



Universidad de Valladolid

Facultad de Filosofía y Letras

Departamento de Filología Francesa y Alemana

**LE DÉVELOPPEMENT DE L'INTELLIGENCE
ÉMOTIONNELLE DANS L'ENSEIGNEMENT DU FLE**

Máster en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato,
Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas
Especialidad: Francés

Presentado por D^a Nerea Guirado Pérez

Tutelado por D^a Beatriz Coca Méndez

Valladolid, 2022/2023

RÉSUMÉ

Le processus d'apprentissage et de développement de l'intelligence émotionnelle offre à l'être humain la possibilité d'améliorer son bien-être et sa qualité de vie, tout en renforçant sa conscience de soi et sa capacité d'empathie à l'égard de son milieu. Cette capacité, combinée à l'intelligence intellectuelle, est essentielle pour s'adapter à des différentes situations et étapes de la vie, ainsi que pour atteindre des objectifs personnels. Par conséquent, ce mémoire de fin de master se concentre sur le développement de l'intelligence émotionnelle dans le contexte de l'éducation et plus particulièrement dans l'apprentissage d'une deuxième langue étrangère, en l'occurrence le français. Il explore les composantes principales de l'intelligence émotionnelle, propose diverses stratégies pour la promouvoir et suggère quelques activités à mettre en œuvre dans la classe de FLE afin d'améliorer l'apprentissage des étudiants.

Mots-clés : Intelligence émotionnelle, processus d'apprentissage, enseignement, FLE

RESUMEN

El proceso de aprender y desarrollar la inteligencia emocional ofrece al ser humano la oportunidad de mejorar su bienestar y calidad de vida, al mismo tiempo que fortalece su autoconocimiento y capacidad de empatía hacia su entorno. Esta habilidad, combinada con la inteligencia intelectual, resulta fundamental para adaptarse a diferentes situaciones y etapas de la vida, así como para alcanzar metas y objetivos personales. Por lo tanto, esta memoria de fin de Máster se centra en el desarrollo de la inteligencia emocional en el contexto de la educación y más concretamente en el aprendizaje de una segunda lengua extranjera, en este caso, el francés. En ella se desarrollan los componentes clave de la inteligencia emocional, se ofrecen diversas estrategias para fomentarla y se proponen algunas actividades para implementarlas en el aula de FLE para la mejora del aprendizaje de los estudiantes.

Palabras clave: Inteligencia emocional, proceso de aprendizaje, enseñanza, FLE

TABLE DES MATIÈRES

1. Introduction et justification	4
2. Cadre théorique	7
2.1. L'intelligence émotionnelle.....	7
2.1.1. Les antécédents de l'intelligence émotionnelle.....	7
2.1.2. De l'intelligence à l'intelligence émotionnelle	7
2.1.3. Qu'est-ce que l'intelligence émotionnelle ?.....	8
2.1.4. Principes fondamentaux de l'intelligence émotionnelle	10
2.1.5. Approche des modèles d'intelligence émotionnelle.....	11
2.2. L'importance de l'intelligence émotionnelle en contexte scolaire.....	16
2.3. Le rapport entre l'intelligence émotionnelle et l'apprentissage d'une langue étrangère	18
2.4. Stratégies pour développer et éduquer l'intelligence émotionnelle en cours.....	20
3. Application pratique en cours de FLE : Proposition d'activités	22
4. Conclusions	37
5. Bibliographie.....	39

1. Introduction et justification

L'éducation est l'un des éléments qui a le plus d'impact sur l'évolution d'une société et des personnes qui la composent ; en plus de nous apporter des connaissances, elle enrichit beaucoup d'aspects comme êtres humains, ce qui la rend indispensable dans la vie et l'épanouissement de l'homme. C'est pourquoi l'éducation est en constante évolution, afin de s'adapter aux besoins des temps nouveaux et, par conséquent, des étudiants. En ce sens, les lois ordonnant l'enseignement ne font que sanctionner l'évolution de la société. Ainsi, la Ley Orgánica 3/2020 – du 29 décembre, qui modifie la Ley Orgánica 2/2006, du 3 mai – sur l'éducation, plus connue sous la dénomination LOMLOE, représente un progrès considérable dans le système éducatif espagnol. Cette loi a incorporé des changements importants dans le cursus scolaire, ce qui a amené à une conception différente de l'éducation, dans le sens d'un enseignement personnalisé et focalisé dans le développement des compétences des élèves dans l'espoir de faciliter leurs réussites à l'école ; une éducation inclusive qui vise à répondre à la diversité des besoins de tous les apprenants ; un enseignement qui soutient l'éducation formelle et non formelle afin d'aider les étudiants à acquérir un éventail de compétences pour le plein développement de leur personnalité. C'est pourquoi il est convenable de rappeler l'importance accordée à l'éducation holistique des élèves, d'autant plus qu'elle ne repose pas uniquement sur l'acquisition de connaissances, mais qui se fait également écho du développement émotionnel, social et physique chez le jeune apprenant.

Par ailleurs, cette loi établit huit compétences fondamentales, qui vont configurer le profil des élèves à la fin de l'enseignement obligatoire. Parmi ces compétences, la compétence personnelle et sociale s'avère fondamentale, tout comme la capacité d'apprendre à apprendre ; tout cela concerne l'ensemble des aptitudes et des capacités essentielles pour que les élèves parviennent à leur épanouissement. Ainsi, le Real Decreto 217/2022, du 29 mars, consigne cela :

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo (Real Decreto, 217/2022 : 30).

C'est dans ce sens que peut être conçue l'intelligence émotionnelle. Et, plus particulièrement dans le cas du cours de français langue étrangère¹, car ce terme est bien ancré et incorporé dans le programme scolaire. En plus, il est étroitement lié à la compétence personnelle et sociale, ainsi qu'à la capacité d'apprendre à apprendre. L'intelligence émotionnelle constitue, donc, un élément fondamental de l'épanouissement de l'individu. Dans le cas précis de l'acquisition d'une langue étrangère, en l'occurrence le français, l'apprentissage d'une nouvelle langue doit dépasser l'acquisition lexicale et grammaticale. En revanche, des facteurs émotionnels chez les apprenants doivent être pris en compte, du fait qu'ils sont susceptibles d'agir sur le processus d'apprentissage.

Sous cette perspective, il paraît convenable de se poser cette question : L'intelligence émotionnelle, intervient-elle directement ou indirectement sur l'apprentissage ? De toute évidence la réponse ne peut être qu'affirmative, car elle va permettre d'identifier, de comprendre et de gérer les émotions individuelles, ainsi que celles des autres. Au-delà des conséquences sur le bien-être de l'individu, cette capacité trouve, elle aussi, sa place de préférence dans le contexte éducatif, et en particulier dans l'apprentissage des langues étrangères. Dans le cours de FLE, les élèves sont confrontés chaque jour à de nouveaux défis, qui peuvent leur provoquer de l'anxiété, du stress, de la frustration ou de la peur..., tel est le cas de l'effort demandé lorsqu'ils essaient de communiquer dans un nouvel environnement et des erreurs qui s'en suivent. En somme, le fait de travailler l'intelligence émotionnelle d'une façon optimale contribue à gérer les émotions négatives qu'ils vont rencontrer dans la classe et, de cette façon, contribue à améliorer considérablement leurs résultats scolaires.

L'apprentissage du FLE et l'intelligence émotionnelle sont étroitement liés. La conscience émotionnelle, l'autorégulation, les compétences sociales et l'empathie, proposées par Goleman (1995), s'entremêlent dans ce processus. Tout d'abord, les étudiants peuvent développer leur conscience émotionnelle par le biais de l'intelligence émotionnelle : leur capacité de reconnaître et de comprendre des émotions de tout sorte, ce qui leur permettra de les repérer dans le processus d'apprentissage et, par ailleurs, de se rendre compte comment les émotions qu'ils ressentent peuvent influencer leurs résultats scolaires et, par conséquent, de mettre en œuvre les stratégies convenables pour y faire face. Ainsi, lorsqu'un étudiant doit faire un exposé en français, s'il apprend à reconnaître les émotions qu'il éprouve au moment de son

¹ Il sera désormais désigné FLE.

exposition, il pourra se servir de différentes stratégies pour gérer la situation de la meilleure façon possible.

Ensuite, l'intelligence émotionnelle est également liée de manière significative à la compétence d'autorégulation émotionnelle. Si les élèves parviennent à réguler leurs émotions, ils seront capables de se détendre dans des situations complexes et de s'adapter immédiatement à la nouvelle situation. Dans le cas du cours de FLE, cela se reflète par le fait que les étudiants auront plus de capacités pour faire face aux défis linguistiques et communicatifs dans leurs apprentissages, ce qui peut rendre l'environnement d'apprentissage beaucoup plus souple et plus propice au développement de leurs compétences linguistiques.

D'ailleurs, l'intelligence émotionnelle intervient directement sur la capacité à établir des relations avec les autres et, qui plus est, à s'entendre avec eux. L'empathie joue, elle aussi, un rôle important dans l'environnement d'apprentissage des langues, car elle va permettre aux apprenants de comprendre les différences culturelles et de communiquer efficacement avec d'autres personnes. L'empathie encourage également la participation à des activités de groupe et favorise la coopération entre les apprenants, ce qui favorise l'apprentissage tout comme la compréhension sociale.

