

Se sentir en sécurité pour apprendre : l'intelligence relationnelle au cœur de l'enseignement des langues.

Fanny Lecuyer Leroux, Senior Teaching Fellow at Ieseg. Coach Consultante en Intelligence Relationnelle.

Résumé : Cet article souligne l'importance de l'intelligence relationnelle dans l'enseignement des langues, notamment en contexte de classe hétérogène. En s'appuyant sur la théorie polyvagale de Porges, il montre que la sécurité émotionnelle favorise l'apprentissage. L'enseignant, en développant des compétences relationnelles comme l'écoute et la régulation, crée un climat propice à l'engagement des élèves. Des outils concrets sont proposés pour instaurer une pédagogie centrée sur la relation, fondée sur la bienveillance et l'ouverture.

Mots-clés :

Intelligence relationnelle, théorie polyvagale, sécurité émotionnelle, pédagogie de la relation, apprentissage des langues.

Abstract : This article highlights the importance of relational intelligence in language teaching, particularly in heterogeneous classrooms. Drawing on Stephen Porges' polyvagal theory, it shows that emotional safety enhances learning. By developing relational skills such as listening and self-regulation, teachers can create an environment that fosters student engagement. Concrete tools are offered to establish a relationship-centered pedagogy, based on kindness and openness.

Keywords:

Relational intelligence, polyvagal theory, emotional safety, pedagogy of relationship, language learning.

Introduction : Tout apprentissage débute par une connexion.

L'apprentissage est avant tout une expérience humaine. Avant d'entrer dans un contenu, un élève entre dans une relation. La qualité de ce lien conditionne son engagement, sa confiance et sa progression. Aujourd'hui, nos classes sont de plus en plus hétérogènes. Chaque apprenant arrive avec ses repères, sa culture, sa manière de percevoir. Un mot mal interprété, un regard déplacé, un geste mal compris peuvent suffire à bloquer l'envie d'apprendre. Enseigner une langue, ce n'est pas seulement transmettre un savoir linguistique : c'est offrir un espace où l'élève ose s'exprimer, se tromper, et se révéler. Mais comment le faire si l'on ne se sent pas en sécurité ?

C'est ici que l'intelligence relationnelle prend tout son sens. Elle désigne la capacité de l'enseignant à instaurer un climat de confiance, à accueillir chacun avec bienveillance et à valoriser la singularité de chaque parcours. Les recherches en neurosciences affectives, notamment la théorie polyvagale développée par (Porges, 2011)¹, éclairent ce besoin fondamental de sécurité émotionnelle comme une condition indispensable à tout apprentissage, en particulier linguistique.

Cet article explore le lien entre intelligence relationnelle, sécurité intérieure et acquisition des langues, en proposant des pistes concrètes pour enrichir nos pratiques. Pour comprendre l'importance de cette connexion humaine, il est essentiel de saisir comment notre système nerveux influence notre capacité à apprendre. Cela nous amène à explorer le rôle clé de la sécurité émotionnelle dans l'apprentissage d'une langue.

Comment créer les conditions d'un apprentissage relationnel ?

Le rôle du système nerveux dans l'apprentissage : La théorie polyvagale, développée par le neuroscientifique Stephen Porges, nous apprend que notre système nerveux autonome évalue en permanence si nous sommes en sécurité ou en danger. Cette évaluation conditionne nos comportements, y compris dans un contexte d'apprentissage.

Trois états principaux peuvent être activés :

- L'état de connexion sociale (système vagal ventral) : associé à la sécurité, à l'ouverture et à la capacité de communication.

¹ Porges, S. W. (2011). *The Polyvagal Theory: Neurophysiological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, and Self-Regulation*. New York: Norton & Company.

- L'état de survie (système sympathique) : déclenche les réponses de fuite ou de lutte.
- L'état de repli (système vagal dorsal) : correspond à un état de figement, de retrait ou de dissociation.

Lorsqu'un apprenant se sent jugé, ridiculisé ou tout simplement ignoré, il quitte l'état de sécurité ventral. Il peut alors se figer, se replier sur lui-même, ou devenir agité. Dans ces états de stress ou de protection, la capacité à apprendre, à mémoriser et à s'exprimer diminue fortement.

À l'inverse, un climat relationnel sécurisant permet d'activer le système vagal ventral. Cela favorise l'engagement, la curiosité, la confiance ainsi que la disponibilité cognitive. C'est dans cet état d'ouverture que les apprentissages, en particulier linguistiques, deviennent plus naturels, fluides, vivants et durables.

Cependant, comprendre le rôle du système nerveux ne suffit pas. Il est crucial de créer concrètement un environnement de classe où les élèves se sentent écoutés, respectés et en sécurité. Voyons maintenant comment transformer la salle de classe en un véritable espace d'écoute et de reconnaissance.

Créer un espace d'écoute et de reconnaissance

La bienveillance ne doit pas être un mot creux : elle doit se traduire dans la posture de l'enseignant et dans le cadre de la classe. Il s'agit de bâtir un environnement où chaque élève se sent vu, entendu et respecté.

