

## **Apprendre selon l'Approche Interpersonnelle (AI)**

Antoinette Vonlanthen

Apprendre vient du latin « apprehendere », qui veut dire « saisir ». La définition qu'en donne le Larousse est : acquérir la connaissance et la pratique. Qu'est-ce que ce mot me fait ressentir ? Je vous le raconte :

*« Autrefois, tout ce que j'ai aimé à l'école, je m'en suis souvenue. Tout ce que j'ai détesté, je m'en suis soit débarrassée, je l'ai oublié, ou bien je l'ai transformé et j'ai donné naissance à de nouvelles compositions de mots qui me plaisaient. Je suis devenue, malgré moi, ma propre enseignante. Bien des professeurs se sont étonnés de ma bizarre autonomie. Les uns ont déclaré que je n'irais pas loin, d'autres ont prétendu le contraire.*

*Tous ont eu tort, car l'expression langagière n'est pas une performance en soi. Le langage, à part ses rouages traditionnels et ses règles de grammaire, est sans cesse en mouvement. Il s'adapte aux humeurs du temps. L'expression humaine se transforme au gré du développement social, économique et culturel. Aller loin, c'est donner la liberté aux êtres humains dans leur manière d'être, de penser, de travailler et d'apprendre. C'est le défi que j'aime relever ».*

### **Les entreprises apprenantes**

Aujourd'hui, les questions liées à l'apprentissage ne sont pas seulement individuelles. Les groupes, les entreprises, les sociétés sont appelés à devenir également apprenants. Pour l'adulte, apprendre est une question de disponibilité d'esprit, de maturité, de curiosité infinie, d'autonomie et de soif de liberté. Apprendre permet à l'individu de se développer en vivant un processus de changement. « Je vois\* le développement de l'apprentissage comme l'activité qui pourrait donner des réponses aux plus grands problèmes qui oppressent en notre temps les êtres humains : des réponses constructives, tâtonnantes, changeantes, se développant dans un processus continu ».

(\* Carl R. Rogers, Lernen in Freiheit, Kösel)

### **La confiance**

Le potentiel humain ne peut s'accroître que dans une atmosphère de confiance. Pour ce faire, aucune technique n'existe. C'est l'élément le plus important pour celui qui enseigne.

### **L'Approche Interpersonnelle dans l'enseignement des langues**

La source de cette nouvelle approche se trouve dans la pédagogie rogérienne. Elle est basée sur l'expérience et implique plusieurs facteurs :

#### **- Apprendre implique un engagement personnel**

Toute la personnalité prend part à la démarche d'apprentissage tant par ses sentiments que par ses aspects cognitifs.

#### **- Apprendre est initié par soi-même**

Même si l'influence vient de l'extérieur, le sentiment de découverte, de recherche, de dépassement, de compréhension vient de l'intérieur.

### **- Apprendre touche toute la personnalité**

L'apprentissage change le comportement, les attitudes, peut-être même la Personnalité de l'apprenant.

### **- Apprendre est évalué par l'apprenant**

Il sait si l'apprentissage correspond à ses besoins, si le contenu mène à ce dont il a besoin, si la clarté apparaît sur les tâches sombres du non-savoir.

### **- Le caractère distinctif d'apprendre est le sens (Sinn)**

Si une telle manière d'apprendre a lieu, l'expérience permet à l'apprenant d'y voir un sens réel.

L'Approche Interpersonnelle se différencie de la méthode rogérienne en ce qu'elle n'est pas thérapeutique au sens large du terme et qu'elle représente un nouvel instrument dans la didactique des langues. *Elle se concentre plus sur la manière de dire de l'apprenant que sur ses besoins affectifs.*

Elle se compose de cinq éléments ou aspects fondamentaux :

#### **1. Les êtres humains**

Le développement personnel  
Les rôles du professeur et de l'apprenant  
Les besoins de l'apprenant

#### **2. La relation entre les personnes**

Les conditions

#### **3. La manière de faire**

La planification et l'organisation des cours

#### **4. Le contenu (l'apprentissage du français, la communication, l'expression)**

Didactique

#### **5. Les exigences institutionnelles**

Structure des cours

Je reprends ces thèmes en vue de donner une nouvelle perspective à l'apprentissage des langues :

#### **1. Les êtres humains**

Les qualités humaines devant être encouragées lors des cours sont : donner la sensation aux êtres humains de pouvoir expérimenter et approfondir en liberté leurs objectifs, leurs besoins, leurs sentiments et leurs idées.

#### **Le développement personnel**

L'apprentissage de la langue française permet de développer à la fois les compétences linguistiques, professionnelles, personnelles, économiques, culturelles et sociales. Il renforce le potentiel humain et donne l'occasion de vivre des relations authentiques et profondes.

#### **Les rôles du professeur et de l'apprenant**

Pour apprendre dans le cadre de la formation continue, les rôles des partenaires doivent être définis afin de savoir où l'on va. Dans sa vie professionnelle ou personnelle, l'apprenant assume des rôles différents tels que diriger des collaborateurs, tenir des séances, etc.

