

LA CONNAISSANCE DE SOI

INTRODUCTION

Commençons par une petite histoire, celle de Virginie, une enseignante que j'accompagne, et qui porte désormais ses baskets à paillettes (détail qui a toute son importance, vous allez le comprendre).

Quand Virginie me contacte pour un coaching, elle ne sait plus où elle en est professionnellement. D'ailleurs, elle ne le dit pas tout de suite, mais elle se demande si elle ne doit pas changer de métier. Elle me contacte alors pour un problème de gestion de classe : gérer la diversité des élèves, poser le cadre dans une classe où elle n'est qu'à temps partiel, réussir à intéresser les élèves, mieux s'organiser, mieux préparer...

Professeure des écoles depuis plus de dix ans, titulaire de son poste sur une zone de remplacement, elle a pu voir de nombreuses écoles, de nombreuses classes, des pratiques diverses. Elle a fait et refait tous les niveaux de l'enseignement primaire, et a même enseigné en SEGPA au collège. Elle a de l'expérience, mais elle pense ne plus savoir s'y prendre. Virginie n'est plus certaine de ses choix. La gestion de classe est en réalité la partie émergée de l'iceberg. Même si enseigner était le métier de ses rêves au départ, elle ne sait plus si elle l'aime encore. Ce qui lui manque le plus... c'est son enthousiasme. Avoir envie de se lever le matin, envie

ENSEIGNER SELON SON PROFIL

de créer pour ses classes, avoir plus de patience avec ses élèves, prendre plaisir à être en classe. L'enseignante qu'elle est devenue ne lui plaît pas.

Lors de notre première séance, Virginie me parle de toutes les situations de classe qu'elle vit et où cela ne se passe pas comme elle le voudrait. Ces situations s'accumulent et engendrent une détérioration de son image d'elle-même. Alors je l'invite à me raconter toutes les situations dans lesquelles ça fonctionne, les situations où elle se sent bien en classe. J'oriente donc son attention sur ces situations et l'invite à voir qu'elles existent ! Le biais de négativité¹ l'empêchait de les voir. Elle les énumère : « Ça se passe bien quand je me permets de..., quand je laisse tomber..., quand je ne me prends pas la tête sur..., quand je m'autorise à... » Elle marque un temps d'arrêt et rit : « En fait, ça se passe bien seulement quand je fais du Virginie ! »

Virginie parle de ces situations dans un premier temps avec une légèreté qui laisse entendre qu'elle trouve ces moments insignifiants, voire non professionnels. Je lui demande alors ce qui l'empêche de « faire du Virginie » plus souvent. Elle est persuadée que ce sera moins professionnel, pas assez exigeant, que ce n'est pas ce qu'on attend d'une « bonne enseignante ». Mais qu'est-ce qu'une « bonne enseignante » ? Nouveau blanc... Bonne question ! Petit à petit, Virginie énumère les critères, les compétences qui font selon elle une bonne enseignante. Et elle se rend compte qu'elle sait faire ! Et c'est là qu'elle réalise : « En fait, avec mon poste de remplaçante, j'essaie de rentrer dans les chaussons des autres, j'essaie de faire comme eux, alors que moi, j'ai des baskets à paillettes ! »

Elle se reconnecte à toutes les compétences qu'elle a acquises au fil des années, à toutes les expériences d'efficacité, à son aptitude à s'adapter, à sa capacité à apporter du « peps » en classe, à sa facilité à faire passer les notions autrement, et également à son

1. Le biais de négativité est un biais cognitif (voir p. 41).

professionnalisme et à son besoin d'exigence qui font qu'elle veut faire progresser ses élèves et qu'elle peut le faire même en portant ses baskets à paillettes.

Vous aurez compris que les baskets à paillettes, ici, ne sont que la métaphore (ou l'allégorie) de son audace et de sa singularité. L'histoire de Virginie, c'est finalement l'histoire d'une enseignante qui se découvre, qui prend conscience de qui elle est, de ses forces, de ses compétences et qui apprend petit à petit à s'affirmer dans sa pratique, à voir qu'elle a toutes les compétences requises, à assumer son propre style, à oser se distinguer et être performante à sa façon. Bref, Virginie a pu mieux se connaître. Et c'est ce que je propose dans ce livre.

