

Table des matières

Préface	7
Les fondements théoriques: soutenir et accompagner l’implantation des outils	9
<i>Les émotions et les besoins</i>	10
• Qu’est-ce qu’une émotion?.....	10
• À quoi servent les émotions?	11
• Comment peut-on mesurer les émotions?.....	11
• Le vocabulaire émotionnel – L’identification et la gradation des émotions.....	12
• Identifier le besoin de l’enfant en fonction de son émotion.....	13
• Le stress: changer son approche pour mieux accompagner l’élève	14
• Liste des émotions	15
• Liste des besoins	16
<i>Les neurosciences</i>	18
• La neuroplasticité	18
• Le striatum	19
• Le lien entre le striatum et le cortex intelligent	20
• Le cerveau dans la main	21
• Les rives — Zones rouge, verte et bleue.....	21
<i>Gestion éducative, positive et bienveillante</i>	23
• Les conséquences logiques — Éviter les punitions.....	23
• L’approche positive – L’empathie, la bienveillance et la saine autorité et fermeté.....	24
• L’empathie.....	24
• L’analogie de l’aviron.....	26

Les outils : comment les utiliser	29
<i>Le coin calme.....</i>	<i>31</i>
<i>La destination positive.....</i>	<i>33</i>
<i>Le tableau des émotions.....</i>	<i>35</i>
<i>Signets des besoins.....</i>	<i>37</i>
<i>Objectifs personnels.....</i>	<i>38</i>
<i>Conseil de coopération.....</i>	<i>40</i>
<i>Régler les conflits avec la communication non violente</i>	<i>42</i>
Les témoignages.....	43
<i>Le point de vue des élèves – Groupe 102, école du Grand-Rocher (cohorte de première année 2022).....</i>	<i>44</i>
<i>Le point de vue d’une enseignante — Guylaine Froment.....</i>	<i>45</i>
<i>Le point de vue de la directrice — Stéphanie Bouvrette.....</i>	<i>45</i>
<i>Le point de vue des techniciennes en éducation spécialisée de l’école — Catherine Bourque et Annie Trudel.....</i>	<i>45</i>
<i>Le point de vue d’une psychoéducatrice — Jessica Héroux.....</i>	<i>46</i>
Annexes	49
Références	51