Pendant les cours de français, il doit redéfinir son rôle en tant qu'apprenant. Cette situation est nouvelle.

### **Les besoins de l'apprenant**

Pour connaître ses propres besoins, une prise de conscience s'impose. Comment procéder ? D'abord, se poser les questions suivantes :

- a) Comment ai-je appris autrefois à l'école, durant mon apprentissage, mes études, lors de cours suivis dans d'autres écoles ? Les souvenirs sont-ils positifs ?
- b) Comment est-ce que je parle dans ma langue maternelle ? Mon langage est-il facilement compris de mon entourage personnel et professionnel ? Est-ce que j'arrive à convaincre les autres ou est-ce que j'attends plutôt que les autres argumentent ?
- c) Suis-je spontané, spontanée ?
- d) Ai-je de l'assurance lorsque je parle en public, lors de séances ?
- e) Quelles sont les qualifications que j'aimerais m'approprier, les compétences que j'aimerais acquérir ?
- f) Sais-je écouter ?
- g) Est-ce que je refoule mes émotions ou, au contraire, je les exprime ?
- h) Pourquoi est-ce que je veux apprendre le français ? Pour mon employeur ? Pour moi-même ? Pour faire carrière ?
- i) Combien de temps suis-je prêt à investir dans cet apprentissage ? Quelques mois, quelques années ? Suis-je prêt, prête à me donner les moyens de mes ambitions et à mettre des priorités ?
- j) Quel profil est-ce que je veux me donner à travers la langue française ?

## **2. La relation entre les personnes**

### **Les conditions**

Certaines conditions favorisent la relation entre deux ou plusieurs personnes et rendent l'apprentissage d'une langue plus agréable. Ce sont :

- a) Le contexte dans lequel se déroule l'apprentissage
- b) L'intention de la personne à vouloir se confronter aux difficultés de la vie
- c) L'authenticité du professeur
- d) L'acceptation de soi et des autres
- e) L'intuition
- f) Les ressources

## **3. La manière de faire**

La démarche se réfère à la manière dont l'Institut ILFE procède avec les conditions données et limitées, dont le contenu est en relation avec les personnalités (professeur

et apprenant) tout en favorisant la liberté d'apprentissage, par exemple la clarté de l'organisation, le soutien à tout changement pendant le processus d'apprentissage, l'expérimentation.

### **La planification et l'organisation des cours**

La planification des cours, mais aussi des devoirs, est réalisable si l'intérêt de progresser est en relation avec les ambitions personnelles et professionnelles de l'apprenant.

L'organisation est une mesure permettant de développer ses compétences dans la vie quotidienne. Pour planifier et organiser le contenu des cours, il s'agit de rendre visible les objectifs en langue française. La continuité des cours fait partie du contrat institutionnel. Le changement des dates des leçons est faisable selon les possibilités du professeur, qui sont limitées.

## **4. Le contenu des cours de français qui donnent un sens**

Certaines activités réveillent les sens et leur donnent une forme. Pour ce faire, l'apprentissage de la langue française exige un comportement qui permet de « se poser des questions, de se confronter à la réalité et aux êtres humains, de s'exprimer, d'argumenter, de construire un réseau social, de désapprendre, d'expérimenter, de mettre en mouvement un processus » (André Giordan, Apprendre\*).

### **Didactique**

Concernant le contenu des cours, le fait de seulement s'exprimer en français sans connaître la grammaire est une illusion, à moins de vivre dans un entourage où l'on se contente de parler cette langue. La grammaire est un excellent moyen de lâcher prise sur ses émotions quotidiennes, ses tracas et ses habitudes. Elle permet la concentration et la valorisation de nouvelles connaissances. Discuter de manière différenciée le contenu des cours avec l'enseignante, l'enseignant, renforce les compétences en matière de planification et d'organisation. Surtout, elle permet la démarche transparente nécessaire au développement de la confiance. Discuter ouvertement du contenu des cours équivaut à créer une relation saine, dans laquelle chacun porte sa part de responsabilité.

Le contenu des cours de français signale la nature des objectifs et la manière dont ils vont être atteints. L'enseignant, l'enseignante ne peut dicter un contenu des cours à l'insu de l'apprenant. D'autre part, l'apprenant ne peut exiger un contenu étranger à sa manière d'être. Dans la pratique, cela veut dire que l'apprenant ne peut exiger de l'enseignante, l'enseignant, qu'elle ou il lui enseigne le vocabulaire s'il n'est pas en mesure de l'apprendre ou s'il évoque le manque de temps pour ce faire. Le professeur ne peut pas non plus exiger de l'apprenant qu'il fasse des progrès s'il n'est pas à l'écoute des besoins de celui-ci.

## **5. Les exigences institutionnelles**

S'entendent par là le choix et la forme des cours, le prix, mais aussi le respect de la continuité, de l'organisation et de la planification, du paiement.

