

CNSMDP

7 décembre 2020

L'ÉCOLE  
DES HAUTES  
ÉTUDES EN  
SCIENCE  
SOCIALES

Laboratoire  
*bonheurs*

LAB school  
NETWORK

# Innovations et transformations pédagogiques dans les apprentissages en groupe Les outils de la psychologie positive



Pascale HAAG  
EHESS  
Laboratoire  
BONHEURS  
Lab School Network





# Qu'est-ce que la psychologie positive ?

Étude scientifique des conditions et processus qui contribuent à l'épanouissement ou au fonctionnement optimal des individus, des groupes et des institutions

Gable, S. L. et Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology?  
*Review of General Psychology*, 9(2), 103-110

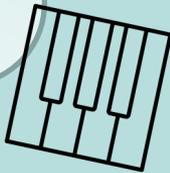


# Des outils pratiques pour l'enseignement musical

## *Positive Instruction in Music Studios (PIMS)*

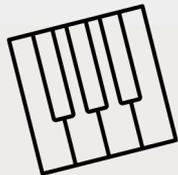
Patston, T., & Waters, L. (2015). Positive Instruction in Music Studios : Introducing a New Model for Teaching Studio Music in Schools Based upon Positive Psychology. *Psychology of Well-Being*, 5(1)

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4621706>



# Pédagogie musicale et bien-être psychologique des élèves : un champ de recherche embryonnaire

- ❑ Niveau de stress et d'anxiété élevés chez les élèves et étudiants de conservatoire
- ❑ La pratique instrumentale peut contribuer au développement intellectuel, social et émotionnel de l'élève en renforçant l'engagement, la confiance en soi, la concentration, la motivation intrinsèque et le sentiment d'efficacité personnelle
- ❑ Les pratiques de psychologie positive peuvent favoriser la progressions des élèves en favorisant l'état de « flow », la créativité et la résilience
- ❑ Des liens établis entre l'état de concentration du « flow », les émotions positives et la satisfaction de vie
- ❑ Efficacité de l'enseignement de techniques de PP sur les performances des élèves
- ❑ Effets de la qualité relationnelle enseignant-élève sur le bien-être

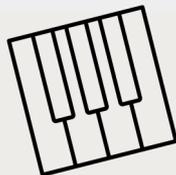




# Enrichir les pratiques pédagogiques

## Les quatre piliers du modèle PIMS

1. Amorçage positif – **WWW** : *What Went Well?* – Qu'est-ce qui a bien avancé/fonctionné ?
2. Aider les élèves à prendre conscience de leurs **ressources** personnelles et de leurs compétences (*signature strengths*) dans la pratique musicale
3. La « **pause positive** » : interrompre le jeu des élèves pour mettre l'accent sur les réussites et pas uniquement pour corriger des erreurs (+ auto-évaluation)
4. Valoriser les **efforts** et le **processus** de progression (*growth mindset*) plus que le résultats ou le talent



# Ressources personnelles : classification VIA

- Origine : Peterson et Seligman (2004)
- Le test du VIA : <https://www.viacharacter.org/survey/account/register>
- Les 24 points forts

 SAGESSE	 COURAGE	 HUMANITE	 JUSTICE	 TEMPERANCE	 TRANSCENDENCE
Créativité, ingéniosité et originalité	Courage et vaillance	Gentillesse et générosité	Impartialité, équité, justice	Pardon	Reconnaissance de la beauté
Curiosité et intérêt accordé au monde	Honnêteté, intégrité et sincérité	Capacité d'aimer et d'être aimé(e)	Leadership (capacité à diriger)	Modestie et humilité	Gratitude
Discernement, pensée critique et ouverture d'esprit	Assiduité, application et persévérance	Intelligence sociale	Citoyenneté, travail d'équipe et fidélité	Précaution, prudence et discrétion	Espoir, optimiste et anticipation du futur
Amour de l'étude, de l'apprentissage	Joie de vivre, enthousiasme, vigueur et énergie			Maîtrise de soi et autorégulation	Humour et enjouement
Perspective					Spiritualité, but dans la vie, religiosité et foi

