

# Les Webinaires du CRIFPE

20 Avril 2022

12h-13h



Centre de recherche interuniversitaire  
sur la formation et la profession enseignante

## REGARD OPTIMISTE SUR L'ENSEIGNEMENT

**Sacha Stoloff, PhD**

Université du Québec à Trois-Rivières



# Plan de la présentation

- **PARTIE 1: L'optimisme**
  - Quoi comprendre ?
  - Quoi retenir ?
- **PARTIE 2: Regard optimiste sur l'enseignement**
  - Les enseignants
  - La pratique enseignante
- **PARTIE 3: Les regards**
  - L'enseignant
  - La recherche
  - La formation
- **CONCLUSION**







## Santé!

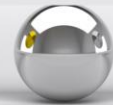
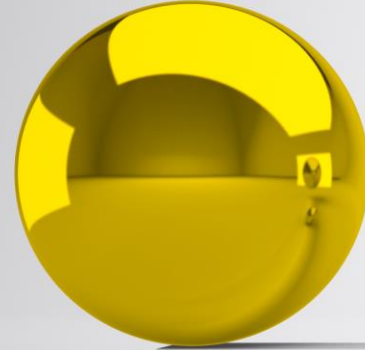
**L'attitude optimiste nous maintient plus longtemps en meilleure forme physique et mentale, nous conduit à créer des relations sociales plus agréables, nous rend plus attractifs dans le monde professionnel et, ce qui ne gâte rien, fait de nous des hommes et des femmes plus chanceux que les autres.**

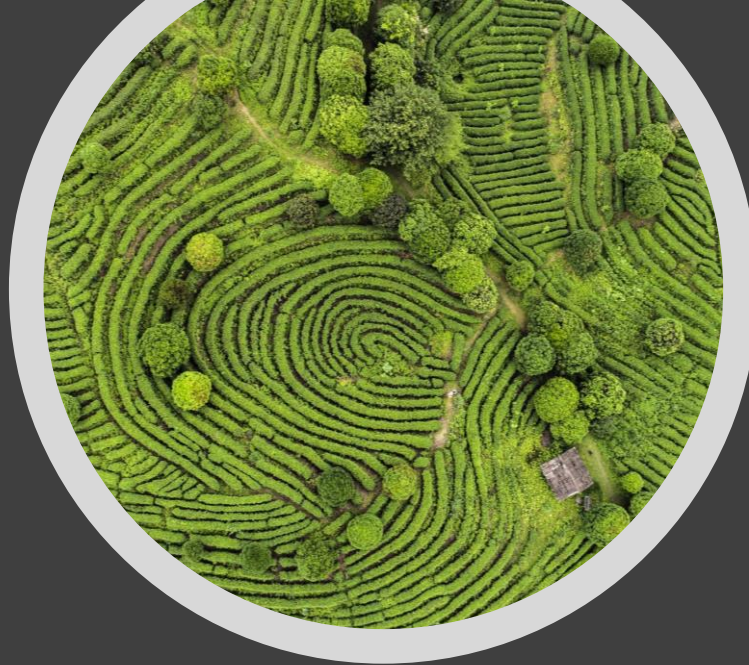
*Gabilliet, 2010, p.13*



# L'optimisme

est un ingrédient en or





L'optimisme : quoi comprendre?

# L'OPTIMISME



## VOIR LE MONDE

∞ Recherche les données positives, les solutions constructives, **les forces et les qualités** sur lesquelles puiser.

∞ Conscient que sur le chemin de la vie, il y a toujours la **possibilité** de s'améliorer, d'apprendre des situations.

∞ Ce qui implique de faire des **choix** raisonnés pour le mieux : il existe toujours des **options** et une **solution** ou une façon de faire opportune.

∞ Ce qui procure un sentiment de contrôle, un sens des responsabilités.