Ce mémoire de fin de master vise à aborder l'impact de l'intelligence émotionnelle dans le processus d'apprentissage d'une langue étrangère, dans notre cas le français. Une fois abordée cette perspective théorique, il paraît convenable de proposer une série d'activités à mettre en pratique dans le cours de FLE. Le choix de ce sujet s'inspire de l'importance accordée, à l'heure actuelle, à la gestion des émotions dans la vie quotidienne. Dans le cas précis d'une future enseignante, il est essentiel de bien comprendre l'importance de l'intelligence émotionnelle dans l'épanouissement de l'apprenant et, plus particulièrement, dans son progrès dans l'apprentissage du FLE.

2. Cadre théorique

2.1. L'intelligence émotionnelle

2.1.1. Les antécédents de l'intelligence émotionnelle

Dans la culture grecque, l'intelligence émotionnelle existait déjà. Pour les Grecs, il s'agissait d'une qualité tout à fait particulière à l'individu : la sagesse. Elle était tellement valorisée que ceux qui la personnifiaient étaient considérés des sages, appelés aussi des philosophes et reconnus socialement parce qu'ils montraient d'autres valeurs telles que la tolérance, la prudence et la patience.

À cette époque, l'équilibre émotionnel dans la vie revêtait une grande importance ; cet équilibre émotionnel était connu sous le nom de *Sophrosyne* et transcendait les bonnes et belles choses, il embrassait toutes les valeurs que l'être humain possédait (Fericgla, 2010). Mais avec l'avènement du Moyen-Âge, cette perception va changer beaucoup et est remplacée par un régime dominé par la méfiance. Le cours de l'Histoire ne va qu'accentuer ce changement de perspective, mais un nouveau changement surviendra au cours des XIX^e et XX^e siècles, lorsque l'intelligence émotionnelle est conçue à nouveau comme un moteur pour exprimer la beauté et l'amour dans la littérature et les arts. Ainsi, la capacité de comprendre et de canaliser les émotions a été de plus en plus appréciée, ce qui a conduit les écrivains et les artistes à explorer les sentiments les plus profonds des individus. L'intelligence émotionnelle a, donc, imprégné les créations artistiques de l'époque : de la poésie romantique aux courants les plus avant-gardistes (Samayoa & Márquez, 2012 : 11).

2.1.2. De l'intelligence à l'intelligence émotionnelle

Traditionnellement, l'intelligence a toujours été mesurée quantitativement à travers des aspects tels que la mémoire, le raisonnement, le raisonnement non verbal, la compréhension ou le vocabulaire. Afin d'évaluer ces aspects, des tests ont été conçus pour mesurer le coefficient intellectuel. On s'attendait à ce que les personnes ayant un coefficient intellectuel élevé soient capables de résoudre les difficultés de manière sensée, en les analysant de manière logique et argumentée (Samayoa & Márquez, 2012 : 11).

Le cadre conceptuel de l'intelligence a évolué au fur et à mesure que les différentes approches ont été présentées. Certaines d'entre elles développées en Europe à la fin du XX^e siècle par Ernst Heinrich Weber et Gustav Theodor Fechner, et en Angleterre par Francis Galton, ont servi de base pour la recherche dans le domaine de l'intelligence dans les décennies

suivantes. Pour Galton, l'intelligence peut être conçue à partir d'une base biologique et définie génétiquement. Il pensait que les individus avaient non seulement des capacités intellectuelles, mais aussi des aptitudes particulières (1894).

En 1983, un nouveau modèle est apparu lorsque Howard Gardner a consolidé l'idée que le succès dans la vie pouvait être atteint grâce à des différentes intelligences, telles que la logico-mathématique, la kinesthésique, la musicale, la spatiale, la verbale, l'interpersonnelle et l'intrapersonnelle, ou l'intrapsychique (cité par Goleman, 1998). Par ailleurs, Gardner a déclaré que l'intelligence intrapersonnelle permettait aux individus de découvrir les aspects qui résident en eux et de mieux gérer leur vie émotionnelle (1983). Sous cette perspective, Laurence Shapiro (1997) soutient que l'intelligence émotionnelle aide les individus à progresser graduellement et que leur développement personnel serait meilleur s'ils la renforçaient dès leur plus jeune âge avec l'aide de leurs parents et de leurs enseignants (1997).

Enfin, c'est en 1990 que Peter Salovey et John Mayer ont commencé à utiliser la notion d'intelligence émotionnelle et l'ont désignée comme l'ensemble des valeurs liées à la réussite dans la vie (Salovey & Mayer, 1990). Dans ce sens, Daniel Goleman publiera sa théorie sur l'intelligence émotionnelle en 1995, dans l'espoir de prouver qu'elle est plus pertinente que l'application du coefficient intellectuel dans des domaines, tels que la correction, voire la perfection, du travail, le succès dans les relations avec autrui et la santé émotionnelle.

2.1.3. Qu'est-ce que l'intelligence émotionnelle ?

Au fil des années, de nombreux auteurs ont publié leur recherche sur l'intelligence émotionnelle et, par conséquent, l'ont définie selon leur point de vue. C'est pour cette raison qu'il est convenable de faire un parcours à travers ces nombreuses définitions, afin de comprendre le concept d'intelligence émotionnelle tel que nous le connaissons de nos jours.

Tout d'abord, Hendrie Weisinger définit l'intelligence émotionnelle comme « l'utilisation intelligente des émotions de manière intentionnelle, en mettant les émotions au service de l'individu. Ces émotions permettent de guider le comportement et de penser qu'elles améliorent les résultats » (2001 : 17). Pour sa part, Howard Gardner caractérise l'intelligence émotionnelle comme « le potentiel biopsychologique de traiter les informations qui peuvent être générées dans le contexte culturel pour résoudre les problèmes » (1993 : 301). Quant à John Mayer et à Casey Cobb, ils affirment que l'intelligence émotionnelle est « la capacité à traiter les

informations émotionnelles, en particulier lorsqu'elles impliquent la perception, l'assimilation, la compréhension et la gestion des émotions » (2000 : 273).

La recherche de Mayer, Salovey et David Caruso (2000 : 109) signale un pas en avant, lorsqu'ils soutiennent que l'intelligence émotionnelle est la capacité d'un individu à traiter l'information émotionnelle de manière précise et efficace ; elle comprend, donc, la capacité de percevoir, d'assimiler, de comprendre et de contrôler les émotions. De ce point de vue, Albert Mehrabian (1996) stipule que l'intelligence émotionnelle intègre les habiletés suivantes : percevoir ses propres émotions et celles des autres ; contrôler les émotions personnelles afin de pouvoir réagir avec les émotions et l'attitude convenables à de différentes situations ; établir des liens entre les émotions et le respect et la considération des autres ; mener à terme un travail émotionnellement gratifiant ; établir une harmonie entre le travail et les loisirs.

Reuven Bar-On (1997), l'un des principaux pionniers, théoriciens et chercheurs en matière d'intelligence émotionnelle, la caractérise comme l'ensemble des capacités, aptitudes et compétences non cognitives, qui influencent la capacité d'une personne à gérer avec succès les questions concernant son environnement. En revanche, Daniel Goleman, qui a popularisé le terme d'intelligence émotionnelle avec la publication de son livre *Emotional Intelligence* en 1995, a proposé plusieurs définitions. Tout d'abord, il l'a définie comme l'ensemble des aptitudes, capacités, attitudes et compétences qui établissent le comportement, les réactions ou l'état mental d'une personne. Ensuite, il l'a redéfinie comme « la capacité des individus à reconnaître leurs propres sentiments et ceux des autres, à se motiver et à gérer les relations avec les autres individus de manière appropriée » (1995 : 89). Enfin, des années plus tard, il a reformulé sa définition précédente en affirmant que l'intelligence émotionnelle est « la capacité à reconnaître nos propres sentiments et ceux des autres, à nous motiver et à gérer les émotions en nous-mêmes et dans les relations interpersonnelles » (1998 : 98).

Après avoir compilé certaines définitions, nous pouvons conclure que l'intelligence émotionnelle comporte la manière d'interagir avec notre milieu, tout en tenant compte de nos sentiments. Elle comprend également des compétences telles que le contrôle des impulsions, la conscience de soi, la motivation, l'enthousiasme, la persévérance et l'agilité mentale. Ces caractéristiques permettent d'établir des traits de personnalité, comme l'autodiscipline, l'altruisme ou la compassion, essentiels à une bonne adaptation sociale.

2.1.4. Principes fondamentaux de l'intelligence émotionnelle

Pour développer une intelligence émotionnelle forte et efficace, il est nécessaire d'établir et de comprendre un ensemble de compétences fondamentales, comme ancrage d'une plus forte conscience émotionnelle pour la correcte gestion des émotions. Parmi ces compétences (Gómez et. al., 2000), l'on peut distinguer :

- La conscience de soi ou la capacité de se connaître soi-même, et d'identifier ses forces et ses faiblesses.
- La maîtrise de soi ou la capacité d'un individu à contrôler ses impulsions, à garder son calme et à agir consciemment pour ne pas se laisser emporter par celles-ci.
- La motivation personnelle ou la capacité de mener à terme des actions pour atteindre des objectifs sans dépendre d'une motivation externe à l'individu.
- L'empathie ou l'aptitude à comprendre la situation d'autrui.
- Les compétences sociales ou la capacité d'interagir efficacement avec les autres, tout en se servant des compétences de communication convenables, afin que l'interaction soit aussi satisfaisante que possible.
- La confiance en soi ou la capacité d'un individu à exprimer et à défendre ses opinions tout en respectant celles des autres.
- La proactivité ou la capacité de prendre l'initiative face à des situations difficiles et à assumer la responsabilité de ses actions et décisions.
- La créativité ou la capacité à percevoir le monde sous des angles différents, dans le but de faire face aux problèmes et de les saisir sous des aspects divers.

