

L'éducation positive : vers une caractérisation issue des recherches scientifiques actuelles

Philippe Gay*, Elena Lucciarini**, & Nicolas Bressoud*

* Professeurs, Haute École Pédagogique du Valais

* Enseignante, Ecole de Commerce et de Culture Générale de Martigny, Valais

Pensée positive, parentalité positive, discipline positive, management et coaching positif ou encore sexualité positive : l'internet, les librairies, les kiosques et même La Poste débordent d'ouvrages revendiquant une expertise du « positif ». Dans ce contexte, l'éducation positive apparaît comme une notion délicate à manier. Entre bienveillance, autorité douceâtre, ou nouvelle injonction pour les enseignants... difficile d'y voir clair. Cependant, une caractérisation scientifique de l'éducation positive, éclairée par les données probantes de la recherche, permet de dépasser le mielleux et d'éviter les écueils de la permissivité outrancière.

L'éducation positive puise son essence dans la nécessité de prendre en compte à la fois les aspects cognitifs et affectifs du développement de l'enfant. Il s'agit ainsi de viser les performances académiques ou scolaires en s'intéressant simultanément au développement des compétences liées au bien-être et aux compétences traditionnelles (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkins, 2009). Ces éléments se retrouvent dans des résultats de recherche. Par exemple, des méta-analyses soulignent que (1) bien-être et réussite scolaire vont de pair (Bücker, Nuraydin, Simonsmeier, Schneider, & Luhmann, 2018) et (2) pour des élèves de tous âges, des relations plus positives avec les enseignants sont modérément (à fortement) associées à une plus grande implication des élèves et faiblement à modérément associées à de meilleures performances académiques (Roorda, Koomen, Spilt, & Oort, 2011). En d'autres termes, le bien-être en général et les relations avec les enseignants semble faciliter l'engagement et la réussite scolaire.

Par ailleurs, le développement des compétences émotionnelles chez l'enfant, notamment via l'éducation positive, semble bénéfique pour sa vie d'adulte. Goodman, Joshi, Nasma et Tyler (2015) ont suivi plus de 17 mille personnes de 0 à 50 ans. Leurs résultats suggèrent que des enfants confiants, motivés, émotionnellement équilibrés, sociaux et résilients deviennent des adultes qui ont, notamment, un salaire plus élevé, sont plus satisfaits de leur emploi, se disent plus heureux, sont en meilleure santé physique et mentale et ont également moins tendance à commettre des actes criminels.

Le monde anglophone a déjà opérationnalisé la *positive education* depuis plus de 10 ans en reprenant partiellement les principes du SEL (*social and emotional learning*) et en transférant à l'établissement scolaire les apports de la recherche en psychologie positive, à savoir le champ de recherche qui étudie le comportement optimal de l'individu et de la société. Des résultats de recherches ont conduit à diverses propositions afin de développer de meilleures pratiques d'enseignement pour favoriser l'engagement, la réussite scolaire, la gestion des émotions, les relations sociales harmonieuses et le sens donné à l'enseignement (voir p.ex., Bott et al., 2017 ; Norrish & Seligman, 2015 ; Roberts, 2020). En Australie, plus de 120 établissements se sont réunis pour fonder l'association des écoles de l'éducation positive (www.pesa.edu.au) et en Angleterre, le gouvernement a proposé un modèle applicable aux écoles en 2015 (Public Health England, 2015).

En Suisse Romande, en Valais et à Neuchâtel notamment, des programmes d'éducation positive sont intégrés dans certaines écoles directement dans la matière des cours et/ou dans la façon de gérer la classe : gestion des émotions et du stress, pleine conscience, travail sur les forces de caractères ou résilience (p.ex : Bressoud, Shankland, Ruch & Gay, 2018 ; Lucciarini, Gay & Bressoud, 2019).

