# Chapitre 2 Avoir et exprimer des sentiments et des émotions

## La logique du chapitre

Si ce chapitre est consacré à la véritable nouveauté du programme d'enseignement moral et civique par rapport à l'ancienne éducation civique, les différentes entrées s'appuient quant à elles sur des démarches connues, avec en particulier le choix donné à une grande dimension artistique. L'ouverture transdisciplinaire, sur les arts, l'éducation physique et sportive ou encore le théâtre, fait écho à l'ancienne épreuve d'histoire des arts. Ce chapitre aspire au demeurant à rester proche du quotidien des élèves avec, d'une part, le travail par rapport à des émotions/sentiments de jeunes adolescents et, d'autre part, le choix de documents d'actualité (manifestations suite aux attentats de janvier 2015, mobilisation dans un établissement contre l'expulsion de deux élèves…).

## Pour aller plus loin

### Bibliographie


- Katherine Pancol, *Katherine Pancol présente 21 textes sur le sentiment amoureux*, Magnard, 2016.
- Claire d'Harcourt, *Des larmes au rire, Les émotions et les sentiments dans l'art*, Seuil, 2006.
- Antonio R. Damasio, *Spinoza avait raison : joie et tristesse, le cerveau des émotions*, Éditions Odile Jacob, 2008.
- Antonio R. Damasio, *L'autre moi-même : les nouvelles cartes du cerveau, de la conscience et des émotions*, Éditions Odile Jacob, 2012.
- Olivier Luminet, « Les émotions : des facettes inépuisables », in *Les Grands Dossiers des sciences humaines* (n° 42), mars 2016 (pp. 19-21).
- Claudine Leleux, Chloé Rocourt, Jan Lantier, *Développer l'autonomie affective de 5 à 14 ans*, Éditions De Boeck, 2014.
- Pascal Jean, « L'Éducation à l'empathie aide à apprendre », in *Acteurs de la vie scolaire* (n° 080), octobre 2016 (p. 9).


### P. 348-349 OUVERTURE

#### Doc. 1 *Vice-Versa. Qui sont les petites voix qui vous prennent la tête ?* (2015)

En 2015, les studios d'animation Pixar produisent un film qui rencontre un vif succès. *Vice-Versa* plonge le spectateur dans le cerveau d'une jeune fille, au sein duquel les émotions (joie, peur, colère, tristesse et dégoût) sont incarnées par de petits personnages qui interagissent avec vivacité. Les transformations du passage de l'enfance à l'adolescence sont illustrées de manière imagée et sensible à la fois.

#### Doc. 2 « Nous sommes Charlie »

Cette photographie d'une manifestation populaire en faveur de la liberté d'expression le 11 janvier 2015, après les attentats terroristes des 7 et 9 du même mois, représente l'expression collective d'un sentiment. Le besoin de se rassembler et de dire ensemble son attachement à des libertés a réuni plusieurs millions de Français autour du slogan « Nous sommes Charlie », c'est-à-dire nous nous reconnaissons dans la défense de la liberté d'expression.

#### RÉPONSE AUX QUESTIONS

**1.** Le « Quartier Cérébral » est le cerveau de l'héroïne Riley : plusieurs sentiments incarnés par des personnages comme la Joie, la Peur, la Colère, la Tristesse et le Dégoût, commandent tour à tour le cerveau, « quartier général » du corps.

**2.** Ces personnes défilent dans la rue pour manifester leur émotion après les attentats de janvier 2015 et pour témoigner de leur soutien et de leur solidarité envers les victimes. Cette manifestation collective permet à ces personnes de se rassembler et d'exprimer des sentiments (la colère, la tristesse…) face à des événements tragiques.