Enfin, l'ensemble des principes abordés rendra les individus plus ou moins intelligents sur le plan émotionnel. En revanche, il est convenable de remarquer que, bien que certains de ces principes soient présents, cela ne signifie pas qu'un individu possède un niveau supérieur d'intelligence émotionnelle par rapport à un autre. Par exemple, si une personne est plus créative qu'une autre, cela ne signifie pas qu'elle est plus intelligente émotionnellement, car il peut y avoir d'autres éléments en jeu, tels que la capacité de l'individu à exploiter cette créativité dans le contexte émotionnel. Par conséquent, même s'il y a un manque de créativité, celui-ci peut être compensé par une plus grande motivation personnelle, qui rendra l'individu capable à atteindre ses objectifs et à faire face aux obstacles émotionnels auxquels il est confronté (García & Giménez, 2010 : 45).

2.1.5. Approche des modèles d'intelligence émotionnelle

Afin de mieux comprendre l'intelligence émotionnelle, il est essentiel de connaître et d'approfondir les modèles qui ont surgi de la recherche dans ce domaine et dans le but de comprendre et de conceptualiser cette capacité de l'être humain. Ces modèles proposent des perspectives différentes, mais complémentaires pour analyser et expliquer l'intelligence émotionnelle. Il est, donc, nécessaire de les explorer dans l'espoir d'avoir une connaissance plus complète de l'intelligence émotionnelle et de son impact sur la vie de l'individu.

Des Modèles mixtes

Les modèles mixtes font une place à des aspects émotionnels et à des traits de personnalité. Ils ont été mis en œuvre par des auteurs tels que Daniel Goleman (1995) et Reuven Bar-On (1997).

Le modèle de Goleman

Daniel Goleman détermine qu'il existe un quotient émotionnel qui vient compléter le quotient intellectuel déjà connu. Ce caractère complémentaire se manifeste dans les interactions qui ont lieu. Un exemple en est la comparaison entre un individu ayant un quotient intellectuel élevé mais une faible capacité de travail, et un autre individu ayant une capacité de travail plus élevée, mais un quotient intellectuel moyen. Cependant, les deux individus peuvent atteindre le même objectif, car ces aspects se complètent mutuellement (García & Giménez, 2010 : 46).

Selon la perspective de Goleman, les éléments qui composent l'intelligence émotionnelle sont les suivants :

- La conscience de soi (*Self-awareness*) : Il s'agit d'être conscient à la fois de ses états internes, ainsi que des ressources ou des capacités et des intuitions.
- L'autorégulation (*Self-management*) : Il fait référence à la gestion et à la régulation des états d'esprit, des impulsions et des ressources internes.
- La motivation (*Motivation*) : Elle est considérée comme le comportement émotionnel qui inspire ou contribue à la réalisation des objectifs.
- L'empathie (*Social-awareness*) : Elle correspond à la reconnaissance et à la compréhension des sentiments, des besoins et des préoccupations d'autrui.
- Les habilités sociales (*Relationship management*) : Elles impliquent l'influence positive sur les autres sans exercer de contrôle sur eux.

Ce modèle est appliqué dans divers domaines, aussi bien dans le domaine de l'organisation que dans le professionnel, selon les arguments que Daniel Goleman exprime dans son œuvre *The Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations* en 1998.

Le modèle de Bar-On

La thèse doctorale élaborée par Reuven Bar-On en 1988, et intitulée *The development of a concept of psychological well-being*, a posé les bases de ses conceptions ultérieures sur l'intelligence émotionnelle en 1997, qui peut être mesurée à l'aide de l'Inventaire EQ-I (*Bar-On Emotional Quotient Inventory*). Son modèle est composé d'aspects tels que le composant intrapersonnel et interpersonnel, le composant de l'état émotionnel général, les composants d'adaptabilité et les composants de gestion du stress (García & Giménez, 2010 : 46-47).

Le composant intrapersonnel tient compte de:

- La compréhension émotionnelle de soi-même ou la capacité d'un individu à comprendre et différencier ses sentiments et émotions, ainsi qu'à en comprendre les raisons d'une attitude quelconque.
- L'assertivité ou la capacité à exprimer ses propres sentiments et croyances sans nuire à ceux des autres, tout en défendant ses propres droits de manière constructive.
- L'autoconcept ou le respect de soi : C'est la capacité d'une personne à se respecter, en comprenant et en acceptant à la fois ses caractéristiques positives et négatives, tout comme ses limitations.
- L'autoréalisation ou la ténacité : C'est la capacité de travailler pour atteindre un ou des buts fixés.
- L'indépendance ou la confiance qu'une personne éprouve en elle-même dans ses pensées et ses actions ; tout comme le fait d'établir un certain recul émotionnel pour prendre ses décisions.

La composante interpersonnelle incorpore également :

- L'empathie ou la capacité à comprendre, ressentir et apprécier ce que les autres éprouvent.
- Les relations interpersonnelles ou la capacité d'établir et de maintenir des relations avec les autres individus, caractérisées par une proximité émotionnelle.

- La responsabilité sociale ou la capacité d’agir de manière coopérative et constructive comme être social.

Les composantes d’adaptabilité impliquent :

- La résolution de problèmes : C’est la capacité à détecter et déterminer les problèmes afin de pouvoir appliquer des solutions efficaces pour les résoudre.
- La vérification de la réalité ou le test de réalité : C’est l’analyse de la relation entre ce que l’individu ressent et la réalité objective.
- La flexibilité : C’est l’adaptation convenable des émotions, des comportements et des opinions face aux situations changeantes.

La composante de la gestion du stress englobe :

- La tolérance au stress : C’est la capacité à faire face à des situations adverses, stressantes et à des émotions fortes.
- Le contrôle d’impulsivité : C’est la capacité à endurer et à contrôler les émotions.

La composante de l’état d’esprit général intègre :

- Le bonheur : C’est la capacité à ressentir une satisfaction et un bonheur intense dans la vie.
- L’optimisme : C’est la capacité à apprécier et se concentrer sur les aspects positifs de la vie.

De ce point de vue, Bar-On emploie le rubrique *intelligence émotionnelle et sociale* pour mettre en valeur les compétences sociales que les individus doivent posséder pour se débrouiller dans la vie. D’après cet auteur (1997), la capacité des individus à modifier leur intelligence émotionnelle et sociale est plus importante que leur intelligence cognitive.

Le Modèle d’habilités

Ce modèle constitue le fondement de la notion d’intelligence émotionnelle, qui met l’accent sur les compétences essentielles pour traiter l’information émotionnelle. Le modèle de Mayer et Salovey vient compléter cette perspective et peut être considéré comme l’un des plus

pertinents. En outre, le modèle d'habilités défend l'idée que le siège des capacités cognitives se trouve dans le lobe préfrontal du cerveau, et que celles-ci permettent à l'individu d'évaluer, de percevoir, d'exprimer, de gérer et de réguler ses émotions de façon intelligente et adaptée à la gestion convenable des sentiments pour atteindre son bien-être, conformément aux normes de la société et aux valeurs éthiques (1990).

Le modèle de Mayer et Salovey

Au fil du temps, le modèle a été reformulé à plusieurs reprises, une fois que Mayer et Salovey ont incorporé la notion d'empathie dans les années 1990. Plus tard, en 1997 et 2000, tous les deux ont fourni de nouveaux apports dans le but de perfectionner leur modèle ; des recherches et des progrès ont contribué à son acceptation comme modèle de travail, plus largement appliqué et, par conséquent, l'un des plus connus. (García & Giménez, 2010 : 47).

Parmi les habilités incorporées dans ce modèle, il est à remarquer :

- La perception des émotions ou la capacité à être capable d'identifier les émotions non seulement en soi-même, mais aussi chez les autres par le biais du langage corporel, de l'expression du visage ou du ton de la voix.
- La transmission émotionnelle de la pensée ou la capacité d'associer de différentes émotions à d'autres sens tels que l'odorat et le goût. De plus, l'utilisation des émotions contribue à une plus grande facilité de raisonnement. Ainsi, les émotions ont un grand pouvoir d'action, car elles sont capables d'orienter, de réorienter ou de donner une priorité à certaines pensées pour focaliser l'attention sur les informations les plus significatives. Il est convenable de préciser que le bonheur est un facteur essentiel qui permet le raisonnement inductif et la créativité.
- La compréhension des émotions ou la capacité à résoudre les problèmes posés dans la vie et à identifier quelles émotions y sont liées.
- La direction émotionnelle ou la capacité à comprendre l'impact des interactions sociales sur nos émotions et être capable de les réguler en même temps en soi-même et chez les autres.
- La régulation réflexive des émotions permet de favoriser l'évolution personnelle, ainsi que la capacité à être conscient des sentiments positifs ou négatifs.