Par ailleurs, de meilleures compétences émotionnelles semblent aider les enseignants à résister au burnout (Gay & Genoud, 2020) et à gérer les situations scolaires stressantes (Mérida-López & Extremera, 2017). Ainsi, la formation des enseignants gagne à s'occuper particulièrement des affects de ces derniers. Les élèves en sortent également gagnants en sachant l'impact de la contagion émotionnelle des enseignants dans leur classe (p.ex., Oberle & Schonert-Reichl, 2016). De ce fait, intégrer de manière cohérente les compétences émotionnelles dans le cursus de formation des enseignants, en articulation avec les autres compétences professionnelles à développer dans ce métier, devrait être à l'ordre du jour. Par exemple, la Haute École Pédagogique du Valais présente sur deux plans (la formation des futurs enseignants et la formation continue) des pratiques d'éducation positive telles que la pratique attentionnelle, les forces personnelles et les compétences émotionnelles.

De la recherche à la salle de classe en passant par l'institution de formation, l'éducation positive prend sa place en Suisse Romande. Les écoles répondent ainsi peu à peu à l'*Agenda Education 2030* de l'UNESCO (2015, p. 15) : « L'éducation de qualité doit être considérée comme concourant à l'épanouissement personnel des apprenants, à leur sentiment de satisfaction ainsi qu'au bien-être des individus et de la société ». Sur ces bases, l'éducation positive laisse une place aux affects – agréables et désagréables – pour créer des leviers et gérer les freins aux apprentissages.

1. Références

- Bott, D., Escamilla, H., Kaufman, S. B., Kern, M. L., Krekel, C., Schlicht-Schmälzle, R., ... & White, M. (2017). *The state of positive education*. World Government Summit.
- Bressoud, N., Shankland, R., Ruch, W., & Gay, P. (2017). *Character strengths and children with special needs: A way to promote well-being all together!* In J. Marcionetti, L. Castelli, & A. Crescentini (Eds.), *Well-being in Education Systems* (pp. 255-258). Firenze, Italy: Hogrefe.
- Bücker, S., Nuraydin, S., Simonsmeier, B. A., Schneider, M., & Luhmann, M. (2018). Subjective well-being and academic achievement: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality, 74*, 83-94. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2018.02.007>
- Gable S. L., & Haidt J. (2005). What (and why) is positive psychology? *Review of General Psychology, 9*, 103-110. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.103>
- Gay, P., & Genoud, P. A. (en révision). Quelles compétences émotionnelles des enseignants protègent des différentes dimensions du burnout ?
- Goodman, A., Joshi, H., Nasim, B., & Tyler, C. (2015). *Social and emotional skills in childhood and their long-term effects on adult life*. Institute of Education.
- Lucciarini, E., Gay, P., & Bressoud, N. (2019). *High school swiss students' perception of five minutes' mindfulness meditations at the beginning of their 45 minutes' lesson*. In L. Castelli, J. Marcionetti, A. Plata, & A. Ambrosetti (Eds.), *Well-being in Education Systems*. Bern, Switzerland: Hogrefe.

- Mérida-López, S., & Extremera, N. (2017). Emotional intelligence and teacher burnout: A systematic review. *International Journal of Educational Research*, 85, 121–130. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2017.07.006>
- Norrish, J. M., & Seligman, M. E. (2015). *Positive education: The Geelong Grammar School journey*. Oxford University Press.
- Oberle, E., & Schonert-Reichl, K. A. (2016). Stress contagion in the classroom? The link between classroom teacher burnout and morning cortisol in elementary school students. *Social Science & Medicine*, 159, 30-37. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.04.031>
- Public Health England. (2015). *Promoting children and young people's emotional health and wellbeing: A whole school and college approach*. Retrieved from https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/14908/Final_EHWP_draft_20_03_15.pdf
- Roberts, F. (2020). *For Flourishing's Sake: Using Positive Education to Support Character Development and Well-being*. Jessica Kingsley Publisher.
- Seligman, M. E., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford review of education*, 35, 293-311. <https://doi.org/10.1080/03054980902934563>
- Roorda, D. L., Koomen, H. M. Y., Spilt, J. L., & Oort, F. J. (2011). The influence of affective teacher-student relationship on students' school engagement and achievement: A meta-analytic approach. *Review of Educational Research*, 81, 493–529. <https://doi.org/10.3102/0034654311421793>