*Ressources internes*  
*Action opportune*



## AGIR SUR LE MONDE

- ✓ Faire mieux
- ✓ Aller mieux
- ✓ Vivre mieux

Satisfaction face aux succès, réussites, avancées

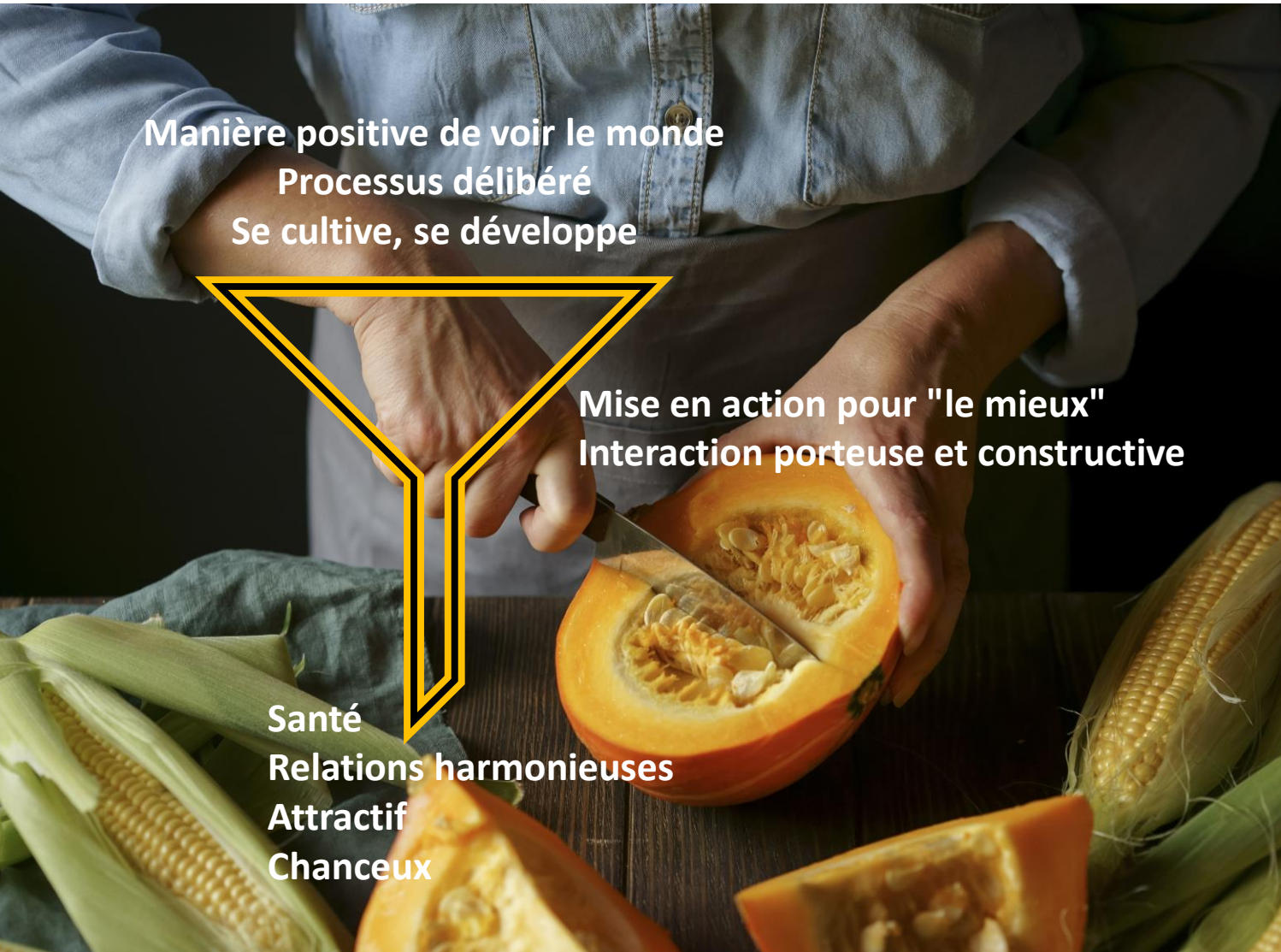
## INTERAGIR AVEC LE MONDE

- ✓ Vision commune
- ✓ Initier une inter/action
- ✓ Affiche une confiance envers les autres
- ✓ Plaisir face aux réussites des autres





