruit de fond, avec les sempiternelles conversations en aparté. Quel inconfort, voire quelle souffrance pour l'orateur qui, ne parvenant pas à capter l'attention de son auditoire, ne réussit finalement pas à transmettre son message!

À la suite de la publication de l'enquête précitée, relative à la voix de l'enseignant, une directive du ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche a tiré les conclusions suivantes : « Il paraît important que les directeurs des IUFM puissent mettre en œuvre des actions de sensibilisation et de formation, dès [...] 1994-1995, notamment par le biais de stages pratiques animés par des spécialistes de la voix... »⁶

Force est de constater que les tentatives en ce domaine sont très timides, aussi bien dans la formation initiale que continue. Les enseignants en exercice devraient pouvoir, si nécessaire, trouver un appui dans l'institution, être informés, dépistés, formés grâce à des cours d'éducation vocale. Cela contribuerait à redonner à ceux qui en ont besoin la confiance et le confort nécessaires à l'exercice de leur métier. Les étudiants se dirigeant vers l'enseignement devraient, quant à eux, comme les journalistes ou les

comédiens, bénéficier d'une formation intégrant tous les outils de communication, y compris les techniques relatives à l'utilisation de la voix en public.

Pour conclure

Afin de favoriser l'épanouissement de l'enseignant, nous avons vu combien il est important de former ce dernier à la communication et aux relations humaines. Il apparaît également indispensable de l'aider à bien utiliser sa voix, à apprendre à ne pas la forcer et à l'économiser. Cela nécessite, outre l'apprentissage de techniques vocales, un travail sur la respiration, sur la posture et l'acquisition de méthodes de relaxation. Ces nouveaux outils auront, de plus, l'avantage de permettre au professeur d'être plus détendu et, donc, plus efficace.

Afin que l'élève s'épanouisse, hormis le fait de lui proposer une forme de communication plus harmonieuse, il est très important de l'aider à dénouer les tensions psychiques et physiques qui se créent au quotidien et génèrent des blocages qui l'empêchent d'utiliser son énergie pour apprendre. Là encore, la relaxation, complétée, par exemple, par des postures de yoga, peut être pratiquée en EPS comme les programmes du collège et du lycée nous incitent à le faire.

Ainsi, l'utopie peut un jour devenir réalité :

- si l'être humain, qu'il soit élève ou enseignant, est concrètement placé au centre du système ;
- si les formations initiales et continues permettent, réellement, aux enseignants de construire des compétences indispensables au bon exercice de leur métier.

En effet, prendre en compte le bien-être de l'enseignant, alors que sa tâche devient de plus en plus ingrate dans une société en pleine mutation (non respect, violence...), nous semble indispensable aujourd'hui. Si l'on enseigne ce que l'on est, on peut imaginer qu'un enseignant « bien dans sa peau », créatif, aura beaucoup plus de facilité à proposer des leçons visant à l'épanouissement des apprenants et contribuera ainsi à leur bien-être. Ces enfants et élèves, après avoir bénéficié d'apprentissages relatifs au « savoir vivre ensemble » et au « savoir être », seront les êtres « adultes », puis éventuellement « enseignants » de demain. Nous pouvons penser qu'ils auront tendance à reproduire ce qu'ils auront appris et expérimenté...

Par ces quelques pistes de réflexion, peut-être nouvelles, nous souhaitons contribuer à ouvrir un débat constructif sur un sujet qu'il n'est pas aisé d'aborder, celui des difficultés que nous pouvons rencontrer aujourd'hui dans notre métier d'enseignant. Nous sommes, en effet, parfois démunis devant l'évolution actuelle des comportements des élèves et face à la multiplication des tâches qui nous incombent. Communiquer entre collègues, échanger, s'informer, se former, constituent des chemins possibles d'évolution et de transformation des pratiques pédagogiques susceptibles d'améliorer notre quotidien, ainsi que celui des apprenants.

Alors la leçon, espace de relations, pourra devenir un lieu d'expression et d'épanouissement de l'être où enseignant comme élèves auront la possibilité, comme dans tout échange humain, de s'enrichir et d'apprendre de l'autre, dans un esprit de respect mutuel.

▼ Pour en savoir plus

1. Commission internationale sur l'éducation pour le XXI^e siècle, *L'Éducation : un trésor est caché dedans*, Paris, Odile Jacob, 1996, p. 9-31.