Enfin, ce que Mayer et Salovey cherchent à mettre en évidence avec ces habilités internes des êtres humains, c'est l'importance de les développer par le biais d'une pratique continue et d'un développement progressif.

2.2. L'importance de l'intelligence émotionnelle en contexte scolaire

Il s'avère nécessaire que les enseignants soient informés des processus, qui ont lieu dans le cerveau, car il est impératif qu'ils soient en mesure de mettre en œuvre des stratégies curriculaires convenables pour contribuer au renforcement du cerveau à la fois rationnel et émotionnel. Bien que le développement intellectuel des étudiants soit crucial et que l'objectif soit d'améliorer leur niveau d'apprentissage, il est indispensable que les enseignants ne négligent pas le développement du système émotionnel des élèves, car les émotions sont parfois plus puissantes que la pensée. Il est, donc, important de se demander comment les enseignants vont agir pour renforcer les compétences en matière de maturité émotionnelle de leurs élèves, afin d'enrichir leur formation scolaire et, de cette façon, d'améliorer leur niveau de compétence sociale et émotionnelle (Calle, Remolina & Velásquez, 2011 : 102).

Tout cela amène à une réflexion sur la pertinence des compétences sociales et émotionnelles nécessaires pour faire face de manière adéquate aux émotions négatives et destructrices, qui se manifestent dans un milieu compétitif, que ce soit dans le domaine académique ou professionnel. Depuis toujours, on nous a fréquemment répété que les aspects émotionnels et sociaux font partie de la sphère personnelle et que chaque individu est responsable de son développement personnel et émotionnel, c'est pourquoi la conception de ces compétences n'a jamais mérité l'attention nécessaire, en particulier chez les apprenants.

Sur la base de nouvelles propositions et tendances pédagogiques, il est indéniable que les enseignants doivent s'engager dans le développement de leur intelligence émotionnelle. En d'autres termes, ils doivent permettre d'exprimer leurs sentiments à l'égard de leurs étudiants, leur montrer du respect, proposer des stratégies de motivation personnelle, gérer correctement leurs émotions et leurs états d'esprit négatifs, faire preuve d'empathie et de compétences d'écoute envers eux, favoriser constamment l'estime de soi, traiter adéquatement les conflits qui surviennent en classe. Parmi d'autres éléments, les enseignants doivent également prendre en compte le ton utilisé lorsqu'ils s'adressent aux étudiants, car cela peut influencer leur développement émotionnel.

Après avoir révisé certaines perspectives concernant l'intelligence émotionnelle, on peut déduire que dans le domaine éducatif, c'est-à-dire, à l'école et à l'université, à travers les enseignants et les apprenants, on contribue à renforcer la personnalité des individus, lorsque l'on s'intéresse à des aspects cognitifs, émotionnels, affectifs, ludiques et moraux. Or, l'objectif

est d'atteindre un équilibre sain entre l'esprit et le corps, et les relations interpersonnelles chez les individus, afin de leur donner l'occasion de découvrir et d'exprimer toutes les virtualités dont ils sont doués. En d'autres termes, le processus d'apprentissage doit être le moyen approprié pour que l'individu s'épanouisse pleinement et ne doit donc pas se limiter à la connaissance culturelle et scientifique. À cet égard, il faut comprendre que l'éducation n'est pas seulement un processus cognitif, mais qu'elle doit renforcer l'intelligence émotionnelle afin de former la personnalité de l'apprenant (Bisquerra, 2005).

Il est convenable de préciser cette nuance : si un enseignant a la capacité d'éduquer sur le plan émotionnel, ses élèves seront plus motivés pendant l'apprentissage, obtiendront de meilleurs résultats scolaires et trouveront facile de stimuler leur estime de soi. Cela entraînera une diminution des problèmes dans le processus d'apprentissage et, par conséquent, l'absence de comportements agressifs en classe. Dans ce sens, certains spécialistes comme Natalio Extremera et Pablo Fernández-Berrocal (2004), Juan Montañés et José Miguel Latorre (2008), ainsi que d'autres chercheurs ont précisé que le manque d'intelligence émotionnelle se manifeste dans quatre domaines importants et que son absence entraîne des problèmes de comportement chez les élèves. Ces domaines demandent le développement de l'intelligence émotionnelle dans les relations interpersonnelles, de sorte que le bien-être psychologique aura une continuité satisfaisante dans les résultats scolaires (Calle, Remolina & Velásquez, 2011 : 103).

Tout d'abord, les relations interpersonnelles liées à l'intelligence émotionnelle sont essentielles car, une fois que nous sommes parvenus à apprendre à canaliser notre état émotionnel, elles nous permettent de fournir des informations précises à ce sujet aux personnes qui nous entourent. À cet effet, être émotionnellement intelligent nous confère une plus grande capacité à comprendre, percevoir et gérer nos émotions, ce qui nous permet d'appliquer ces compétences aux émotions d'autrui.

Ensuite, il a également été constaté que le bien-être psychologique et l'intelligence émotionnelle sont liés, car ils favorisent le développement d'un équilibre psychologique correct et contribuent en outre à une meilleure compréhension de l'influence que certaines variables émotionnelles ont sur les apprenants et de l'impact qu'elles ont à la fois sur l'équilibre psychologique et le bien-être personnel.

Par ailleurs, le développement de l'intelligence émotionnelle a également un impact sur la santé mentale et donc sur le rendement académique des étudiants. Cela signifie qu'ils seront capables de gérer plus facilement le stress et les difficultés émotionnelles auxquelles ils sont

confrontés, ce qui leur permettra de s'adapter efficacement à des milieux où la pression est élevée (Calle, Remolina & Velásquez, 2011 : 103).

En ce qui concerne l'intelligence émotionnelle et l'émergence de comportements problématiques, il est à noter également que des niveaux faibles d'intelligence émotionnelle entraînent des niveaux plus élevés d'impulsivité et des déficiences dans les compétences interpersonnelles et sociales. Cela favorise le développement de comportements antisociaux chez l'élève, tels que le recul par rapport au groupe, la consommation de drogues ou d'alcool, comme moyen de faire face à un état émotionnel négatif déclenché par des circonstances stressantes auxquelles ils sont soumis (Álvarez & Bisquerra, 1996).

Après avoir exposé la relation entre l'intelligence émotionnelle et ces quatre domaines, il est également important de prendre en compte la motivation, car elle joue un rôle très important dans l'acquisition des connaissances. Ainsi, les apprenants seront en mesure d'apprendre plus efficacement s'ils sont motivés, capables de maîtriser leurs impulsions, responsables et dotés d'initiative, ainsi que d'autres caractéristiques. C'est pourquoi l'éducation et la formation doivent tenir compte du développement de ces compétences et les intégrer dans le programme éducatif, en modifiant les méthodes pédagogiques habituels et en établissant un lien entre la pensée et la réalité. Il est essentiel de prendre en compte les relations avec la famille, les amis, les relations amoureuses, l'histoire de chaque étudiant, leurs besoins, leurs préférences, leurs ambitions, etc.

2.3. Le rapport entre l'intelligence émotionnelle et l'apprentissage d'une langue étrangère

Les enseignants de langues, dans notre cas de FLE, rencontrent en classe des élèves qui ne veulent pas apprendre une deuxième langue étrangère ou qui ne l'aiment tout simplement pas. Certains apprenants pensent qu'ils n'en sont pas capables et d'autres sont gênés ou ont même peur de s'exprimer dans la langue devant leurs camarades de classe parce qu'ils ont peur de faire une erreur et de se ridiculiser ou d'être moqués. Par conséquent, les apprenants créent une barrière émotionnelle, qui entrave le processus d'apprentissage des langues étrangères. Ainsi, comme des enseignants, nous ne devons pas oublier qu'il faut créer une atmosphère appropriée et respectueuse dans laquelle l'apprenant peut s'exprimer librement et naturellement. En plus, nous devons également leur faire comprendre qu'il n'y a pas de mal à faire des erreurs, car cela fait partie du processus d'apprentissage.

D'après Stephen Krashen (1981), expert en linguistique et spécialiste des théories sur l'acquisition d'une deuxième langue, et son hypothèse du filtre affectif², il existe trois éléments qui influent sur le processus d'apprentissage d'une langue seconde : la motivation de l'apprenant, la confiance en soi et l'anxiété. Ainsi, un apprenant, qui a plus de confiance et de motivation et moins d'anxiété, sera plus réceptif pour acquérir la langue étrangère. Dans cette perspective, les auteures Miriam López et Dayana Morera, dans leur article *La inteligencia emocional en la clase de lengua extranjera. Reflexiones desde la práctica*, établissent une relation entre l'intelligence émotionnelle et l'hypothèse du filtre affectif de Stephen Krashen dans le processus d'enseignement-apprentissage par le biais des arguments suivants :

Or, le processus d'apprentissage est la combinaison de deux composantes fondamentales : l'affective et la cognitive. Ainsi, le facteur affectif-émotionnel joue un rôle important dans le processus d'apprentissage car il peut l'influencer de façon positive ou négative. Si l'on prend en compte les théories de l'apprentissage des langues étrangères, on peut affirmer qu'il est possible de relier l'intelligence émotionnelle à cette hypothèse du filtre affectif de Krashen (1981) dans le processus d'apprentissage ou d'acquisition d'une deuxième langue étrangère. En effet, elle soutient que les émotions négatives deviennent des filtres affectifs qui entravent le développement et la réussite du processus d'apprentissage. Selon ce que stipule Krashen, les apprenants ayant un faible filtre affectif rencontreront des difficultés non seulement pour acquérir la langue et dans le langage, mais aussi pour communiquer avec leurs pairs en classe. Par conséquent, ils se sentiront inhibés, anxieux et auront une peur constante de se tromper.