### **Structure des cours de l'Institut de Langue Française et d'Expression ILFE**

Une structure claire est nécessaire à la liberté d'apprentissage. Liberté d'apprentissage ne veut pas dire faire n'importe quoi, n'importe quand et n'importe où. Le programme de l'Institut ILFE est clairement défini. L'avantage de cette clarté est que c'est la même personne qui organise, qui planifie avec les apprenants et qui enseigne.

## **Facilités d'apprentissage**

Enfin, il me semble intéressant de m'arrêter sur quelques idées concrètes pouvant faciliter l'apprentissage :

- Ne jamais apprendre ou faire des exercices avec l'estomac creux.
- Pendant les devoirs, inclure des pauses, lire quelque chose d'amusant, boire un verre d'eau, respirer de l'air frais.
- Se poser des objectifs, ne pas repousser au lendemain ce qui peut être fait le jour même.
- Prendre conscience et réaliser ce qui a été fait et non pas ce qui reste à faire.
- Se motiver et se demander pourquoi cet apprentissage, ce devoir est important.
- Respecter et prendre en considération ses besoins en sommeil.

## **Conseils personnels**

- Choisir un endroit agréable pour faire des devoirs, sur une table rangée, avec une bonne lumière.
- Ne pas regarder la télévision qui distrait et fatigue le cerveau sans que l'apprenant ne se rende compte.
- Se préparer mentalement (quand je veux manger, travailler, étudier, me reposer).
- Se récompenser (prendre un bain, se promener, entreprendre un voyage, une invitation, etc.)
- Se poser des limites, ainsi qu'à son entourage.
- S'entourer de personnes optimistes.
- Soigner son corps : marcher, danser, faire des exercices, etc.
- Visualiser : se représenter des images reposantes ou activantes.
- Se faire confiance et faire confiance aux autres.

## **Nourriture pour le cerveau, selon Ingeborg Gassner \***

- Manger beaucoup de fruits et de légumes. Manger régulièrement.
- Boire beaucoup.
- Prendre de la:
  - Vitamine B6  
Elle favorise le calme intérieur, la tolérance sociale, et renforce l'état psychique. Elle se trouve dans les céréales, les lentilles, les légumes secs (graines de haricots, pois, etc.) et le riz naturel.
  - Vitamine B1  
Elle favorise la capacité intellectuelle, le développement des intérêts, l'assimilation de la compréhension. Elle se trouve dans les produits de céréales complètes, les légumes secs, la levure de bière. Le sucre, la farine et l'alcool sont des dévastateurs de vitamine B1.
  - Vitamine B3  
Elle favorise l'imagination, la capacité de s'occuper soi-même, le sens de l'humour et de la sociabilité. Elle se trouve dans les poivrons rouges, les champignons crus, les avocats (fruits !), le fenouil, le saumon et le thon.
  - Vitamine B5  
Elle renforce l'émotionnalité, la persévérance, la concentration. Elle se trouve dans les flocons d'avoine, les haricots blancs et les lentilles.
- du zinc  
Il renforce la pensée logique et rationnelle, la capacité d'assumer de la responsabilité. Il se trouve sous forme de tablettes.

## Observations personnelles

Après avoir créé, en 1993, la méthode « Personen-, prozess- und zielorientierte Französischkurse », j'ai réalisé que ce n'est pas l'objectif linguistique seul qui est déterminant, mais également le bien-être de l'apprenant, ainsi que la découverte des compétences individuelles. L'objectif pouvant changer au cours du processus, celui-ci pouvait mieux être cerné et les moyens d'y parvenir plus réalistes. Aucune méthode relationnelle n'existant à ce jour dans l'enseignement des langues, je me suis basée sur la méthode selon l'Approche Centrée vers la Personne de Carl R. Rogers, après avoir pu démontrer, dans la pratique, les résultats de ma démarche et de mes expériences. Plus tard, j'ai intégré à la méthode rogérienne les résultats de mes recherches linguistiques, psychologiques, psychanalytiques et philosophiques en la nommant « Approche Interpersonnelle ».

\* Littérature recommandée :

- Carl R. Rogers, Lernen in Freiheit, Zur Bildungsreform in Schule und Universität, Kösel
- Apprendre, André Giordan, Débats, Belin
- Exploratives Lernen, Der persönliche Weg zum Erfolg, Verena Steiner, Pendo
- Se libérer du connu, Krishnamurti, Stock
- So lernt man lernen, Angewandte Lernpsychologie – ein Weg zum Erfolg, Weltbild Verlag
- Lernen mit Erfolg, Ein Trainingsprogramm für Erwachsene, Barbara Kleber, Falken
- Lernen ohne Grenzen, DGSL, Suggestopädie-Stand und Perspektiven, GABAL, AOL-Verlag, Artikel Ingeborg Gassner, Nahrung für das Gehirn.
- Anne Calatin; Ernährung und Psyche, Verlag C. F. Müller, Karlsruhe
- Prof. Werner Lauff/Heinrich Tönnies, Beziehungen zwischen Ernährung, Verhalten und Erziehung, Seminare des Instituts für Lehrerfortbildung, Hamburg 1988 und 1989.

<

Berne, avril 2005