

# LA GESTION DES ÉMOTIONS AU CŒUR D'UNE GESTION DE CLASSE EFFICACE

Pour les enseignants et les intervenants



## Objectifs

1. Mettre en évidence la place des émotions du personnel scolaire dans leur gestion de classe
2. Présenter quelques moyens à explorer pour gérer ses émotions lors d'interventions en classe

## Capsules de formation



### CAPSULE 1

[La gestion des émotions au cœur d'une gestion de classe efficace](#)

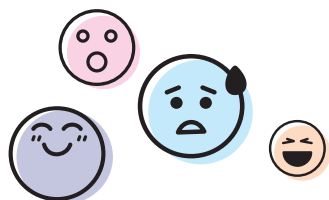
## Ressources portant sur la gestion de classe

Couture, C. (2012). Comment établir et conserver une relation de qualité avec un élève dérangeant? *La foucade*, 12(2), 10-12. <https://cqjdc.org/storage/publications/foucade/65eccaffdcbec47975089022a828a7e5.pdf>

Gaudreau, N. (2015). Prévenir l'indiscipline par une gestion de classe efficace. *La foucade*, 15(2), 3-4. <https://cqjdc.org/storage/publications/foucade/ef62cc558c812fc859da998d56139187.pdf>

Gaudreau, N. et Duchaine, M.-P. (2020). *Fiche d'autoévaluation des pratiques universelles visant à prévenir l'émergence des problèmes de comportement en classe traditionnelle et virtuelle*. Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC). <https://cqjdc.org/storage/publications/outils/787c43145e21993f4f1bbcb-c219e1fb8.pdf>

[En anglais : [https://fondationjasminroy.com/app/uploads/2020/10/FJRSD-COFFRE-a%C4%9A-OUTIL-Autoe%C4%9B-valuation-Intervenant2\\_AN-C3.pdf](https://fondationjasminroy.com/app/uploads/2020/10/FJRSD-COFFRE-a%C4%9A-OUTIL-Autoe%C4%9B-valuation-Intervenant2_AN-C3.pdf)]



Gaudreau, N. et Duchaine, M.-P. (2020). *Fiche d'autoévaluation : gérer les problèmes de comportement (en mode présentiel ou à distance)*. Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC).  
<https://cqjdc.org/storage/publications/outils/3fdaddcb0d3b9f7bec304866647646b4.pdf>  
[En anglais : à venir]

Gaudreau, N. et Duchaine, M.-P. (2020). *L'influence de ses pratiques de gestion de classe sur la conduite des élèves*. Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC).  
<https://cqjdc.org/storage/publications/outils/9dd7450ec7dfe549adeca380f6fda9fc.pdf>  
[En anglais : [https://fondationjasminroy.com/app/uploads/2020/09/FJRSD-COFFRE-a%CC%80-OUTIL-Influence-Inter-venants\\_AN-C.pdf](https://fondationjasminroy.com/app/uploads/2020/09/FJRSD-COFFRE-a%CC%80-OUTIL-Influence-Inter-venants_AN-C.pdf)]

Tremblay, P. (2014). Effets du coenseignement sur la gestion de classe et les comportements des élèves. *La foucade*, 15(1), 9-11. <https://cqjdc.org/storage/publications/foucade/5b16f22ff1c7684f68c184254c7b3e4a.pdf>

## Ressources portant sur la gestion des émotions

Desruisseaux, M., Massé, L., Veillet, M. et Bacon, D. (2021). Est-ce que je gère bien mes émotions? Dans Bacon, D., Massé, L., Veillet, M., Levesque, V. et Couture, C. (dir.). *Intervenir auprès des groupes difficiles au secondaire : Guide d'accompagnement des enseignants*. Direction régionale du MELSQ, Mauricie Centre-du-Québec. [www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F1](http://www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F1)

Desruisseaux, M., Massé, L., Veillet, M. et Bacon, D. (2021). Chasser les pensées toxiques. Dans Bacon, D., Massé, L., Veillet, M., Levesque, V. et Couture, C. (dir.). *Intervenir auprès des groupes difficiles au secondaire : Guide d'accompagnement des enseignants*. Direction régionale du MELSQ, Mauricie Centre-du-Québec. [www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F3](http://www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F3)