La prise de conscience de Virginie n'a été que le point de départ de notre accompagnement. Nous avons continué de travailler ensemble sur la manière dont elle pourrait intégrer cela au quotidien : comment peut-elle continuer de voir ses points d'appui ? Comment peut-elle identifier ses forces² ? Comment peut-elle tirer profit de ses points d'appui et forces pour continuer d'avancer, de progresser ? Je ne vous raconterai pas la suite de l'histoire, parce qu'elle n'est pas terminée et que la connaissance de soi ne se termine jamais.

Je terminerai simplement cette histoire en partageant avec vous ce que Virginie³ m'a dit quelques semaines plus tard, lors de notre séance suivante : « Je suis soulagée, je comprends maintenant que je peux être qui je suis et être une "bonne" enseignante. Ça fonctionne beaucoup mieux quand je fais à ma façon. En fait, je pensais à une reconversion, mais c'est un peu comme si je faisais une reconversion, mais à l'intérieur même de mon métier. »

2. Les forces font l'objet d'une partie du livre (voir les forces de caractère p. 67).

3. Je remercie Virginie de m'avoir autorisée à partager une partie de son histoire. Son prénom et tous les autres prénoms de cet ouvrage sont modifiés pour préserver l'anonymat des personnes concernées.

J'espère que ce livre vous permettra d'avoir vous aussi des prises de conscience, une meilleure connaissance de l'enseignant ou de l'enseignante⁴ que vous êtes et qu'il augmentera votre niveau d'enthousiasme.

Vous pouvez lire ce livre dans l'ordre prévu par la table des matières, mais vous pouvez tout aussi bien vous autoriser à aller directement consulter les parties qui vous parlent le plus, faire des allées et venues au gré de vos envies et de vos besoins⁵. Si cela peut vous déculpabiliser, je l'ai écrit dans le désordre !

J'ENSEIGNE COMME JE SUIS... MAIS QUI SUIS-JE ?

« Venez comme vous êtes ! », dit le célèbre slogan. Ce n'est pas le slogan de recrutement des profs... Pourtant, même si nous nous efforçons d'être « les enseignantes que nous imaginons que nous devons être », nous ne pouvons pas faire autrement que de venir comme nous sommes. D'ailleurs, même cet idéal professionnel que nous essayons d'atteindre dépend de qui nous sommes, de nos représentations, de ce qui nous anime, etc.

Notre identité intervient dans chaque choix, chaque décision, chaque arbitrage. Elle intervient également dans la façon dont nous interagissons avec nos élèves, nos collègues, dans la façon dont nous vivons les événements, dans notre façon d'incarner le cadre et d'adopter notre posture d'autorité.

Il y a pourtant un cadre institutionnel commun, me direz-vous. Chaque personne lit les situations de façon différente, et nous

4. Par souci de fluidité et compte tenu de la prédominance des femmes dans le corps enseignant, j'ai majoritairement utilisé le féminin dans cet ouvrage, bien que mon propos s'adresse évidemment à toutes et tous.

5. Droits n^{os} 2 et 8 du lecteur selon Daniel Pennac.

interprétons le cadre à l'aune de ce que nous sommes (et des valeurs qui nous animent). N'est-ce pas une partie de ce qui fonde le principe de « liberté pédagogique » ? Quand nous la brandissons avec ardeur, ne sommes-nous pas en train de crier « laissez-moi être l'enseignante que je suis » ?

Parce que oui : j'enseigne comme je suis... avec mes valeurs, mes émotions, mes croyances, mes pensées, mes motivations, mes aspirations, mes peurs, mes exigences, mes dadas, mon mode de fonctionnement...

De plus, le cadre institutionnel et les différentes injonctions ministérielles sont parfois si forts que nous nous focalisons sur la façon d'y répondre, d'avancer et de « faire le programme » sans envisager ni mesurer le poids de l'incarnation de ce programme. Ces programmes sont mouvants au gré des changements politiques et des priorités ministérielles. Afin de ne pas s'y perdre, il est important de trouver notre part d'immuable et d'inébranlable pour y tracer notre propre chemin.

