

Relation entre éducation et bonne stabilité émotionnelle

Qu'est ce que c'est la quintessence de l'éducation ?

Comment créer et promouvoir un environnement dans lequel les gens peuvent s'épanouir en tant qu'êtres humains, dans le but de parvenir à une croissance humaine illimitée ? Pour y parvenir, il s'agit d'exploiter le potentiel et les possibilités de chaque individu, de reconnaître leur excellence et d'établir des relations qui favorisent une croissance indépendante et autonome.

La création d'un environnement où les gens peuvent grandir ensemble (co-éducation) est nécessaire dans tous les groupes humains. Dans cette perspective, il est entendu que le développement des capacités d'apprentissage et des capacités cognitives est étroitement lié à une bonne stabilité émotionnelle au cours du processus de naissance et de croissance de l'être humain.

1. La relation d'attachement

Nous allons voir de manière succincte la relation d'attachement qui est à la base de la construction d'une bonne stabilité émotionnelle.

La psychologie du développement décrit l'attachement comme un lien soutenu par un sentiment attentif à l'égard de l'autre personne. Ce lien psychologique, ou « attachement », fournit un modèle pour les relations interpersonnelles futures et constitue la base de l'apprentissage.

Dans le développement de l'attachement, autour de sept ou huit mois, les bébés commencent à communiquer d'une manière unique avec une personne en particulier. Cette personne décodera la voix et les gestes du bébé et répondra aux signes qu'il émet.

Cette façon unique de communiquer (procédure de communication) ne peut être utilisée qu'entre le nourrisson et une personne spécifique, comme la mère et l'enfant, et ne s'applique pas pour communiquer avec un étranger. Ces relations sont des liens psychologiques et la personne avec laquelle cette communication existe est l'objet de l'attachement.

L'enfant apprend à établir des relations avec d'autres personnes par étape, en s'appuyant sur l'attachement à la mère et au père, et

progresses dans la construction de son propre monde, base sur laquelle se construisent les relations interpersonnelles futures. La personne d'attachement apporte le soutien, la protection et le réconfort dont l'enfant a besoin et l'aide à réguler ses sentiments d'excitation, notamment par le jeu, la surprise de l'inattendu et la stimulation d'émotions positives partagées. Il en résulte un désir de découverte et de nouveauté, et la possibilité de mieux se séparer d'une base sécurisante que l'on peut retrouver à chaque fois que l'on en a besoin.

Les neurosciences nous montrent aujourd'hui que le bon accordage entre le bébé - figure de soins et la bonne modulation des émotions, sont étroitement liés à la maturation du cerveau droit au cours des deux premières années de la vie (Schoore 2008). Le cerveau gauche commence à mûrir plus tard, mais à mesure que l'acquisition du langage progresse, le cerveau gauche joue un rôle de plus en plus dominant. Le couplage entre les deux cerveaux, rendu possible par le corps calleux, permet la transmission d'informations émotionnelles du cerveau droit au cerveau gauche. Celui-ci permet le contrôle, la mentalisation, le traitement séquentiel et verbal des informations qui lui parviennent.

La maturation du lobe frontal et du cortex préfrontal permet une capacité de raisonnement, d'abstraction et de performances cognitives de plus en plus élevées. On peut plus précisément établir que c'est entre 3 et 5 ans, c'est à dire durant les années d'école maternelle que se connectent les qualités de la relation entre le cerveau droit et le cerveau gauche.

2. La relation entre le développement cognitif et l'attachement.

Il existe une corrélation entre l'attachement sécurisant et des processus cognitifs. Le psychiatre John Bowlby (1958) évoque la théorie d'« attachement » selon laquelle il existe une relation étroite entre le développement cognitif et l'attachement. En fonction de la bonne ou médiocre qualité de la relation parent-enfant.