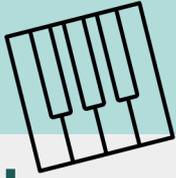


# « État d'esprit de développement » *Growth mindset* (Carol Dweck)



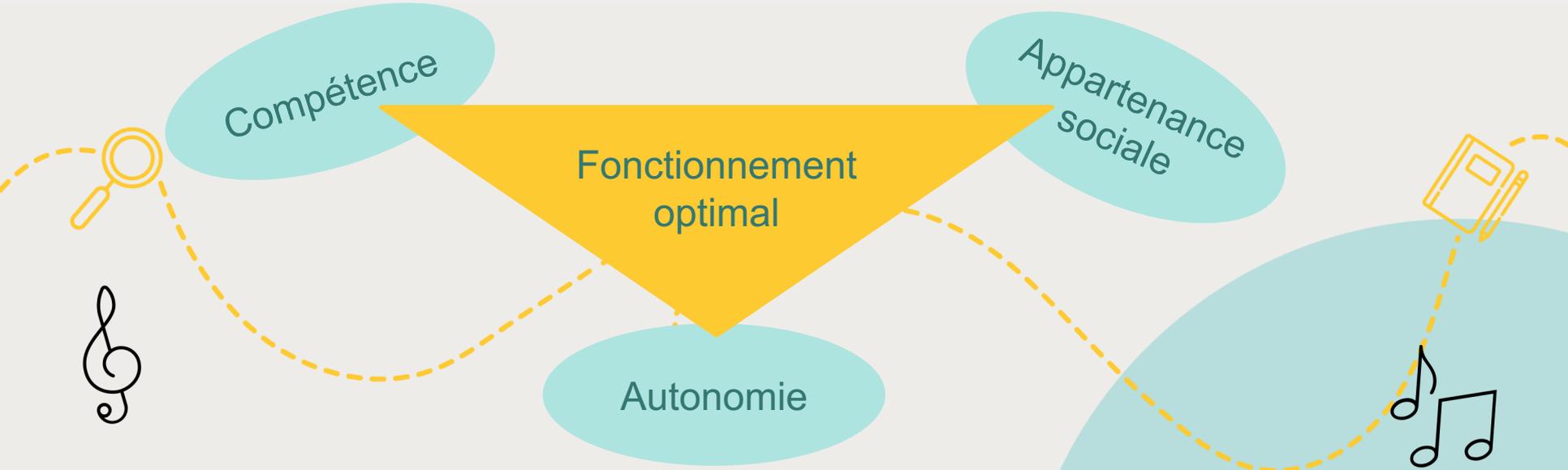
- Si les individus estiment que l'intelligence est essentiellement une qualité innée qu'il est difficile de développer, ils souscrivent, selon la terminologie de Dweck, à la « théorie de l'entité » (*entity theory*) et ont un « état d'esprit fixe » (*fixed mindset*).
- Si au contraire ils pensent que l'intelligence est malléable et peut être développée par l'effort, ils épousent la « théorie incrémentale » (*incremental theory*) et sont animés par un « état d'esprit de développement » (*growth mindset*).





# Les besoins psychologiques fondamentaux

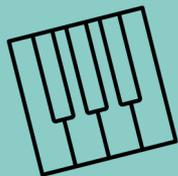
## Théorie de l'auto-détermination (Deci et Ryan)



Pour aller plus loin :

[http://elearning.ileps.org/courses/GLPSY11OCTOBRE2011/document/Laguardia\\_et\\_ryan.pdf?cidReq=GLPSY11OCTOBRE2011](http://elearning.ileps.org/courses/GLPSY11OCTOBRE2011/document/Laguardia_et_ryan.pdf?cidReq=GLPSY11OCTOBRE2011)

Merci de votre attention !



Pascale Haag – [ph@ehess.fr](mailto:ph@ehess.fr)