*Connaître les autres, c'est sagesse. Se connaître
soi-même, c'est sagesse supérieure.*

— Lao-tseu, philosophe chinois
(VI^e-V^e siècle av. J.-C.).

J'enseigne comme je suis, mais qui suis-je ? Telle est la question ! Il n'est pas toujours aisé de se définir, de se comprendre. C'est le travail d'une vie. Mais chaque fois que nous nous comprenons un peu plus, nous pouvons faire des choix qui nous conviennent de mieux en mieux. Et cela nous permet également de mieux comprendre les autres.

C'est pour cette raison que la connaissance de soi est essentielle pour se développer professionnellement et durablement quand on enseigne.

LES ENJEUX DE LA CONNAISSANCE DE SOI

J'accompagne des enseignants et des enseignantes depuis 2014. D'abord comme formatrice, dans le cadre de leur formation initiale et continue ; et depuis 2020 comme coach professionnelle. Le coaching est une relation d'accompagnement, un espace de développement professionnel et personnel, de prise de recul pour permettre aux personnes de clarifier des situations professionnelles, d'initier ou de vivre des changements.

Lors des séances de coaching individuel, j'écoute activement les personnes que je suis, je les accompagne dans leurs questionnements, je les aide à mieux se connaître et à identifier les solutions les plus appropriées à *leur* situation.

Nous passons en général une heure à simplement clarifier la situation et définir l'objectif du coaching. L'idée n'est pas de les emmener où je veux, mais de leur permettre d'aller où elles veulent aller, selon ce qu'elles sont. Le coaching d'enseignantes est donc à la fois identitaire et « orienté solution » (comme on l'entend dans le jargon des coachs). C'est-à-dire qu'il permet à la fois de se (re)découvrir en tant que personne et professionnelle, et de trouver des solutions qui soient en accord avec ce qu'on est.

« Trouver de la sérénité dans ma vie de prof », « réussir à faire à ma façon », « trouver comment poser mon cadre », « savoir si je continue ou si je change », « retrouver de la joie dans ma pratique », « me sentir capable »... Telles sont les demandes d'enseignantes lors des coachings.

Enseigner requiert un ensemble de compétences didactiques et pédagogiques, mais il y a autre chose. Enseigner, c'est bien plus que cela, comme je le disais déjà dans mon livre sur la gestion de classe : « Gérer une classe, c'est gérer mille choses. » Mais au-delà de l'*agir*, enseigner c'est aussi *être* une enseignante.

Relisez cette phrase en pensant à la distinction qu'il y a entre **enseigner** et **être enseignante**.

Enseigner évoque l'action. C'est ce que nous faisons lorsque nous enseignons. Quand j'utilise le verbe **être**, j'insiste sur l'état, sur l'identité, sur la personne. *Être*... verbe ou nom. Il y a ce que je fais quand j'enseigne et ce que je suis. Les deux sont interconnectés et influent l'un sur l'autre.

Être enseignante, c'est remettre de la conscience dans sa personne, de l'individu. C'est mettre en avant le fait que notre personne est aussi au centre de notre pratique professionnelle. Notre caractère, nos émotions, notre mode de fonctionnement personnel interviennent dans notre pratique. Et s'il y a des gestes professionnels communs et des compétences communes à toutes les professionnelles de l'enseignement, notre façon de les mobiliser nous est propre et diffère d'une personne à une autre.