# L'optimisme: quoi retenir?



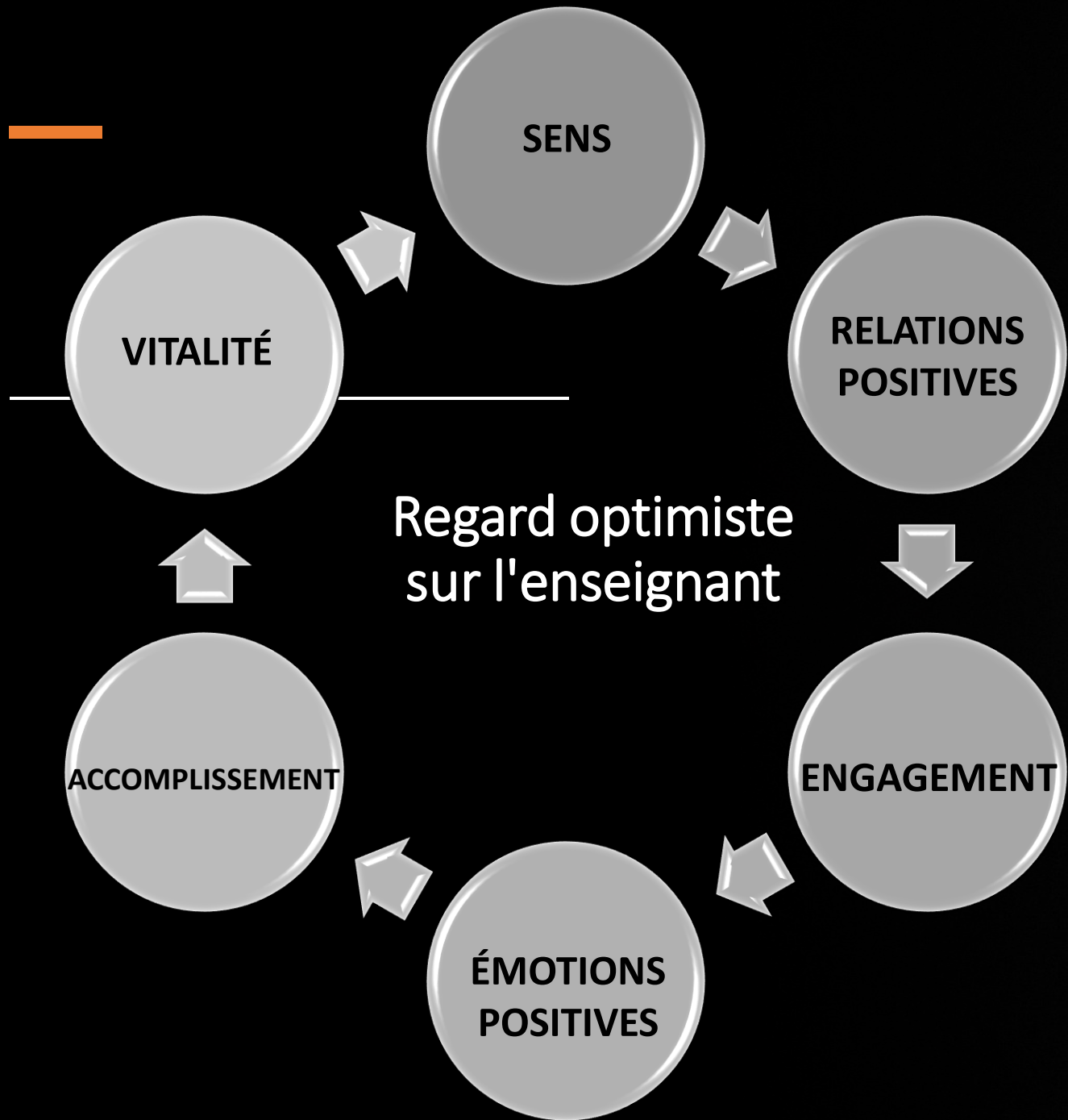
Manière positive de voir le monde  
Processus délibéré  
Se cultive, se développe

Mise en action pour "le mieux"  
Interaction porteuse et constructive

Santé  
Relations harmonieuses  
Attractif  
Chanceux

## Comment

- développer cette dimension optimiste dans nos vies?
- éduquer notre regard à voir le monde de façon optimiste?
- prendre des décisions porteuses de possibilités nouvelles?



