

Titre : « *Éduquer à la régulation émotionnelle : les apports de cette compétence au processus d'apprentissage en milieu scolaire* »

Résumé

Dans l'environnement scolaire, et plus particulièrement dans la salle de classe, les élèves sont confrontés à un certain nombre d'activités et d'interactions qui peuvent potentiellement déclencher une série d'émotions différentes nécessitent la mise en œuvre de stratégies de régulation pour chercher d'y faire face. Il s'ensuit que l'activité d'apprentissage, par sa nature variable et dynamique, est une expérience émotionnellement engageante dans laquelle on assiste à un large répertoire de stimuli internes et externes. Les compétences de régulation émotionnelle deviennent ainsi un médiateur potentiel entre les états affectifs parasites et le processus d'apprentissage de l'élève. À la lumière de ces constatations, cette contribution propose une réflexion sur la manière dont les compétences de régulation émotionnelle soutiennent le processus d'apprentissage de l'apprenant. Pour ce faire, nous adopterons trois perspectives sur lesquelles nous construirons le présent travail. La première aborde de manière théorique les concepts et les théories qui gravitent autour de la question de la régulation émotionnelle. La seconde, qui se situe à un niveau plus pragmatique, analyse les facteurs pédagogiques qui favorisent le développement de la régulation des émotions et discute trois pratiques d'enseignement visant à maîtriser la régulation des émotions dans le cadre de la classe. Pour conclure, afin de fournir un aperçu actuel de l'état des programmes scolaires centrés sur le développement de ces compétences émotionnelles, nous avons voulu présenter deux projets qui nous aident à comprendre les approches d'intervention destinées à être introduites dans les curriculum scolaires.

Mots-clés : émotions – régulation des émotions – processus d'apprentissage – facteurs pédagogiques – pratiques enseignantes – programmes d'intervention