L'enfant développe la façon d'être avec les autres et avec soi-même et sur le plan émotionnel. Bowlby classifie ces façons en 4 catégories appelées « styles d'attachement »

- ①. L'attachement sécurisant (50-60% de la population)
- ②. L'attachement évitant et craintif (25 %)
- ③. L'attachement anxieux et paranoïaque (20 %)
- ④. L'attachement désorganisé/chaotique (5 %)

①. L'attachement sécurisant.

L'attachement sécurisant est corrélé à une bonne intégration des fonctions cérébrales droite et gauche, ainsi qu'à un bon lien entre les niveaux de connaissance autonomes et inconscients, et à une synthèse de la mémoire épisodique et sémantique. En d'autres termes, avec une bonne régulation des émotions et du développement psychiatrique, les processus cognitifs sont pleinement développés et l'enfant est prêt pour l'aventure de l'apprentissage et des tâches scolaires. Les enfants sont stimulés par la nouveauté et l'expérience scolaire. C'est pour eux l'occasion d'expériences positives et enrichissantes ; il a également été démontré que les enfants de quatre ans ont la capacité de se concentrer sur des choses qui dépassent leurs capacités. (Pommier de senti A 2012, la relation effective au coeur de la relation éducative)

②. L'attachement évitant et craintif (instable)

Il n'en va pas de même pour l'attachement insécurisant. Lorsqu'un enfant développe un attachement évitant, l'expression de la vie émotionnelle est supprimée et les enfants tentent de se protéger de ce qu'ils perçoivent comme les sources d'inconfort de leurs expériences d'enfance. Par conséquent, les expériences émotionnelles des deux premières années ne sont pas bien intégrées dans le cerveau droit et, à mesure que le cerveau gauche mûrit, une pression supplémentaire est exercée sur le registre émotionnel. Les émotions sont bien présentes, mais ne sont pas très bien mentalisées.

Dans ces conditions, une connaissance abstraite du monde et de la vie affective se développe avec une préférence pour la manipulation. Ceci est d'autant plus vrai que l'aire du langage est faiblement reliée au système limbique et émotionnel.

L'hippocampe, essentiel au développement du cerveau, n'encode pas les événements vécus en harmonie avec les émotions.

Dans de telle situation, c'est la connaissance du monde qui est privilégiée. En plus de l'anxiété provoquée par la séparation avec l'image d'attachement, la situation à l'école augmente plus les risques d'aggravation du déséquilibre.

Dans cette perspective, Il faut peut-être noter que la situation actuelle, qui encourage la pré-scolarisation dès l'âge de deux ans, peut être trop précoce pour les enfants qui ont des problèmes de régulation correcte de leurs émotions.

Il est dit que l'apprentissage activerait en particulier le cerveau gauche. Dans le cas d'un attachement anxieux, si ces enfants disposent des compétences cognitives appropriées, ils sont plus susceptibles de s'investir dans les tâches scolaires, par exemple, comme un moyen supplémentaire de se protéger de la vie affective. Par ailleurs, si les enfants voient leurs parents-adultes satisfaits de leur réussite plutôt que de leur épanouissement émotionnel, les enfants sont plus enclins à faire le nécessaire pour plaire à leurs parents.

(3) L'attachement anxieux et paranoïaque (ambivalent)

Lorsqu'un enfant développe un attachement ambivalent et insécurisant, il est souvent submergé par l'intensité des émotions qu'il ressent. En effet, la mémoire implicite, c'est-à-dire les traces non conscientes des premières expériences pré-verbales de l'enfant, est saturée d'émotions négatives provenant des structures sous-corticales. Ainsi, les traces mémorielles non conscientes sont plus susceptibles d'être fortement activées par des stress spécifiques dans la vie actuelle. Les informations envahissantes sont transmises aux zones corticales du cerveau droit, ce qui rend plus difficile le contrôle des zones sous-corticales. De même, le

cerveau gauche a du mal à contrôler les informations sur le stress qu'il reçoit du cerveau droit.