# Regard optimiste sur l'enseignant

## Les forces de caractère



Bienveillance

Amour

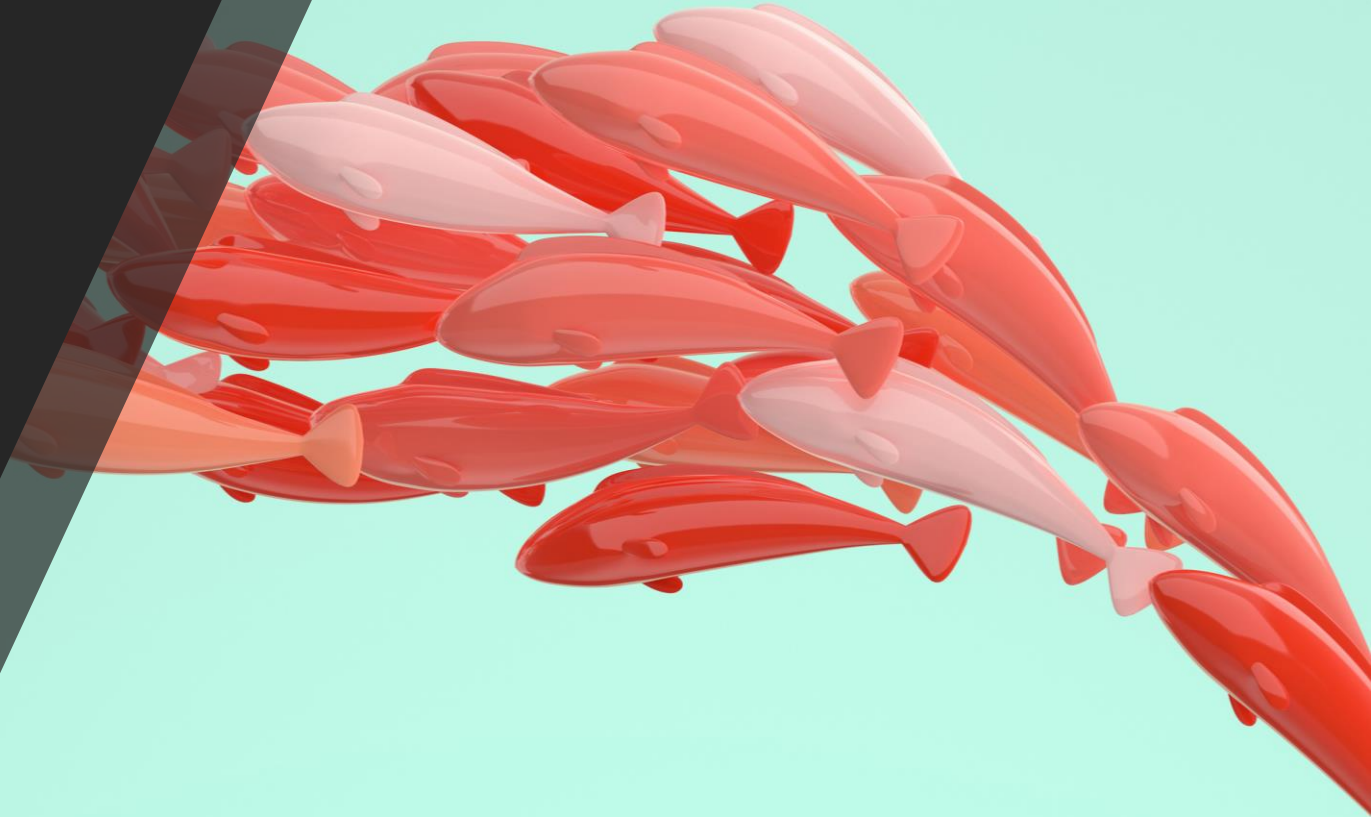
Persévérance

Autorégulation

Créativité

# Regard optimiste sur la pratique enseignante

- L'innovation pédagogique
- La malléabilité pédagogique et l'agir compétent
- La pratique pédagogique intégrant le numérique
- La continuité pédagogique
- La collaboration et le partage
- La valorisation de la profession