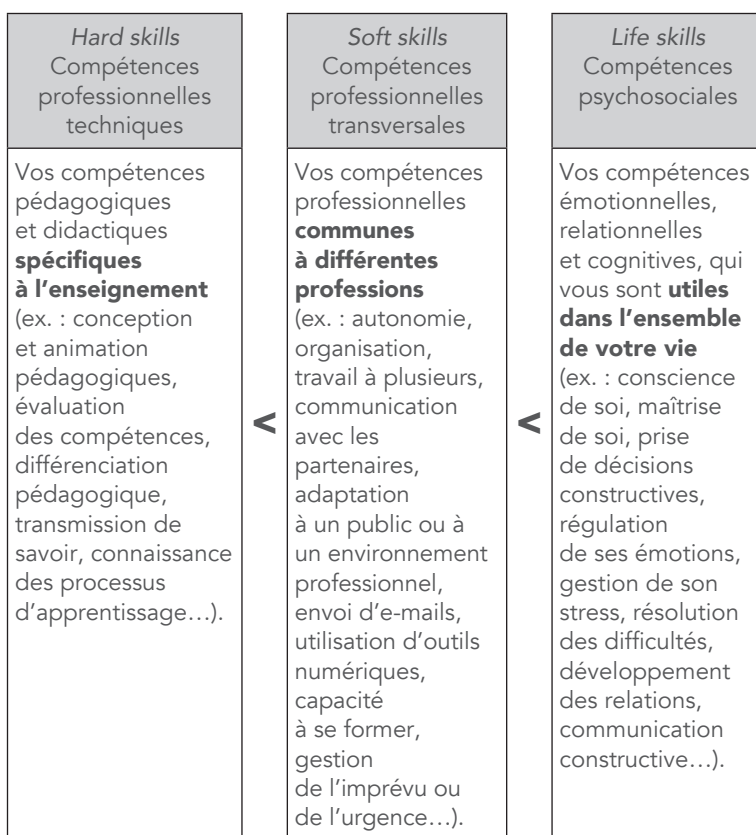
Votre façon de vous organiser n'est pas la même que celle de vos collègues. Ce qui vous motive, ce qui vous anime, ce qui vous rebute, ce qui vous effraie diffèrent de vos collègues. Les émotions qui guident vos choix, la représentation que vous vous faites de vous, de vos compétences, de l'enseignante que vous voulez être, vous est propre.

Par conséquent, enseigner ne dépend pas seulement de compétences techniques, didactiques et pédagogiques (parfois appelées *hard skills* dans le monde de l'entreprise). Enseigner, c'est aussi être enseignante, et cela nécessite des compétences transverses qui seront le liant de ces compétences techniques.

Parmi elles, il y a d'une part vos compétences transversales liées à la dimension professionnelle mais qui ne sont pas spécifiques à l'enseignement puisqu'on les retrouve dans tous les métiers (s'organiser, travailler à plusieurs, communiquer, envoyer des e-mails...). On parle alors de *soft skills* (« compétences douces ») dans le monde professionnel. Et il y a d'autre part celles qui ne sont pas liées seulement à la vie professionnelle, mais davantage à la personne et à la vie en général (*life skills*) : les compétences émotionnelles, relationnelles et cognitives – ces compétences

ENSEIGNER SELON SON PROFIL

qui nous permettent au quotidien de faire face aux différentes situations de vie. Toutes ces capacités, toutes ces compétences de vie sont imbriquées et reliées entre elles. Elles sont appelées « compétences psychosociales » (CPS) et ont été définies et promues par l'OMS dès 1986.



Vous avez sûrement beaucoup entendu parler des CPS en direction des élèves : on sait qu'elles sont prédictives et déterminantes dans la réussite scolaire, dans le maintien du bien-être, de la santé mentale et dans la prévention des conduites à risque. Elles nécessitent

d'être enseignées aux élèves. Il en existe un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes qui fait état des connaissances sur le sujet⁶.

Ces compétences se développent tout au long de la vie et ne concernent donc pas seulement les élèves : elles concernent également les adultes qui encadrent ces élèves et qui devront les aider à développer ces compétences psychosociales. Elles vous concernent, vous, en tant qu'enseignante.

Comment accompagner efficacement les élèves dans le développement de leurs CPS sans avoir conscience de ce qui se joue en moi, pour moi ?

Je fais le pari qu'en accompagnant le développement des CPS des enseignantes, on améliore par ricochet le développement des CPS des enfants.

Mais il y a un autre enjeu, et pas des moindres : la question du bien-être professionnel des enseignantes. Le développement des CPS joue un rôle dans leur réussite professionnelle (au même titre que dans la réussite scolaire des élèves).

Nous avons besoin d'avoir des professionnelles de l'enseignement épanouies, en forme, en bonne santé mentale. Nous avons besoin d'enseignantes tout court. Il y a donc un enjeu de société à faire en sorte que les enseignantes puissent durer, se préserver, bien vivre leur profession.