Concrètement, cela peut passer par :

- Des rituels de présence (salutations collectives, météo intérieure, cercle de parole...)
- La valorisation du processus d'apprentissage plutôt que la seule performance : encourager l'effort, la persévérance et la progression individuelle.
- L'accueil des émotions et des silences : permettre à chacun de s'exprimer à son rythme, sans pression ni jugement.
- L'ouverture à d'autres formes d'expression : pour permettre à chacun de se dire autrement, au-delà des mots, utiliser de l'art visuel, des mimes et jeux de rôle, de la musique, de l'écriture créative, des vidéos ou des films, du photolangage...

Ces activités permettent aux élèves d'explorer d'autres modes d'expression et de communiquer d'une manière qui dépasse les limites du langage verbal. L'enseignant devient un régulateur émotionnel : par sa voix, sa posture, son regard, il influence l'ambiance du groupe. Il rend possible l'interaction, la prise de parole, et l'engagement. Créer cet espace sécurisé et bienveillant dans la classe nécessite une compétence particulière : l'intelligence relationnelle. Cette dernière devient aujourd'hui essentielle pour les enseignants,

notamment dans des classes de plus en plus hétérogènes. Voyons comment cette compétence se déploie dans notre rôle d'éducateur.

L'intelligence relationnelle, une compétence clé pour l'enseignement.

Dans des classes de plus en plus hétérogènes, il est crucial que les formations pédagogiques reconnaissent l'importance du lien humain dans les processus d'apprentissage. Former les enseignants à réguler les émotions d'un groupe, à accueillir les vulnérabilités, à désamorcer les tensions culturelles, c'est leur fournir les outils nécessaires pour répondre aux réalités complexes du terrain. Cela permet aussi de préparer des citoyens du monde capables de vivre ensemble, au-delà des barrières linguistiques et culturelles.

Ces compétences deviennent aussi importantes que la maîtrise des contenus. L'intelligence relationnelle ne s'oppose pas à l'exigence : elle en est le socle. Un apprenant qui se sent reconnu est plus susceptible d'accepter les corrections, d'aller vers l'autre, et de prendre des risques langagiers.

Nous proposons ici une pédagogie relationnelle fondée sur trois piliers :

1. Écouter : non seulement les mots, mais aussi les émotions, les silences, les besoins sous-jacents.
2. Réguler : ajuster l'ambiance de la classe, relancer la dynamique, instaurer un climat de sécurité.
3. Connecter : favoriser les liens entre les élèves, créer du sens à travers les interactions.

Ces trois piliers peuvent être intégrés dans toutes les activités de classe, quel que soit le sujet, la langue ou le niveau. Avec une intention relationnelle, un simple exercice de présentation peut créer un vrai lien entre les participants. Mais comment, concrètement, intégrer cette intelligence relationnelle dans nos pratiques pédagogiques au quotidien ? Voici quelques outils pratiques qui peuvent enrichir notre approche et transformer notre manière d'enseigner.

Outils concrets pour une pédagogie de la relation.

- Photolangage en début de séance : une méthode qui ouvre la parole de façon intuitive et permet de créer des liens dès les premiers instants.
- Cercles de partage : un moment pour échanger autour d'expériences personnelles en lien avec la langue, favorisant la compréhension mutuelle et l'empathie.

- Temps de retour réflexif : un moment dédié à la réflexion sur les émotions vécues durant une activité, Cela les aide à comprendre comment ces émotions influencent leur apprentissage et leur engagement, et à mieux saisir l'impact de l'activité sur leur compréhension.
- Évaluation coopérative : un échange de feedback bienveillant entre élèves, qui favorise l'entraide et encourage la progression de chacun au sein du groupe.

Ces outils permettent de passer d'une pédagogie centrée sur le contenu à une pédagogie centrée sur la relation, en reconnaissant que l'on n'apprend pas seulement une langue, mais que l'on apprend à travers la relation qui se crée avec les autres. En créant un véritable lien avec nos élèves, nous leur offrons non seulement un environnement d'apprentissage, mais aussi une expérience relationnelle qui favorise leur développement global.

Conclusion : apprendre, c'est s'exposer, donc se sentir en sécurité.

Apprendre une langue, c'est bien plus qu'acquérir des compétences : c'est un acte profondément humain. Cela implique de se montrer vulnérable, d'oser l'inconnu, de sortir de sa zone de confort. Pour cela, la sécurité relationnelle est un préalable absolu.

L'intelligence relationnelle nous rappelle que cette sécurité est le socle de tout apprentissage authentique. Elle devient ainsi une compétence pédagogique centrale : elle permet d'honorer la diversité des profils, d'accueillir les parcours de chacun, et de créer un climat propice à l'expression vraie.

En intégrant la théorie polyvagale dans nos pratiques, nous faisons plus qu'enseigner une langue. Nous créons un cadre où les apprenants peuvent se relier, développer leur confiance, et s'ouvrir aux autres.

C'est ce changement de paradigme que nous défendons : passer d'un enseignement de la langue à une pédagogie de la relation. Et si l'avenir de l'enseignement des langues passait d'abord par le cœur ? Notre mission dépasse la simple transmission de savoirs. Dans un monde en constante évolution, faire de la salle de classe un espace de lien vrai est peut-être l'acte le plus puissant que nous puissions poser. Un acte profondément pédagogique, et profondément humain.

Bibliographie

- **DANA, Deb.** *La théorie polyvagale en pratique : une approche intégrée pour aider à réguler le système nerveux autonome.* Louvain-la-Neuve : De Boeck Supérieur, 2021. (Collection Santé mentale et thérapies).