Le regard qu'on  
pose sur le  
monde  
*Individuellement*



## *Tendre vers l'optimisme*

### PRENDRE CONSCIENCE DE...

- Pendant négatif de l'observation : morosité, lamentation, plainte, accusation, victime...
- Critique versus regard critique
- Attirance exacerbée, jubilation sur le méchant, la tricherie, la médisance, la trahison
- Quand le pessimisme pèse, ralenti, envenime, exaspère ceux qui gravitent autour

### AGIR SUR...

- Prendre le contrôle sur sa pensée et reconnaître qu'on a le choix
- Faire le choix d'une posture optimiste c'est ajuster l'observation et l'analyse des situations
- Pendant positif et constructif: Forces, qualités, formulation langagière
- Cultiver l'optimisme

# Le regard qu'on pose sur le monde

## *En enseignement*

### CULTIVER L'OPTIMISME

- Provoquer son *effet d'auto-Pygmalion*
- Mettre en place des stratégies qui favorisent un fonctionnement optimal
- Valoriser la profession enseignante
- Ajuster son style explicatif pour être "un prof optimiste"
  - Causalité interne, stabilité, globalité (réussite)
  - Causalité externe, instabilité, spécifique (échec)



A brass compass is shown in the foreground, partially open, resting on a document. The document features a line graph with several data points labeled with numbers: 330, 187.170, 154.360, and 80. The compass needle points towards the top-left. The background is a light blue and white grid.

# Le regard optimiste de la recherche

---

## Avancement des connaissances

- Changement de posture du chercheur pour l'avancement de connaissances : la complémentarité à l'approche par déficit
- Pertinence d'une approche optimiste "pour trouver des solutions qui ne demandent qu'à être inventées"

## Virage à faire par les chercheurs

- Objet de recherche
- Cadres de référence issus de la psychologie positive : approche appréciative, bien-être, capital psychologique...

**POSSIBLE UNIQUEMENT AVEC LA PARTICIPATION DES ENSEIGNANTS...**



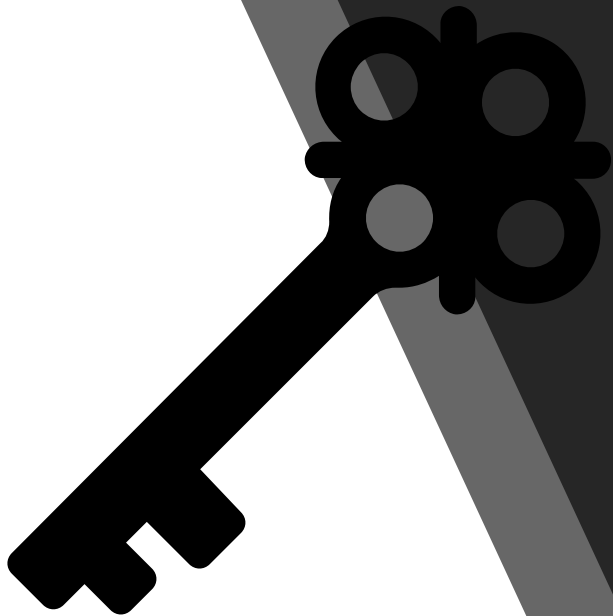
# En formation

---

- **Considérer une formation qui intègre la découverte de Soi, basée sur les forces de chacun**
- **Favoriser la construction et le développement d'une identité professionnelle positive**
- **Envisager l'optimisme en termes d'approche pédagogique**



# Les références clés



1. Stavros, J. M., Godwin, L. N. et Cooperrider, D. L. (2015). Appreciative Inquiry : Organization Development and the Strengths Revolution. Dans W. J. Rothwell, J. Stavros et R. L. (dir.) Sullivan, Practicing Organization Development (p. 96 116). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.  
<https://doi.org/10.1002/9781119176626.ch6>
2. Gabilliet, P. (2010). Éloge de l'optimisme : quand les enthousiastes font bouger le monde. Paris: Saint-Simon.
3. Gaucher, R. (2010). *La psychologie positive ou l'étude scientifique du meilleur de nous-mêmes*. Paris, France: L'Harmattan.
4. Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free Press.