#### Le Coin Philo

L'encadrement par un service d'ordre, qu'il soit public (police) ou privé (vigiles), permet d'éviter que certains rassemblements dégénèrent. En effet, les manifestations politiques et les rassemblements de foule peuvent présenter des risques de dérive vers une violence imprévue et incontrôlée. Il ne s'agit bien évidemment pas d'une fatalité et l'intensité du risque varie en fonction de la nature du

rassemblement. L'existence du risque implique cependant de le maîtriser par un service d'ordre, qui n'est pas là pour orienter les personnes qui se rassemblent, mais pour les protéger des risques de dérive violente.

## P. 350-351 JE CONSTRUIS MON JUGEMENT L'ART EXPRIME DES SENTIMENTS ET DES ÉMOTIONS

L'art a été choisi comme entrée pour aborder la diversité des sentiments et des émotions. L'accent a été mis non seulement sur la diversité des œuvres étudiées, mais aussi sur leur capacité à faire réagir les collégiens. Les quatre premiers documents, iconographiques, doivent appuyer la définition des principaux sentiments, en lien ou non avec le doc. 1 d'ouverture du chapitre : à travers ces œuvres et l'analyse des choix des artistes, c'est aussi la sensibilité des élèves qui est encouragée. Les deux derniers documents permettent une plus large réflexion : le doc. 3 particulièrement ouvre la voie à l'interprétation.
On notera la diversité des documents, issus d'époques et de civilisations différentes et faisant appel à des supports variés (gravure, sculpture, dessin, peinture, poésie…), afin de mieux mettre en évidence une forme d'universalité : l'homme s'est servi de l'art pour exprimer des sentiments et des émotions depuis qu'il a été capable de maîtriser les supports nécessaires à la trace artistique.

### RÉPONSE AUX QUESTIONS

**1. 2.** et **3.**

| | Sentiment ou émotion représentée par l'artiste | Définition | Éléments utilisés par l'artiste |
|---|---|---|---|
| Doc. 1 | Colère | Sentiment violent qui exprime un mécontentement de manière agressive | Visage fermé ; sourcils froncés ; yeux menaçants |
| Doc. 2 | Joie | Émotion agréable et profonde, sentiment exaltant | Sourire ; yeux en amande |
| Doc. 3 | Peur | Émotion qui accompagne la prise de conscience d'un danger ou d'une menace | Décor et ambiance angoissants ; expression du visage ; mains sur la tête |
| Doc. 4 | Amour | Sentiment vif qui pousse à aimer quelqu'un, à lui vouloir du bien | Couple (femme à gauche et homme à droite) enlacé et s'embrassant ; impression d'unité et d'harmonie dégagée par la sculpture |

**4.** Un petit garçon est assis dans la rue : il imite un dessin au mur représentant un petit garçon assis la tête dans ses genoux.

**5.** Le petit garçon réagit au dessin : en l'imitant, il exprime ses propres sentiments, peut-être la tristesse.

**6.** Victor Hugo s'adresse à sa fille Léopoldine qui est décédée accidentellement quatre ans auparavant.

**7.** Le poète exprime une profonde tristesse. Plusieurs passages du poème reflètent cette émotion : « triste », « je ne puis demeurer loin de toi plus longtemps », « le jour pour moi sera comme la nuit »…

**8.** Ce poème aide son auteur dans son deuil : il lui permet à la fois de manifester sa tristesse et d'honorer la mémoire de sa fille.

## P. 352-353 JE M'ENGAGE JE COMPRENDS LES ÉMOTIONS ET LES SENTIMENTS

Cette tâche complexe nécessite un travail en groupe. L'exposé commandé dans la double page du manuel peut prendre la forme d'une saynète ou d'un sketch mettant en scène un sentiment et les conflits qu'ils peuvent engendrer en collectivité.
Ces petites représentations peuvent permettre des échanges, des interactions avec le reste de la classe afin de permettre une prise de conscience autour des sentiments et des émotions : une sensibilité propre à chacun, les limites et dangers de certaines émotions, la nécessité de comprendre et de respecter l'autre, la difficulté de la vie en collectivité, l'importance de l'écoute et du dialogue…

### Doc. 1 L'émotion, une histoire de court-circuit

Charlotte Ruffault et Anne Francou font une description imagée et accessible des émotions. Dans leur *Dictionnaire des émotions*, paru en 1999, elles expliquent le rôle du cerveau dans la survenue et l'expression des émotions. Elles montrent que le fonctionnement du cerveau est relié à des *stimuli* et provoquent des réactions physiques parfois incontrôlées.