Connaître l'existence des CPS, en prendre conscience, permet de regagner du pouvoir sur nos actions, nos décisions, notre manière de voir les choses. Quand nous prenons conscience de ce qu'il se passe, nous pouvons mieux agir et avoir un impact. C'est pour cela que la connaissance de soi me semble être un levier à

6. Béatrice Lamboy et al., *Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes. Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021*, État des connaissances, 2022.

ENSEIGNER SELON SON PROFIL

actionner pour retrouver du mieux-être dans sa vie professionnelle d'enseignante.

Je vous propose donc, à travers cet ouvrage, des pistes de réflexion, des grilles de lecture, des clés de compréhension de soi (et des autres) pour mieux vous connaître et reconstituer votre « profil de prof ».

Il s'agira de vous amener à réfléchir sur ce qui fait votre identité professionnelle en fonction de qui vous êtes. Il est donc question de prendre conscience des différentes facettes de votre personne, qui font de vous la prof que vous êtes.

C'est en identifiant vos goûts, vos centres d'intérêt, vos forces que vous saurez mieux arbitrer et faire des choix en classe et autour de la classe. En sachant comment exprimer et partager vos goûts, vos appétences, vos préférences, vos passions, vous accepterez mieux votre unicité et pourrez également mieux communiquer avec vos collègues ou avec les parents d'élèves. Vous pourrez enfin mieux vous positionner, vous affirmer et faire preuve de plus d'assertivité.

Une meilleure connaissance de nous, de nos forces et faiblesses, de nos appétences et aversion, nous permet également de renforcer une image positive de nous-mêmes, de notre pratique, de nos réussites. Cela renforce notre estime de nous, notre sentiment de compétence, et donc de sécurité : je me sens compétente, je sais que j'ai la capacité d'agir et de trouver des solutions, je sais où et comment je suis efficace, donc je me sens à ma place professionnellement, en sécurité et prête à faire face à différentes situations.

Développer sa connaissance de soi, quand on enseigne, permet également d'accroître la conscience de soi. Conscience de soi et connaissance de soi sont deux notions liées et proches qui nous permettent de mieux nous comprendre.

LA CONSCIENCE DE SOI

C'est le fait d'avoir conscience de ce que nous ressentons, de ce que nous vivons, de nos émotions et de savoir sur quelles ressources nous pouvons nous appuyer dans une situation donnée. La conscience de soi permet de penser ce que nous vivons. Elle s'appuie donc sur la connaissance de soi. Nous faisons preuve de conscience de soi lorsque notre attention est portée sur nous-mêmes. Nous prenons des informations sensorielles, cognitives, émotionnelles. Nous prenons conscience de ce qui n'est pas accessible aux autres personnes (conscience de soi privée), mais nous pouvons aussi prendre conscience de ce qui est perceptible par l'extérieur et que nous ne voyons pas forcément de l'intérieur (aspect physique, image publique).

La conscience de soi peut se faire en temps réel. C'est-à-dire que, dans l'instant, nous prenons conscience de notre état, de nos pensées et de nos émotions. Elle est importante, car elle nous permet de nous réguler.

Par exemple, vous êtes en classe, et vous reconnaissez les signes de l'énerverment. Peut-être qu'il s'agit de signes physiques (vos joues chauffent ou votre cœur s'accélère...), peut-être qu'il s'agit de l'environnement (le bruit augmente, un élève vous répond, un imprévu survient...). La conscience de soi est ce qui vous permet à ce moment-là de vous en rendre compte avant de sortir de vos gonds et d'atteindre le point de non-retour. En fonction du jour, du contexte, de votre état (fatigue, humeur), dont vous avez conscience, vous pourrez déterminer si vous êtes en mesure de vous apaiser, de supporter la situation ou de trouver un autre plan. Et si vous vous connaissez, si vous savez ce que signifient pour vous les signes que vous ressentez dans votre corps, si vous savez ce qui peut vous aider à faire redescendre la pression, ou bien que vous savez quelles situations éviter, vous pouvez trouver en vous les ressources pour gérer autrement et de manière plus favorable la situation.

ENSEIGNER SELON SON PROFIL

Voilà donc en quoi développer une meilleure connaissance de soi permet de développer une meilleure conscience de soi.