C'est pour cette raison qu'il est indispensable que les enseignants agissent avec leurs élèves de manière à adoucir le filtre affectif en classe de langue étrangère. Le filtre de l'apprenant sera abaissé s'il se sent à l'aise dans un milieu favorable qui le motive et dans lequel il se sent en sécurité, sans anxiété ni peur. En revanche, si l'apprenant n'est pas motivé, que l'environnement de la classe n'est pas idéal et qu'il a peur de communiquer dans la langue, le filtre affectif augmentera. Par conséquent, si la théorie de Krashen est prise en compte, le filtre affectif de l'apprenant restera bas, ce qui permettra d'éviter que des barrières émotionnelles ne s'interposent entre l'apprenant et le processus d'apprentissage (Soriano, 2017).

² Selon la définition du dictionnaire du Centro Virtual Cervantes, l'hypothèse du filtre affectif : « Es la hipótesis según la cual la actitud del aprendiente, junto con sus sentimientos, su estado anímico y otros factores emotivos, influye positiva o negativamente en los procesos de adquisición y de aprendizaje. Esta influencia se ejerce a modo de filtro que posibilita, impide o bloquea la entrada de datos del caudal lingüístico o aducto, elemento a partir del cual se inician los mencionados procesos».

2.4. Stratégies pour développer et éduquer l'intelligence émotionnelle en cours

Un certain nombre de stratégies doivent être proposées aux enseignants pour qu'ils puissent les mettre en œuvre en classe, afin de favoriser le développement de l'intelligence émotionnelle chez leurs apprenants. Il est convenable de remarquer que certaines de ces stratégies peuvent être appliquées à toutes les matières enseignées dans un établissement scolaire. Cependant, en ce qui concerne le FLE, chacune d'entre elles pourrait être utilisée en classe pour promouvoir l'apprentissage des langues étrangères ; lorsque les étudiants sont confrontés à l'apprentissage d'une deuxième langue étrangère, cela peut être difficile ou compliqué pour eux, ce qui les rend stressés, anxieux ou effrayés. Par conséquent, en appliquant ces stratégies, nous pouvons réduire ces émotions et contribuer à l'amélioration de l'apprentissage de la langue de manière positive.

- Les dynamiques de groupe pour favoriser la motivation, la collaboration, la communication et l'interaction affective entre les élèves et, en plus, pour faciliter l'apprentissage (Márquez, De Cleves & Burgos, 2011).
- Les questionnaires écrits ou les questions orales sont utilisés afin que les étudiants réfléchissent à l'impact émotionnel que les connaissances enseignées ont eu sur eux.
- L'utilisation de photographies ou d'images de la vie quotidienne crée un lien émotionnel entre les apprenants et le contenu de ces images. Cela leur permet d'explorer et d'exprimer leurs émotions à travers ces images d'un point de vue affectif et émotionnel.
- Le récit, la poésie et, plus généralement, la littérature ont un impact sur les émotions des étudiants. Selon Miguel Àngel Alabart et Eva Martínez (2016), les contes, les fables, la poésie... permettent au lecteur d'entrer en contact avec son expérience émotionnelle. Par conséquent, il s'agit d'une stratégie idéale à utiliser en classe, car non seulement elle permet de travailler l'intelligence émotionnelle à partir d'œuvres littéraires, mais les étudiants peuvent également faire preuve d'imagination pour en créer de nouvelles. Ainsi, cela favorisera leur créativité et permettra aux apprenants d'approfondir leurs émotions.
- Les jeux de communication et d'expression émotionnelle permettent aux élèves d'interagir de manière ludique et dynamique. Ils expriment ainsi leurs émotions, apprennent à communiquer de manière appropriée et deviennent plus empathiques.
- L'utilisation de vidéos, de courts métrages et de films en classe permet aux élèves d'identifier et d'analyser les émotions de chaque personnage, en plus d'être capables de reconnaître et d'exprimer les émotions qu'ils ont ressenties en tant que spectateurs.

- Le jeu de rôle est une technique active utilisée en classe par l'enseignant qui permet aux apprenants de s'exprimer avec assurance et de libérer la parole verbalement et corporellement ce qui leur donne l'opportunité d'être actifs dans leurs apprentissages et de montrer leurs sentiments et émotions. De plus, il sert de source de motivation, particulièrement pour les apprenants timides qui n'arrivent pas à prendre la parole en classe (Sana & Zineb, 2020). D'ailleurs, Jean-Pierre Cuq remarque que le jeu de rôle est une : « interprétation du rôle d'un personnage en situation hypothétique en vue de mieux comprendre les motivations qui justifient les comportements » (2003 : 71).
- La publicité aide les élèves à prendre conscience de tout sujet proposé par l'enseignant. Elle leur permet de réfléchir sur le contenu et l'impact émotionnel que les images ont sur eux et sur leurs sentiments.
- La musique est un véritable outil pédagogique avec une grande valeur. Elle génère des stimuli appropriés pour susciter des états émotionnels chez l'apprenant. Ainsi, la sensibilité sera cultivée, l'éducation aux valeurs sera promue et des attitudes positives seront développées.
- L'apprentissage coopératif entraîne un apprentissage plus efficace, lorsque les élèves travaillent en binôme ou en groupe, ils sont plus réceptifs, plus productifs et le travail réalisé est de meilleure qualité. Par conséquent, en utilisant cette stratégie en classe, les élèves sont plus positifs et motivés, et ils ont plus d'estime de soi pour les connaissances qu'ils acquièrent. (Márquez, De Cleves & Burgos, 2011).

Comme nous l'avons vu précédemment, le processus d'acquisition d'une deuxième langue étrangère peut s'avérer difficile. Dans notre proposition didactique, on tiendra compte de l'aspect matériel de la classe, des ressources instrumentales, des manuels..., tout comme des dispositifs électroniques pour mener à terme et convenablement le processus d'apprentissage du FLE.

Le but de ces activités est de faciliter l'interaction entre les apprenants, d'encourager leur participation active et de susciter l'éveil de leurs émotions. Il y aurait, donc, deux niveaux bien différents dans l'apprentissage ; d'un côté, tout la charge des contenus linguistiques et langagiers et, d'un autre, la charge émotionnelle où siègerait le sentiment de sécurité, sans pour autant oublier que l'erreur fait partie de l'apprentissage et que l'apprentissage d'une deuxième langue étrangère n'est pas si difficile.

3. Application pratique en cours de FLE : Proposition d'activités

Dans cette dernière partie de notre mémoire de fin de master, nous allons proposer une série d'activités pour l'enseignement du français comme deuxième langue étrangère dans la 4ème année de l'enseignement obligatoire. Cette proposition vise à aller au-delà de la simple transmission des contenus scolaires, elle va donc nous permettre de travailler l'intelligence émotionnelle de manière efficace et pratique. C'est pourquoi, nous nous baserons sur des dynamiques spécialement conçues pour développer l'intelligence émotionnelle.

Le niveau choisi pour faire ces activités a été la 4ème année d'ESO -15 ans-, car dans cette année nous avons des élèves qui possèdent déjà certaines connaissances préalables de la langue, ce qui rend plus facile le développement de dynamiques liées à l'intelligence émotionnelle. Comme il s'agit d'une matière en option, le nombre d'élèves par classe est réduit, ce qui rend plus facile le succès d'un travail plus personnalisé et proche des apprenants pour qu'ils puissent développer les connaissances qu'ils vont acquérir. Par conséquent, toutes les activités menées seront axées sur l'apprentissage de la langue française et le développement de l'intelligence émotionnelle.

Il est convenable de noter que les activités proposées ne sont pas conçues pour suivre un ordre chronologique strict. Elles sont plutôt conçues comme des outils flexibles et adaptables, qui peuvent être mis en œuvre tout au long de l'année scolaire en fonction des contenus abordés ou des besoins identifiés dans la classe. En plus, elles peuvent être conçues comme activités de révision des contenus déjà travaillés. Cette flexibilité permet aux enseignants de saisir les opportunités d'apprentissage, qui apparaissent de manière spontanée, et leur donne également la liberté d'adapter les activités selon le progrès et les intérêts de leurs apprenants. C'est pour cette raison que la durée de certaines activités ne se correspond pas à une séance complète, soit : 50 minutes, mais qu'il s'agit d'activités qui peuvent être combinées à la fois avec l'apprentissage des contenus à travailler ou simplement en guise d'introduction ou de fin de séance.

La matière de français comme deuxième langue étrangère ne dispose que de deux heures par semaine dans la Communauté de Castilla y León. C'est une durée très limitée dans l'apprentissage d'une langue étrangère. En revanche, si ces deux heures sont de grande qualité et que les enseignants utilisent des différentes stratégies, méthodes d'enseignement et activités ludiques, les élèves seront plus motivés et apprendront davantage. Cela permettra que ces deux

heures soient donc suffisantes pour qu'ils aient les connaissances nécessaires pour apprendre la langue dans ce laps de temps restreint.