Dans de telles situations, la connaissance autonome, c'est-à-dire la perception globale et émotionnelle du monde, devient dominante, avec peu ou pas d'intervention de la compétence linguistique, ce qui rend la tâche d'apprentissage plus difficile.

La tâche d'apprentissage dépend étroitement de la situation émotionnelle. Si la situation est calme et apaisante, la tâche d'apprentissage est développée.

Par contre, si un élément anxieux apparaît, l'apprentissage est rapidement interrompu.

L'enfant est alors plus préoccupé par le contrôle de ses émotions que par la tâche d'apprentissage. Lorsqu'il est confronté à une tâche d'apprentissage difficile, par exemple, l'enfant peut ne pas être capable de rester concentré et peut manifester un comportement égocentrique.

(4) L'attachement désorganisé (chaotique)

Enfin, les enfants dont l'attachement est prétendument désorganisé sont moins capables d'intégrer les informations issues d'émotions négatives et souvent contradictoires dans un ensemble cohérent.

Les zones corticales surchargées d'informations désorganisées ont moins de chances de bien se développer que les zones sous-corticales, car les voies neuronales utilisées, souvent à la suite d'expériences traumatisantes, sont constamment liées à la lutte et au combat.

Dans ces situations, il n'y a pas de place suffisante pour le développement de la pensée. L'enfant est envahi par un état neuronal qui ne peut être assemblé pour former un sentiment de continuité. Il a alors du mal à accepter les tâches d'apprentissage.

3. Les modèles d'attachement associés à la personnalité des enfants

Bowlby suggère également que les modèles d'attachement sont associés à la personnalité des enfants. Plus particulièrement, ces attachement sont associés à l'autorégulation et à la résilience. Il suggère que les enfants dont l'attachement est stable présentent des scores de résilience significativement plus élevés et des scores modérés de maîtrise de soi, tandis que les enfants évitants présentent un surcontrôle et les enfants ambivalents un sous-contrôle.

4. Pédagogie favorable pour renforcer l'estime de soi de l'enfant

La relation d'attachement n'est pas simplement considérée comme une « relation parent-enfant », mais comme une relation asymétrique et complémentaire qui comprend le besoin de sécurité et de régulation de l'enfant et le réconfort, la protection, l'apaisement, le confort et le soutien fournis par la figure d'attachement (par exemple, le parent). En d'autres termes, en acceptant les émotions négatives de l'enfant et en le rassurant et en le réconfortant, l'enfant peut se remettre émotionnellement de sa peur, de son anxiété, etc. et retrouver un sentiment de sécurité et d'énergie pour la vie. C'est un facteur important pour renforcer l'estime de soi de l'enfant. En ce sens, la relation d'attachement est une relation développementale-fonctionnelle primordiale pour l'épanouissement de l'enfant.

Récemment, le terme « trouble de l'attachement » a été introduit dans les médias et l'attention se porte de plus en plus sur sa relation avec divers problèmes psychosociaux. Dans le domaine de l'éducation, les approches visant à corriger ces relations sont également considérées comme importantes. Au Japon aussi, on se préoccupe du déclin de l'estime de soi chez les enfants. En France, le « pourquoi » des enfants est la base de l'expression et de l'affirmation de soi. L'éducation au « Pourquoi ? » des enfants vise à développer les compétences d'autogestion et la compréhension de la compatibilité, qui favorisent l'expression et l'affirmation de soi, en se basant sur la question « Pourquoi ? Cette méthode d'éducation met l'accent sur la libre expression découlant des intérêts et des préoccupations de l'enfant dans la vie, plutôt que sur la transmission de connaissances par les adultes.

En nous concentrant sur une éducation qui rend les enfants (eux-mêmes) conscients du pouvoir qu'ils possèdent et de leur valeurs, et en lançant des programmes qui complètent et corrigent les problèmes d'attachement, on pourrait réfléchir à une méthode d'éducation plus créative et plus souple pour répondre la quintessence de l'éducation.