Il s'agit en quelque sorte de mettre en exergue votre propre mode d'emploi, qui vous sera utile en premier lieu pour ajuster votre pratique et vos choix. Mais il sera utile aussi aux personnes qui vous entourent professionnellement et personnellement, parce que vous pourrez leur permettre de mieux comprendre comment vous fonctionnez et comment elles peuvent interagir avec vous. Et plus largement, il vous permettra de mieux comprendre les autres, puisqu'en comprenant vos spécificités vous saurez mieux voir celles des autres.

Vous donner accès à une meilleure connaissance de vous vous permettra de vous émanciper des doxas, des injonctions et des discours les plus répandus, mais qui sont parfois des carcans. Permettre aux enseignantes de s'émanciper m'est cher et c'est ce qui m'anime dans tout ce que j'entreprends (les coachings, les podcasts, les formations...). J'entends par là que tout cela vous redonnera le pouvoir d'agir dans vos pratiques.

DOXA

En philosophie, la doxa est un ensemble de croyances et d'opinions qui représentent la pensée dominante. C'est ce qui est considéré comme « allant de soi » sans être questionné ou remis en cause. Dans la philosophie grecque, notamment pour Platon, la doxa est une connaissance imparfaite, une opinion partagée par la majorité, mais qui n'a pas forcément de base scientifique ou rationnelle. Elle s'oppose pour lui au *logos* (la raison) et à l'*épistémè* (la science).

Aujourd'hui, on utilise ce terme pour désigner les croyances largement partagées influencées par des facteurs culturels, sociaux ou politiques. C'est le cas de certaines pratiques pédagogiques ou de fonctionnements d'équipe, parce que « tout le monde fait comme ça ».

Ce livre est donc un livre réflexif qui nécessitera parfois que vous en interrompiez la lecture pour faire un peu d'introspection. C'est aussi un livre qui vous propose des pistes pour renforcer certaines compétences ou pour mettre en place des actions. Je vous suggère alors de prévoir un support qui vous permettra de consigner vos notes, vos réflexions, vos prises de conscience.

Quel serait ce support qui vous conviendrait le mieux ?

Voilà une première réflexion que je vous propose d'explorer. Je pourrais vous vanter les mérites de l'écriture manuscrite, la praticité d'un support numérique... mais chaque personne a sa préférence. Et peut-être que vous préférez ne pas en avoir. Il est même possible que vous préféreriez essayer plusieurs supports avant de faire votre choix. Toutes ces réflexions sont valables et vous sont propres. Quel critère vous permettra de faire votre choix ?

Liberté, praticité, accessibilité, beauté, pérennité ?

MIEUX SE CONNAÎTRE POUR DURER

J'évoquais précédemment la question de la durabilité. En prenant conscience de ce qui est important pour vous, de ce dont vous avez besoin pour maintenir un niveau de sérénité suffisant dans votre vie, vous pourrez mettre en œuvre ce qui pourra vous soutenir sur la durée, pour rester motivée, pour vous préserver.

Prendre le temps de se redécouvrir, de se remémorer le pourquoi de notre mission, nous permet dans bien des situations de nous repositionner, de mettre à distance ce qui n'est finalement pas si important, de résister ou de laisser aller.

Mieux se connaître aide également à mieux faire face aux injonctions. Quand on enseigne, les injonctions sont multiples. Il y a des injonctions institutionnelles auxquelles on ne peut pas forcément se soustraire, mais qui ne se mettront pas en œuvre de

la même façon selon qui l'on est. Nous sommes aussi en proie à des injonctions sociétales qui pèsent parfois sur nos choix et nous empêchent d'être nous-mêmes. Il y a également des injonctions que nous nous infligeons à nous-mêmes à cause de nos croyances (ces représentations que nous ne remettons pas en cause). Quand je me connais mieux, je peux identifier et interroger certaines injonctions et me demander si elles me conviennent, si je les laisse avoir de l'influence sur moi ou pas. Je peux me demander si ce ne sont que des injonctions ou si j'y adhère vraiment et que je me les approprie.