Dans le cadre de ce travail, plusieurs unités d'apprentissage ont été conçues et proposées en se concentrant sur le développement de l'intelligence émotionnelle dans le contexte de l'apprentissage de la deuxième langue étrangère : le français. Ces unités d'apprentissage ont été soigneusement conçues pour encourager la réflexion, la conscience de soi et l'expression émotionnelle chez les étudiants, en utilisant des ressources telles que des chansons, des courts-métrages, des activités interactives et la dynamique de groupe. Grâce à ces unités, l'objectif n'est pas seulement d'améliorer les compétences linguistiques des élèves, mais aussi d'encourager leur développement personnel et émotionnel, en même temps que l'apprenant leur propose les outils nécessaires pour comprendre et gérer leurs émotions dans le processus d'apprentissage. Or, les unités d'apprentissage proposées dans ce TFM sont conçues et présentées comme une approche innovante, dans l'espoir d'intégrer l'intelligence émotionnelle dans le cours de FLE.

Par ailleurs, certaines activités proposées dépassent l'enseignement de la langue française et sont conçues comme des routines, qui visent l'intériorisation de certains automatismes importants dans le fonctionnement de la classe. Ces activités se concentrent sur des aspects pratiques et quotidiens, tels que l'écriture de la date et la saison de l'année au tableau au début du cours, ou la description des conditions météorologiques, ainsi que les devoirs à faire. Ces routines visent à encourager l'organisation, la discipline et la responsabilité chez les étudiants, tout en renforçant le lien entre l'apprentissage de la langue étrangère et son application dans des situations de la vie quotidienne et réelle. En établissant ces pratiques habituelles, l'objectif est de créer un milieu favorable à l'acquisition de nouvelles connaissances et compétences linguistiques, en même temps que l'on privilégie, chez l'apprenant, un sens de l'ordre et un engagement dans le processus d'apprentissage, sans pour autant négliger le côté curieux et observateur d'une jeune apprenant.

Enfin, il faut finir en disant qu'une éducation émotionnellement intelligente est essentielle pour éveiller, chez les élèves, un sens critique et compétent dans leur vie personnelle, académique et professionnelle. C'est pourquoi il est nécessaire de proposer des activités qui favoriseront l'intelligence émotionnelle des étudiants dans l'apprentissage du FLE.

ACTIVITÉ 1 : MON JOURNAL DES ÉMOTIONS

GESTION DE LA CLASSE	DURÉE	MATÉRIELS
Le travail du journal est individuel, mais la mise en commun sera collective	Chaque semaine pendant 15 minutes au début ou à la fin du cours	Un cahier Des stylos
<p style="text-align: center;">OBJECTIFS</p> <ul style="list-style-type: none">- Rédiger un texte cohérent sur une situation passée, en utilisant l'imparfait et le passé composé.- Développer la conscience émotionnelle des apprenants.- Encourager l'expression et la compréhension des émotions.- Promouvoir l'empathie et la compréhension des émotions d'autrui.- Stimuler la réflexion personnelle et la connaissance de soi.		
<p style="text-align: center;">EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ</p> <p>Le professeur distribuera à chaque élève un petit cahier intitulé <i>Mon journal des émotions</i>. À l'aide de ce cahier, on encourage les élèves à écrire quelque chose qui leur est arrivé pendant la semaine, comment ils se sont sentis à ce moment-là et comment ils ont réagi. Chaque semaine, un élève sort au tableau et raconte à ses copains la situation qu'il a décrite. Ensuite, les autres élèves donneront leur point de vue : s'ils avaient réagi de la même façon ou s'ils auraient agi autrement. De cette manière, les élèves seront capables d'identifier correctement leurs émotions face à un problème quelconque et apprendront à gérer convenablement leurs émotions dans des différentes situations.</p> <p>Dans cette activité, nous travaillerons non seulement l'intelligence émotionnelle, mais aussi l'expression écrite, l'expression orale, le lexique et les temps verbaux du passé : le passé composé et l'imparfait.</p>		

ACTIVITÉ 2 : LA BOÎTE

GESTION DE LA CLASSE Travail collectif et travail individuel	DURÉE 50 minutes	MATÉRIELS Un ordinateur Un projecteur Des haut-parleurs La vidéo : https://www.youtube.com/watch?v=bVdNic-_wBM Le journal des émotions
--	--------------------------------	---

OBJECTIFS

- Promouvoir la réflexion sur l'importance de l'empathie et du respect.
- Encourager le développement de l'imagination et de la pensée.
- Promouvoir l'expression orale et écrite.
- Développer une attitude critique et réfléchie chez les élèves.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Avant de commencer à regarder le court-métrage, l'enseignant demande aux élèves : Qu'est-ce que vous feriez si vous trouviez une souris chez vous ? . Ensuite, il leur montre une image du court métrage montrant le personnage avec une boîte et leur demande de donner leur avis sur ce qu'ils croient qu'il va se passer. Après avoir échangé leurs opinions sur les événements qui vont se dérouler, on regarde la vidéo. Après l'avoir regardé, le professeur commence à leur poser les questions suivantes :

- Pourquoi pensez-vous que l'homme n'a pas jeté la souris hors de la maison ?
- Qu'est-ce que vous pensez qui l'a fait changer d'avis ?
- Pourquoi pensez-vous qu'il a changé d'attitude ?
- Quelles émotions pouvez-vous identifier dans le court-métrage, tant chez l'homme que chez la souris ?
- Comment pensez-vous que les deux personnages se sont sentis lorsque l'homme a

ouvert la boîte ?

- Quel message pensez-vous que le court-métrage veut transmettre ?

Après avoir répondu aux questions, l'enseignant leur demandera d'écrire dans leur journal une situation dans laquelle ils ont ressenti de l'empathie envers une autre personne. Puis, ils vont partager ces situations avec leurs copains.

Cette activité vise à promouvoir l'empathie chez les étudiants et à leur faire prendre conscience de l'importance de se mettre à la place des autres.

Dans cette perspective d'échange, nous travaillons également l'expression orale et écrite.

ACTIVITÉ 3 : LETTRE À MON FUTUR MOI

GESTION DE LA CLASSE	DURÉE	MATÉRIELS
Travail individuel	Une séance de 50 minutes pour rédiger la lettre	Une feuille Un stylo
<p style="text-align: center;">OBJECTIFS</p> <ul style="list-style-type: none">- Rédiger une lettre cohérente en utilisant le présent et le futur de l'indicatif.- Améliorer l'expression écrite en utilisant le vocabulaire et les structures grammaticales étudiées.- Identifier et exprimer leurs émotions.- Renforcer la conscience de soi.- Promouvoir l'expression émotionnelle et la capacité à communiquer ses sentiments.- Stimuler la motivation personnelle et l'autodiscipline pour atteindre des objectifs.		

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Les étudiants écriront une lettre à leur moi futur, dans laquelle ils devront exprimer leurs émotions et les sentiments présents : comment ils se sentent, comment ils espèrent être et quels sont leurs objectifs, rêves et désirs pour l'avenir.

La lettre doit incorporer:

- L'expression des émotions et des sentiments qu'ils ressentent actuellement.
- La description des objectifs, des rêves et des désirs pour l'avenir.
- Des réflexions sur la façon dont ils aimeraient se sentir à l'avenir et quelles actions ils peuvent entreprendre pour y parvenir.
- Un message d'encouragement et de motivation pour leur moi futur.

L'objectif de cette lettre est qu'à la fin du cours, tout le monde la lise et soit motivé par ce qu'il a accompli tout au long du cours. Ou, par contre, qu'ils fassent une autoréflexion si les choses ne se sont pas passées comme prévu, qu'ils sachent pourquoi et comment ils devraient agir la prochaine fois.

ACTIVITÉ 4 : JE GÈRE MES ÉMOTIONS DÉSAGRÉABLES

GESTION DE LA CLASSE	DURÉE	MATÉRIELS
Travail collectif	11 minutes pour la réflexion 15 minutes pour la mise en commun	Un ordinateur Des haut-parleurs La vidéo : https://www.youtube.com/watch?v=wlr9C_UgOBs

OBJECTIFS

- Développer des compétences d'autorégulation émotionnelle.
- Apprendre des techniques de relaxation et de respiration pour gérer les émotions désagréables.
- Fournir des outils pratiques pour gérer et canaliser les émotions négatives de manière saine.
- Améliorer la compréhension orale.
- Acquérir du lexique qui concerne les émotions, les parties du corps.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Pour cette activité, nous utiliserons une méditation guidée en français visant la pleine conscience et la gestion des émotions désagréables.

L'enseignant demandera aux apprenants de s'asseoir confortablement, de fermer les yeux et de prêter attention à la méditation.

Une fois que la méditation a fini, il y aura une mise en commun pour réfléchir à la façon dont ils se sont sentis, si cela les a aidés à se sentir mieux et à gérer leurs émotions négatives et, en plus, s'ils pensent utiliser ces techniques lorsqu'ils ne savent pas comment gérer une situation qui leur est arrivée et qui a provoqué des émotions désagréables.

Il s'agit d'une activité très courte, qui peut se dérouler dans n'importe quelle séance et qui peut être utilisée chaque fois que les élèves en ont besoin.

La méditation permet de travailler la gestion des émotions, et aussi sur la compréhension orale et de l'acquisition du lexique concernant les émotions et les parties du corps.