Desruisseaux, M., Massé, L., Veillet, M. et Bacon, D. (2021). Pour être « zen ». Dans Bacon, D., Massé, L., Veillet, M., Levesque, V. et Couture, C. (dir.). *Intervenir auprès des groupes difficiles au secondaire : Guide d'accompagnement des enseignants*. Direction régionale du MELSQ, Mauricie Centre-du-Québec. [www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F4](http://www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F4)

Leduc, J. (s.d.). *Série vidéo Bien ensemble et avec soi*. Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale. <https://sway.office.com/906CIFJun9ul9Z3U?ref=Link&loc=play>  
Voir plus particulièrement les capsules suivantes : capsule 2 L'intelligence du cœur, capsule 5 Le décodage sentiment-besoin, capsule 8 Mon thermomètre interne et capsule 9 L'impact de mes pensées.

Massé, L., Desruisseaux, M., Veillet, M. et Bacon, D. (2021). Pour faire baisser la pression. Dans Bacon, D., Massé, L., Veillet, M., Levesque, V. et Couture, C. (dir.). *Intervenir auprès des groupes difficiles au secondaire : Guide d'accompagnement des enseignants*. Direction régionale du MELSQ, Mauricie Centre-du-Québec. [www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F5](http://www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F5)

Massé, L., Desruisseaux, M., Veillet, M. et Bacon, D. (2021). Bien exprimer ses émotions. Dans Bacon, D., Massé, L., Veillet, M., Levesque, V. et Couture, C. (dir.). *Intervenir auprès des groupes difficiles au secondaire : Guide d'accompagnement des enseignants*. Direction régionale du MELSQ, Mauricie Centre-du-Québec. [www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F6](http://www.uqtr.ca/laridape/gererseemotions-F6)



Massé, L., Desruisseaux, M., Veillet, M. et Bacon, D. (2021). Mes pensées toxiques. Dans Bacon, D., Massé, L., Veillet, M., Levesque, V. et Couture, C. (dir.). *Intervenir auprès des groupes difficiles au secondaire : Guide d'accompagnement des enseignants*. Direction régionale du MELSQ, Mauricie Centre-du-Québec. [www.uqtr.ca/laridape/gererse-motions-F2](http://www.uqtr.ca/laridape/gererse-motions-F2)

Sanfaçon, C. et Dubois, J. (2020). *Aider sans se brûler : être en relation d'aide*. Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC). <https://cqjdc.org/storage/publications/outils/80fd99c-70f7036e1204c680832050784.pdf>

[En anglais : <https://fondationjasminroy.com/app/uploads/2020/09/FJRSD-COFFRE-a%CC%80-OUTIL-Aider-sans-se-brulerAN-C.pdf>]

---

## Auteur



### Vincent Bernier, Ph. D.

Professeur au Département de didactique, Université du Québec à Montréal

Membre expert du Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement

Détenteur d'un doctorat en psychopédagogie, Vincent Bernier est professeur au département de didactique de l'Université du Québec à Montréal. Il est chercheur au Laboratoire international sur l'inclusion scolaire (LISIS) et au Laboratoire de recherche et d'intervention sur les difficultés d'adaptation psychosociale à l'école (LARIDAPE). Ses intérêts de recherche portent principalement sur les pratiques de gestion de classe des enseignants ainsi que sur les perceptions des élèves. Il s'intéresse également à l'inclusion et à l'expérience scolaire des élèves présentant des difficultés de comportement, à l'établissement des plans d'intervention et à la recherche axée sur les jeunes. Pour plus d'informations : <https://professeurs.uqam.ca/professeur/bernier.vincent/>

---

Ce projet s'inscrit dans la *Stratégie entraide éducative et bien-être à l'école* du ministère de l'Éducation du Québec avec le soutien financier de

Québec 



**CQJDC**

COMITÉ QUÉBÉCOIS POUR LES JEUNES  
EN DIFFICULTÉ DE COMPORTEMENT