2. Ibid., p. 92.

3. GORDON (Thomas), *Enseignants effacés - Enseigner et être soi-même*, Montréal, Le jour, 1981.

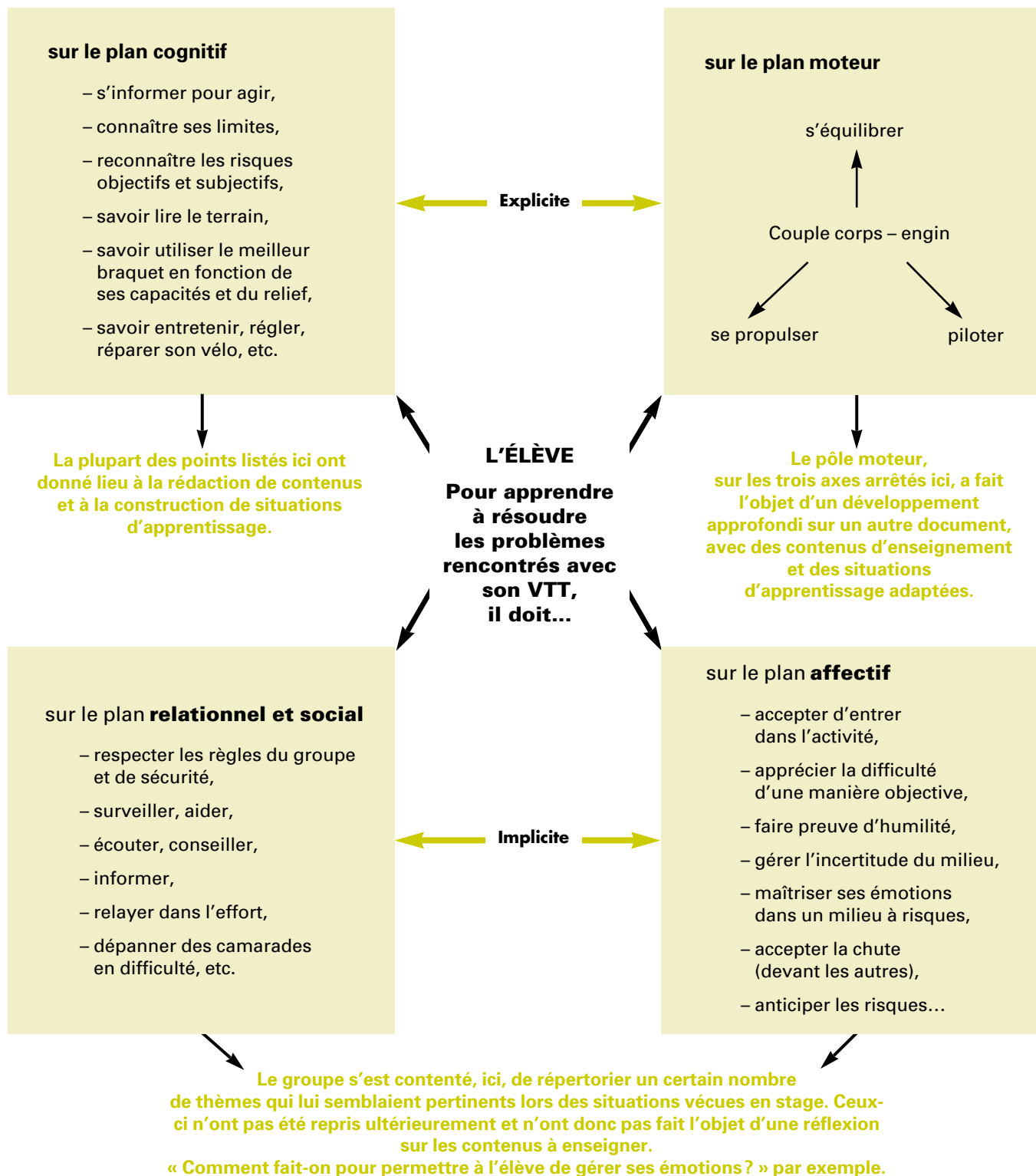
4. BELLISA (Béatrice), *Intelligence émotionnelle et bonheur d'apprendre*, Belgique, Alleur, Marabout, 1998.

5. VILARASAU (Katia), « Attention aux mots qui font mal », *Valeurs mutualistes*, Paris, MGEN, mars 2000.

6. Rapport du Comité d'hygiène et de sécurité du ministère de l'Éducation nationale, Paris, 5 juillet 1993.

Apprentissages fondamentaux pouvant être développés à partir de l'activité VTT.

« Chacun des quatre piliers de la connaissance doit faire l'objet d'une attention égale dans tout enseignement structuré. »



Ce document non exhaustif, réalisé à l'occasion d'un stage de formation continue, doit être contextualisé. Il est présenté dans cet article afin de

mieux situer l'élève au centre des quatre apprentissages fondamentaux et met en valeur l'importance accordée sur le terrain à chacun d'eux.