ACTIVITÉ 5 : L'ARBRE DE MES RÉUSSITES

GESTION DE LA CLASSE Travail individuel	DURÉE 30 minutes	MATÉRIELS Une feuille Des stylos Des marqueurs
---	--------------------------------	--

OBJECTIFS

- Apprendre à se connaître.
- Intérioriser les réussites, les compétences et les capacités.
- Améliorer la perception de soi et de l'estime de soi.
- Promouvoir l'écoute active.
- Favoriser la créativité.
- Améliorer l'expression orale.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Pour cette activité sur la connaissance de soi, les élèves vont dessiner un arbre dans leur cahier. Sur les racines de l'arbre, ils devront écrire leurs valeurs, et sur les fruits de l'arbre, les réussites qu'ils ont accomplies. Au moins cinq adjectifs pour décrire la personnalité : bon ami, loyal, sincère, indécis, impulsif, ... et cinq réussites : passer un examen difficile, apprendre à jouer du piano, ...

Lorsque les élèves ont dessiné leur arbre, ils vont sortir au tableau pour expliquer leur dessin. Il s'agit d'une activité qui semble très simple, mais il est vraiment difficile de réfléchir à ce que nous avons accompli.

Lorsque tous auront présenté leurs arbres, nous les accrocherons aux murs de la classe.

Dans cette activité, nous travaillerons non seulement la connaissance de soi, mais aussi l'expression écrite et l'expression orale.

ACTIVITÉ 6 : JE ME METS À LA PLACE D'AUTRUI

GESTION DE LA CLASSE Travail collectif	DURÉE 50 minutes	MATÉRIELS Des fiches
--	--------------------------------	------------------------------------

OBJECTIFS

- S'exprimer et se défendre sans blesser les autres.
- Se mettre à la place d'autrui.
- Développer l'empathie.
- Favoriser le développement des compétences sociales.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Pour cette activité, les élèves s'assoient devant l'enseignant. Ce dernier choisit au hasard une fiche sur laquelle est écrite une situation précise, que les élèves vont théâtraliser en groupe ou en binôme.

L'enseignant leur laisse un peu de temps pour réfléchir à la manière dont ils vont théâtraliser la situation.

Quand le jeu de rôle est terminé, l'enseignant posera des questions aux élèves sur les sentiments des personnes qu'ils ont interprétées.

Certains exemples de situations à jouer :

- Je m'ennuie en classe et je décide de me moquer d'un camarade, parce que je trouve amusante sa façon de s'habiller.

Des questions : À l'élève qui s'est moqué de l'autre : Que penses-tu que Paul croit à propos de... (le nom de l'autre élève) ? Comment penses-tu qu'il/elle se sente ? À l'élève dont on s'est moqué : Comment t'es-tu senti(e) ?

- Un(e) ami(e) m'appelle plusieurs fois pour aller au cinéma, mais je préfère faire d'autres choses et je l'ignore.

Des questions : À l'élève qui a ignoré l'autre : Que penses-tu que pense... (le nom de l'autre élève) ? Comment penses-tu qu'il/elle se sente ? À l'élève qui a été ignoré : Comment t'es-tu senti(e) ?

ACTIVITÉ 7 : MERCI POUR ÇA!

GESTION DE LA CLASSE	DURÉE	MATÉRIELS
Travail collectif et travail individuel	35 minutes	Un ordinateur Des haut-parleurs Une feuille avec les paroles de la chanson La chanson : https://www.youtube.com/watch?v=I5wcp8mlr70

OBJECTIFS

- Encourager l'empathie.
- Reconnaître les qualités positives d'autrui.
- Améliorer la compréhension et l'expression orale et l'expression écrite.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Pour cette activité, le professeur jouera la chanson deux fois, puis il distribuera aux élèves une feuille avec les paroles de la chanson, afin de l'écouter à nouveau en suivant les paroles. Ensuite, par groupes de trois, les élèves vont réfléchir sur le message de la chanson. Après avoir réfléchi, une mise en commun sera réalisée pour discuter du sens de la chanson. Comme la chanson aborde le sujet des personnes que nous ne regardons pas mais qui cachent souvent un trésor en elles, nous nous servons de cette chanson afin que les élèves écrivent sur une feuille quelque chose de positif à propos d'un copain avec lequel ils n'ont pas l'habitude de parler avec lui. L'idée est que chaque élève choisisse un camarade différent, dans l'espoir que tous reçoivent un message positif.

Dans cette activité, nous travaillerons non seulement l'empathie envers les autres, mais aussi la compréhension et l'expression orale et l'expression écrite.

ACTIVITÉ 8 : JE VOULAIS TE DIRE QUE...

GESTION DE LA CLASSE	DURÉE	MATÉRIELS
Travail individuel	Une séance de 50 minutes pour rédiger une lettre	Le cahier Un stylo

OBJECTIFS

- Identifier et exprimer leurs émotions.
- Promouvoir l'expression émotionnelle et la capacité à communiquer ses sentiments.
- Rédiger une lettre cohérente en utilisant les temps verbaux convenables : présent, passé ou futur.
- Améliorer l'expression écrite en utilisant le vocabulaire et les structures grammaticales étudiées.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Pour cette activité, chaque étudiant écrira dans son cahier une lettre de libération émotionnelle à une personne qui l'a blessé. Il peut s'agir d'un ami, d'un membre de la famille, d'un copain, ...

Dans la lettre, ils seront encouragés à exprimer leurs sentiments d'une manière claire et respectueuse, en communiquant ce qu'ils ont ressenti et comment cette situation les a touchés émotionnellement.

Le but de cette lettre est de permettre aux élèves de s'exprimer et de se libérer des sentiments qu'ils avaient gardés envers cette personne. D'ailleurs, c'est aussi une façon de pardonner et d'essayer d'oublier pour faire des progrès.

Comme il s'agit d'une lettre personnelle, ils n'auront pas à la lire devant leurs camarades.

Dans cette activité, nous travaillerons non seulement l'expression des sentiments, mais aussi l'expression écrite.

ACTIVITÉ 9 : JE PARTAGE DES ÉMOTIONS AVEC MES COPAINS

GESTION DE LA CLASSE Travail collectif	DURÉE 40 minutes	MATÉRIELS Des fiches
--	--------------------------------	------------------------------------

OBJECTIFS

- Identifier et exprimer des émotions.
- Comprendre et partager des émotions avec les autres.
- Promouvoir l'écoute active.
- Favoriser l'empathie et la compréhension émotionnelle.
- Améliorer l'expression orale.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Pour cette activité, les élèves vont se mettre en cercle et l'enseignant va leur distribuer des fiches avec des différentes émotions telles que le bonheur, la peur, la surprise, la colère, la joie, la tristesse,...

Chaque élève choisira une fiche au hasard et devra se placer au centre du cercle pour exprimer une situation qui lui fait ressentir cette émotion.

Des exemples : J'ai peur quand..., je suis heureux quand...

Au fur et à mesure que chaque participant partage son expérience, ceux qui se sentent identifiés peuvent lever la main et expliquer pourquoi ils se sentent comme ça.

Enfin, on fera tous ensemble une brève mise en commun pour partager ce qu'ils pensent de l'activité.

Le but de cette activité est de faire prendre conscience aux élèves que les émotions qu'ils ressentent peuvent également être ressenties par d'autres. C'est donc une bonne idée de les partager et de se rendre compte qu'ils ne sont pas seuls.

Dans cette activité, nous travaillerons surtout l'expression orale.

ACTIVITÉ 10 : COMMENT JE ME VOIS ET COMMENT MES COPAINS ME VOIENT

GESTION DE LA CLASSE	DURÉE	MATÉRIELS
Travail individuel et travail collectif	30 minutes	Une feuille Un stylo

OBJECTIFS

- Renforcer sa propre estime de soi et l'estime de soi chez l'autre.
- Développer les habilités de communication.
- Améliorer l'expression orale.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Pour cette activité, les élèves doivent écrire ou penser à des qualités qu'ils possèdent.

Ensuite, chaque élève partagera avec ses copains l'image qu'il a de lui-même, puis les copains devront ajouter une qualité de lui.

Le but de cette activité est d'améliorer l'image que nous avons de nous-mêmes. Parfois, il est nécessaire de connaître l'opinion que les autres ont de nous, car il y a de nombreuses occasions où nous ne nous valorisons pas suffisamment.

Dans cette activité, nous travaillerons non seulement le renforcement de l'estime de soi et d'autrui, mais aussi l'expression orale et l'expression écrite des sentiments et des qualités personnelles.

ACTIVITÉ 11 : LE DICTIONNAIRE DE MES ÉMOTIONS

GESTION DE LA CLASSE	DURÉE	MATÉRIELS
Travail individuel	Chaque semaine tout au long de l'année scolaire pendant 10 minutes au début ou à la fin du cours	Le cahier des émotions Des stylos

OBJECTIFS

- Identifier et reconnaître les différentes émotions dans la vie quotidienne.
- Encourager la réflexion sur ses propres émotions et sur la manière dont elles influencent le bien-être personnel.
- Stimuler la créativité.
- Améliorer l'expression écrite.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Pour cette activité, chaque élève va créer son dictionnaire des émotions. Pour ce faire, il leur faudra un cahier, dans lequel chaque page se correspond à une émotion, telle que l'ennui, la tristesse, la colère, la joie, la jalousie...