Mieux se connaître et développer la conscience de soi sont des atouts essentiels pour une gestion de classe efficace. En effet, cette gestion implique de maîtriser les attentes institutionnelles, de faire face aux injonctions, de s'organiser avec rigueur, de poser un cadre clair, de choisir la posture professionnelle adaptée à chaque situation et de savoir collaborer avec ses collègues. Nous explorerons également en quoi la connaissance de soi et la gestion des émotions peuvent non seulement faciliter la gestion de classe, mais aussi améliorer la dynamique de travail en équipe.

Tout au long de ce livre, je vous proposerai des exercices réflexifs qui mobiliseront votre capacité à réfléchir sur vos propres pensées, vos actions et votre façon de fonctionner. En prenant conscience de la manière dont nous pensons, réagissons et agissons, nous devenons plus aptes à ajuster nos comportements, à prendre du recul sur nos pratiques et à affiner notre posture professionnelle. En vous mettant dans cette posture de métacognition, ces exercices vous inviteront à analyser vos expériences, à questionner vos habitudes et à explorer vos propres mécanismes de fonctionnement, que ce soit en classe ou dans vos interactions professionnelles. Cette réflexion active vous permettra de mieux comprendre vos forces et vos axes d'amélioration, vous aidant ainsi à adopter une posture plus consciente et efficace.

MÉTACOGNITION

La métacognition, c'est ce qui nous permet de penser sur les pensées (les nôtres, mais aussi celles de nos élèves dans le cadre des apprentissages). C'est l'acte de pensée que nous réalisons quand nous réfléchissons à notre façon de penser, de raisonner. Elle nous permet de nous réguler : définir des objectifs, planifier, contrôler, réévaluer, réajuster. En pédagogie, la métacognition est une capacité qu'il est essentiel de développer chez nos élèves, car elle est prédictive de réussite scolaire⁷. Notre rôle d'enseignante est de mettre des mots sur nos pensées (penser à voix haute), sur les processus réflexifs et sur les procédures pour les rendre explicites. Pour aider les élèves à développer leurs capacités métacognitives, nous leur posons des questions, nous les poussons à réfléchir, nous leur faisons des *feedbacks*.

» QU'EST-CE QUE LA POSTURE QUAND ON ENSEIGNE ?

Doit-on parler d'une posture ou de postures quand on évoque la posture professionnelle enseignante ?

POSTURE

Le mot *posture* renvoie d'abord à une position du corps dans l'espace, mais il évoque également une attitude adoptée pour donner une certaine image de soi dans un contexte. Dans le contexte

7. Article sur la métacognition et la réussite des élèves (2006) : <https://www.cahiers-pedagogiques.com/metacognition-et-reussite-des-eleves/>

ENSEIGNER SELON SON PROFIL

professionnel d'enseignement, il s'agit alors de l'ensemble de nos attitudes et comportements qui vont influencer nos choix, nos actions. Notre posture traduit notre état mental et notre façon de concevoir le métier. De nombreux paramètres influencent notre posture : les représentations sociétales du métier, nos représentations personnelles, nos intentions, notre vécu, nos habitudes, notre style d'enseignement, notre personnalité...

Les postures sont nos manières de penser, de dire et de faire. Il y a des postures que nous adoptons toutes en tant qu'enseignantes dans le cadre des enseignements, de manière plus ou moins consciente et intentionnelle (voir par exemple les postures enseignantes de Dominique Bucheton que j'ai déjà évoquées dans mon ouvrage sur la gestion de classe⁸). Mais la posture d'enseignante que nous revêtons au quotidien varie aussi en fonction de nombreux traits plus individuels.

Notre posture est donc aussi plus largement notre façon d'être enseignantes. Apprendre à nous connaître en tant qu'enseignantes nous permet de « mettre au jour notre posture », notre identité professionnelle.

Elle contribue largement à notre développement professionnel, à l'évolution de nos pratiques, à notre capacité à nous adapter et à nous autonomiser dans nos pratiques. Cela nous permet de prendre conscience de ce qui est universel en termes de gestes professionnels et de ce qui nous est davantage propre et qui relèverait de notre style, de notre profil.

8. Émilie Le Phat Tan, *Gestion de classe, mode d'emploi ?*, Éditions de l'Étudiant, 2023.