### Doc. 2 Un sentiment : être amoureux

La Cité des Sciences et de l'Industrie a présenté une exposition sur le sexe et conçue pour les enfants en 2001, en s'adjoignant le concours du dessinateur de bande dessinée Zep. Cette exposition avait pour objectif de faire comprendre à un jeune public ce que l'amour et le sexe pouvaient représenter et avoir comme conséquences sur les individus. Ici, l'utilisation du personnage Titeuf permet une mise à distance comique qui rend plus facile d'aborder à l'adolescence des sujets comme l'amour et le sexe.

### Doc. 3 Prévenir les débordements d'émotion

Le film *Avengers, l'ère d'Ultron*, sorti en 2015, met en scène un superhéros bien connu, Hulk. Celui-ci est issu d'une transformation physique et psychologique sous l'effet du stress. Ici, c'est bien une émotion qui devient incontrôlable et que la raison ne parvient pas à circonscrire et à circonvenir.

### Doc. 4 L'expression collective d'une émotion

Cette photographie illustre l'expression collective d'une émotion, celle de la colère face à une situation estimée injuste. Les personnes qui ont posé la banderole protestent contre l'expulsion vers leur pays d'origine de deux élèves en situation irrégulière.

### Le Coin Philo

Les élèves sont invités à exprimer leur expérience vécue. Le professeur veillera à permettre aux élèves de s'exprimer et de développer leur pensée, en laissant d'abord un temps à l'expression spontanée, puis en posant des questions ouvertes visant à argumenter. L'élève devra faire la distinction entre l'individu seul et l'individu dans un groupe, au sein duquel il peut se sentir plus fort, moins responsable, plus influençable… Une même situation peut être analysée par les élèves une première fois en imaginant qu'ils sont seuls face à cette situation, une seconde fois qu'ils sont tous ensemble, afin de mieux souligner les éventuelles différences de réaction et d'essayer de les expliquer. L'exercice pourra aussi être l'occasion de montrer la nécessité de contrôler certaines émotions. Il conviendra d'éviter les jugements de valeur sur l'expression des émotions et des sentiments, et de faire comprendre les compétences énoncées au début du chapitre (p. 349) : « Je comprends que chacun ne partage pas les mêmes émotions », « Je respecte les sentiments des autres » et « Je maîtrise mes émotions individuellement et collectivement ».

P. 354 JE M'EXERCE

## 2 J'explique que le corps exprime des sentiments et des émotions

**1.** Avant le début de chaque match, les All Blacks interprètent le Haka : dans cette danse guerrière traditionnelle, ils expriment par leur chant, leurs gestes et leurs expressions toute leur force, leur détermination, leur colère, afin d'impressionner leurs adversaires. Il existe plusieurs types de Haka plus ou moins violents.

**2.** La danse, le théâtre ou encore le sport sont des activités qui permettent aux individus d'interpréter et de communiquer des émotions ou des sentiments selon des règles et dans un cadre précis. Ces émotions peuvent s'exprimer aussi bien verbalement que physiquement : au théâtre, un(e) comédien(ne), tant par ses répliques que par son jeu de scène, révèle différents sentiments comme la joie, la tristesse, l'amour, la peur…

P. 355 JE CONSTRUIS MON BILAN

## 2 Je réalise un schéma

Exemples d'événements liés à des émotions :

– vos parents vous annoncent le voyage de vos rêves pour l'été prochain = joie ;

– une personne que vous aimez vous adresse un message = amour ;

– quelqu'un vous insulte = colère.