Les élèves définissent avec leurs propres mots ce que chaque émotion signifie pour eux, décrivent une situation dans laquelle ils ressentent cette émotion et écrivent une brève description de ce qu'ils éprouvent. Ils peuvent également faire un dessin ou employer des images pour représenter une émotion précise. De cette manière, ils peuvent comprendre leurs émotions et apprendre à les gérer, même en les écrivant et en les dessinant.

Dans cette activité, ils travaillent non seulement la reconnaissance des émotions, mais aussi l'expression écrite.

ACTIVITÉ 12 : QU'EST-CE QU'IL SE PASSE ?

GESTION DE LA CLASSE	DURÉE	MATÉRIELS
Travail collectif	30 minutes	Un ordinateur Un projecteur

OBJECTIFS

- Comprendre les émotions des personnes.
- Analyser les situations de conflit.
- Favoriser l'empathie en se mettant à la place d'autrui.
- Améliorer l'expression orale et la capacité d'argumentation.

EXPLICATION DE L'ACTIVITÉ

Pour cette activité, l'enseignant choisira des images qui représentent un conflit dans des situations de la vie quotidienne, par exemple : des parents qui se disputent avec leurs enfants, un groupe d'amis qui se moquent d'une personne, deux sœurs très fâchées entre elles, une mère qui prend le téléphone portable de sa fille, etc.

L'enseignant montrera chaque image aux élèves, qui devront la regarder et réfléchir à la situation représentée.

Les élèves discuteront et analyseront l'image en répondant aux questions suivantes :

- Selon vous, qu'est-ce qu'il se passe dans cette situation ?
- Pourquoi pensez-vous qu'ils sont arrivés à cette situation ?
- Que ressentent les personnes de l'image ?
- Si le conflit n'est pas résolu, que pourrait-il se passer ?
- Si le conflit est résolu, que pourrait-il se passer ?
- Vous aurez réagi comment ?

Les élèves partageront leurs pensées et leurs arguments avec les autres copains, dans le but d'encourager l'échange d'idées ; la réflexion collective se complète avec ce débat constructif.

Dans cette activité, ils apprendront non seulement à trouver des solutions pour résoudre des conflits, mais ils vont travailler également l'expression orale et le respect du tour de la parole.

4. Conclusions

L'intelligence émotionnelle joue un rôle essentiel dans la vie de l'être humain, car elle a un impact sur la manière de ressentir, de penser et d'agir. Par ailleurs, elle peut influencer à la fois la réussite personnelle et professionnelle des individus, ce qui en fait une nécessité impérieuse d'éduquer et d'apprendre à gérer les émotions dès le plus jeune âge.

Cependant, tous les enfants n'apprennent pas à reconnaître et à gérer leurs émotions dès qu'ils sont petits, car ils n'ont pas été appris correctement chez eux ou qu'ils n'ont pas eu la liberté d'exprimer leurs sentiments ou leurs sensations. C'est pourquoi, lorsqu'ils atteignent l'adolescence, la gestion des émotions devient de plus en plus difficile, car ils traversent une étape très compliquée pour eux, dans laquelle ils se sentent perdus et déconcertés, car ils ne savent pas qui ils sont et, donc, ils doivent le découvrir.

Dans l'enseignement obligatoire, nous nous retrouvons avec des adolescents perdus, rebelles, frustrés, qui peuvent avoir un comportement étrange et des compétences sociales peu développées. Comme des enseignants, nous pouvons penser que cela ne nous concerne pas, mais ce n'est pas le cas. Nous pouvons leur offrir notre aide et être un soutien pour eux. Notre rôle comme professeurs ne se borne pas seulement à transmettre des connaissances, mais aussi d'influer dans leur vie, de manière positive ou négative. Sous cette perspective, les enseignants de langue étrangère peuvent contribuer de façon significative à améliorer les compétences émotionnelles par le biais de compétences communicatives, langagières et culturelles.

Quand on pense à l'intelligence émotionnelle, on ne l'associe jamais au domaine de l'éducation et encore moins à l'apprentissage des langues étrangères, mais pourquoi ? L'acquisition d'une langue étrangère dépasse l'étude et de l'acquisition de connaissances linguistiques. C'est pourquoi, tout au long de ce TFM, nous avons exploré s'il existe un lien entre l'intelligence émotionnelle et l'apprentissage de la deuxième langue étrangère, soit le FLE. Comme nous l'avons constaté, si les apprenants ne sont pas réceptifs à l'apprentissage d'une langue ou ne se sentent pas à l'aise pour l'apprendre, ils vont dresser une barrière émotionnelle qui entravera leur apprentissage. Par conséquent, à travers la langue elle-même, nous pouvons essayer de faire disparaître progressivement cette barrière et susciter l'intérêt des élèves pour la langue.

Comme future professeure de français, le bilan de ce travail inspire la complémentarité qui soutient l'intelligence émotionnelle et l'acquisition des compétences et des contenus

langagiers chez les élèves. Il est vrai et certain que l'enseignement d'une matière quelconque doit forcément être en accord avec les lois de l'enseignement, mais l'apprentissage des matières instrumentales ne doit pas exclure la gestion des émotions. La correspondance entre l'apprentissage et l'esprit critique et analytique des élèves passe forcément par l'éveil de la curiosité et de la capacité d'observation ; tout comme l'empathie leur permet de percevoir les réactions de l'autre et, enfin, de pouvoir établir des relations saines, ce qui s'avère fondamental dans l'apprentissage d'une langue étrangère, processus qui sollicite communiquer avec autrui dans une autre langue. Enfin, les activités proposées sont axées sur le travail avec les élèves sur les composantes de l'intelligence émotionnelle de façon transversale, dans le but de renforcer les contenus de la langue française.

5. Bibliographie

- Alabart, M. À. & Martínez, E. (2016). *Educación emocional y familia*. Barcelona: Graó.
- Álvarez, M. y Bisquerra, R. (1996). *Manual de orientación y tutoría*. Barcelona: Cisspraxis.
- Arguedas, C. (2009). “Música y expresión corporal en los procesos de enseñanza y aprendizaje del inglés, español y francés”. *Actualidades Investigativas en Educación*. N.o O, pp. 1-31.
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient inventory (EQ-I): Technical Manual*, Toronto, Canadá: Multi-Health Systems.
- Bisquerra, R. (2005). *La educación emocional y competencias básicas para la vida*. *Revista de Investigación Educativa*, vol. 21.
- Cuq, J.-P. (2003). *Dictionnaire de didactique du français langue étrangère et seconde*. París: ASDIFLE/CLE International.
- Extremera, N. y Fernández Berrocal, P. (2004). *Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios*. *Clínica y salud*, 15.
- Fericgla, Josep Ma. (2010). *Cultura y emociones. Manifiesto por una Antropología de las emociones*. Extrait de la page web : www.etnopsico.org
- Galton, Sir Francis. (1894). *Natural Inheritance*. Macmillan. Extrait de la page web : <http://www.mugu.com/galton/books/natural-inheritance/pdf/galton-nat-inh-lup-clean.pdf>
- García Fernández, M. & Giménez-Mas, S.I. (2010). “La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador”. *Espiral. Cuadernos del Profesorado* [en ligne], 3(6), 43-52. Disponible en: <http://www.cepcuevasolula.es/espisal>.
- Gardner, Howard. (1983). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*, New York: Basic Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam.

Goleman, Daniel. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.

Gómez Gras, J.M., Galiana Lapera, D. & León Espí, D. (2000). *Qué debes saber para mejorar tu empleabilidad*. Elche: Universidad Miguel Hernández.

Márquez, M. G. C., De Cleves, N. R., & Burgos, B. M. V. (2011). “Incidencia de la inteligencia emocional en el proceso de aprendizaje”. *Nova*, 9(15).

Mayer, J.D. & Cobb, C.D. (2000). « Educational policy on emotional intelligence: the case for ability scales ». In R. Bar-On & J.D.A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence*. San Francisco, Jossey Bass.

Mehrabian, A. (1996). *Manual for the Balanced Emotional Empathy Scale (BEES)*, Alta Mesa. Monterrey, CA: Mehrabian.

Montañez, J. y Latorre, J. (2008). *¿Es la inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones*. Málaga: Universidad de Málaga.

Núñez, C. G. (2007). *Inteligencia emocional de los gerentes en instituciones de educación superior*. *REDHECS*, 2(2), 36-54.

Salovey, P. & Mayer, J. (1990). « Emotional intelligence ». *Imagination, cognition and personality*, 9, 185-211.

Samayoa Miranda , M. de L., & Márquez Munguía , Y. (2012). “¿Qué es la inteligencia emocional?”. *Savia: Revista de Investigación e Intervención Social*, (11), 10–15.

Sana, K., & Zineb, B. (2020). *Le Jeu de rôle et l'exposé quel impact sur l'enseignement/apprentissage de l'oral en classe de FLE*. TFM.Université de Larbi Ben M'hidi-Oum. Argelia

Shapiro, Laurence. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. España: Grupo Zeta.

Soriano Madrid, R. “Gestión de las emociones en el aprendizaje de la Lengua Extranjera: Inglés”. *Publicaciones Didácticas*, 90, 524-544.

Weisinger, H. (2001). *La Inteligencia Emocional en el Trabajo*. Editorial Suma de Letras, S. L. España.