**Yesterday is history,  
Tomorrow is a mystery,  
But today is a gift,  
That's why we call it a present.**

***Bil Keane***

# Références

- Association de la psychologie positive <https://positivepsychology.com/what-are-your-strengths/#references>
- Brunon, C., & Cau-Bareille, D. (2020). « Crée-moi un oiseau »: Innover dans un cadre temporel inédit. *Formation et Profession*, 28(4), 1-13. <https://doi.org/10.18162/fp.2020.679>
- Coulombe, S., Gagnon, C., Bisson, J., Gagné, A., Dupuis, S., Larouche, M., ... Beaucher, C. (2020). Transformations des pratiques enseignantes en formation professionnelle au Québec avec l'arrivée de la COVID-19. *Formation et Profession*, 28(4), 1-13. <https://doi.org/10.18162/fp.2020.682>
- Goyette, N. (2016). Développer le sens du métier pour favoriser le bien-être en formation initiale à l'enseignement. *Canadian Journal of Education*, 39(4), 2-29.
- Lacroix, M.-È., & Potvin, P. (2009). *Les pratiques innovantes en éducation*. Réseau d'information pour la réussite éducative (RIRE). Retrieved from <http://rire.ctreq.qc.ca/les-pratiques-innovantes-en-education-version-integrale/>
- Le Boterf, G. (2011). Apprendre à agir et à interagir en professionnel compétent et responsable. *Education Permanente*, 188(3), 97-112.
- Lollia, M. et Issaieva, E. (2020). Comment les enseignants assurent la continuité pédagogique et évaluent en contexte de pandémie ? Une étude en Guadeloupe. *Journal international de recherche en éducation et formation*, 1(Hors-série), 181-192.
- Martin-Krumm, C., Taquinio, C. et Taquinio, C. (2020). L'optimisme et COVID-19: une ressource pour soutenir les personnes en situation de confinement ? *Annales médico-psychologiques*, 178(7), 728-737.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford: Oxford University Press.
- Paquet Y. (2015). *Psychologie du contrôle : théories et applications*. Bruxelles: De Boeck.
- Projet de loi n°40 (2020). Loi modifiant principalement la Loi sur l'instruction publique relativement à l'organisation et à la gouvernance scolaires. Assemblée Nationale du Québec.
- Rozanski A, Bavishi C, Kubzansky LD, Cohen R. Association of optimism with cardiovascular events and all-cause mortality. *JAMA Netw Open* [Internet] 2019 [cité 6 juin 2020] ;2(9). Disponible sur : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6777240/>.
- Seligman M. (2008). *La Force de l'optimisme*. Paris: Inter Editions-Dunod.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free Press.
- Seligman, S. (2004). *Martin Seligman: The new era of psychology*. TedTalk, Retrieved from [https://www.ted.com/talks/martin\\_seligman\\_the\\_new\\_era\\_of\\_positive\\_psychology](https://www.ted.com/talks/martin_seligman_the_new_era_of_positive_psychology)
- Sirois, G., Bergeron, R. et Niyubahwe, A. (2020). Rapport préliminaire : estimation des besoins d'enseignants et données du sondage. [Rapport scientifique]. Rouyn-Noranda, Québec : GRAVE.
- Stoloff, S., Boulanger, M., Lavallée, É., & Glaude-Roy, J. (2020). Teacher's professional well-being: indicators and strategies. *Journal of education and learning*, 9(1), 16-29.
- Stoloff, S., Goyette, N, De Guise, A-A., & Girard, S. (2022 accepté). Enseigner en temps de pandémie au Québec : étude de cas d'un enseignant du secondaire. *Revue Canadienne de l'éducation*, 45(3).