
N° 5 | 2020

Théories et pratiques du Care

La pleine conscience pour l'enseignant : réflexions sur les intérêts pédagogiques de cette démarche

Marianne CLAVEAU

Édition électronique :

URL :

<https://notos.numerev.com/articles/revue-5/739-la-pleine-conscience-pour-l-enseignant-reflexions-sur-les-interets-pedagogiques-de-cette-demarche>

DOI : numerev_119

ISSN : 2257-8204

Date de publication : 12/06/2020

Cette publication est sous licence **CC BY-NC-ND** (Attribution - No commercial - No derivatives).

Pour **citer cette publication** : CLAVEAU, M. (2020) La pleine conscience pour l'enseignant : réflexions sur les intérêts pédagogiques de cette démarche. *Notos*, (5). https://doi.org/10.34745/numerev_119

Crise sociale, crise économique, crise environnementale... Il semble nécessaire de transformer notre façon d'être au monde. La pleine conscience propose d'apprendre à revenir prendre soin de nous-même, à observer notre fonctionnement et à redéfinir nos véritables besoins. Pratique simple et facile à intégrer au système éducatif, elle peut apporter des réponses à certaines difficultés rencontrées par les enseignants dans la société d'aujourd'hui : manque d'attention des élèves, situation de violences, besoin d'écoute et de compréhension, nécessité d'instaurer un climat de confiance pour favoriser l'expression. La pleine conscience répond aux besoins de responsabilité et de résilience, à la nécessité de savoir se ressourcer et de prendre soin de ses émotions en proposant un cheminement éthique et citoyen.