

MUSIQUE

Soutenir le développement de l'autorégulation par la musique

Aimée Gaudette-Leblanc, M. MUS.
Candidate au doctorat,
Faculté de musique,
Université Laval,
Professeure régulière,
Département des sciences de l'éducation,
Université du Québec à Trois-Rivières

Noémie Montminy, M. A.
Candidate au doctorat,
Faculté des sciences de l'éducation,
Université Laval

Stéphanie Duval, Ph. D.
Professeure agrégée,
Faculté des sciences de l'éducation,
Université Laval

Récemment, plusieurs chercheurs ont examiné les effets de la participation à un programme d'éducation musicale sur le développement de l'autorégulation (AR) (p. ex., Bolduc et al., 2020; Degé et al., 2020; Williams et Berthelsen, 2019). Ces programmes proposent aux enfants de se synchroniser à la pulsation et de coordonner leurs actions, ce qui les amène à faire appel à un ensemble d'habiletés liées à l'AR (Williams, 2018). Or, certaines questions subsistent. Dans quels contextes et de quelles façons la musique peut-elle soutenir l'AR de l'enfant à l'éducation préscolaire?

Autorégulation

L'AR peut être définie comme la capacité de l'enfant à contrôler ses émotions, ses comportements et ses pensées de manière autonome, motivée et intentionnelle (Montminy et al., 2020). Trois composantes indissociables forment l'AR, lesquelles sont expliquées dans les prochains paragraphes.

Composante émotionnelle

La composante émotionnelle de l'AR permet à l'enfant de moduler son expérience émotionnelle, tant sur le plan psychologique (p. ex., pensées liées aux émotions) que physiologique (p. ex., mains moites) (Montminy, 2020). Reconnaître et moduler ses émotions et être apte à résoudre les conflits avec ses pairs sont des habiletés observables liées à la composante émotionnelle chez l'enfant d'âge préscolaire (Slot, 2017; Montminy et Duval, 2019).



Aujourd'hui, lors de la période de jeux libres à l'extérieur, Théo, Arthur et José font semblant d'être à l'ère jurassique et déplacent leurs dinosaures dans les herbes hautes. Soudain, Théo se met à pleurer. Arthur a caché le dinosaure qu'il préfère et il ne le retrouve plus. L'enseignante s'approche de Théo, le console, et lui propose d'explorer les herbes hautes avec lui. Rapidement, elle retrouve le dinosaure perdu, et Théo s'empresse de le prendre. Il indique qu'il préfère maintenant jouer seul, s'assoit au sol et manipule son dinosaure préféré. Il fredonne.

Dans la situation ci-dessus, il est probable que, à la suite de l'aide offerte par l'enseignante (corégulation¹), Théo soit en mesure de s'autoréguler. Chanter spontanément serait une stratégie utilisée par l'enfant d'âge préscolaire afin de s'autoréguler (Dean, 2019).

Assise près de Théo, l'enseignante propose à Arthur et José de cacher un autre dinosaure, qu'elle cherchera. Arthur accepte et fait le choix de cacher un dinosaure plus petit, pour que ce soit plus difficile! Alors qu'il se dirige vers les herbes hautes, l'enseignante récite une comptine. La fin de la comptine indique le moment où elle se lèvera pour aller chercher le dinosaure porté disparu.

Paroles de la comptine

Raptor, brontosaurus (_____)
 Vélociraptor (_____)
 Où peux-tu bien te cacher? (_____)
 Je te trouverai! (_____)
 Prêt, pas prêt, j'y vais!



Dans cette situation, l'enseignante propose une comptine dont la structure rythmique est claire et dont la pulsation est stable. On y retrouve quatre phrases de quatre temps, à l'instar des comptines habituellement pratiquées en classe. De plus, l'enseignante termine la comptine en scandant une phrase qui est bien connue de la part des enfants.

Composante comportementale

La composante comportementale de l'AR réfère à la capacité de l'enfant à moduler ses comportements (p. ex., autocontrôle) de manière à s'ajuster aux demandes environnementales (p. ex., s'abstenir de raconter une anecdote hors propos lors d'une causerie) (Montminy, 2020).

Il est maintenant temps de retourner en classe. Tous les enfants, dont Théo, Arthur et José, rejoignent leur enseignante. Certains viennent très rapidement, d'autres plus lentement. L'enseignante remercie les petits vélociraptors pour leur rapidité et leur rappelle que de retour dans l'école, il faudra plutôt se déplacer comme des brontosaurus. Elle démontre la démarche d'un brontosaurus en s'accompagnant d'une mélodie². Imitant leur enseignante, les enfants se dirigent vers leur classe, en marchant d'un pas lent.

Dans cette situation, l'enseignante modélise la marche tout en chantant une mélodie dont la pulsation est stable et le tempo est lent. Cela amène les enfants à moduler leurs comportements en fonction de la demande de l'enseignante (ralentir le pas, se déplacer d'un pas lent).

1 La corégulation est un processus interactionnel régulateur au sein duquel l'adulte use d'interventions chaleureuses et sensibles auprès de l'enfant, utilise des stratégies positives de gestion des comportements et crée un climat propice au déploiement de l'AR (Rosanbalm et Murray, 2018).

2 La chanson thème du film *Le parc Jurassique* est un choix judicieux. Le tempo est lent (100 pulsations à la minute) et stable. Le rythme est répété et la mélodie est simple.

Composante cognitive

La composante cognitive de l'AR permet l'utilisation délibérée de divers processus cognitifs (p. ex., métacognition, fonctions exécutives) déployés durant une situation donnée (Whitebread et al., 2009). Grâce à cette composante, l'enfant peut planifier ses actions, trouver des solutions aux problèmes et utiliser des habiletés cognitives de plus en plus complexes en vue d'atteindre un objectif précis, voire celui de réguler ses émotions, comportements et pensées (Montminy, 2020).

Maintenant assis au tapis de rassemblement, l'enseignante et les enfants font un retour sur leur période de jeux libres. Théo, Arthur et José mentionnent qu'ils ont joué à cacher et à trouver des dinosaures. « De quels dinosaures s'agissaient-ils? » demande l'enseignante. Arthur se souvient d'avoir cherché le raptor. Rapidement, José récite la première phrase de la comptine : « Raptor, brontosaurus ». De façon interactive, l'enseignante poursuit la comptine avec lui.

Puisque tous les enfants du groupe démontrent de l'intérêt, l'enseignante répète la comptine. Elle commence la démarche d'apprentissage de la comptine (Bolduc et Gaudette-Leblanc, 2017), qui est bien connue des enfants. Tout au long de la comptine, l'enseignante frappe la pulsation sur ses cuisses. Plusieurs enfants l'imitent, coordonnant voix et mouvements.

Dans la situation ci-dessus, la démarche d'apprentissage de la comptine proposée par l'enseignante amène les enfants à faire appel à plusieurs habiletés liées à l'AR. Ceux-ci sont invités à répéter les courtes phrases de la comptine de différentes façons (p. ex. réciter les mots, frapper les rythmes) tout en maintenant la pulsation.

En résumé, à l'éducation préscolaire, la musique peut être utilisée de différentes façons et dans différents contextes. En effet, lors des jeux libres, l'adulte peut observer que certains enfants fredonnent de façon spontanée, afin de réguler leurs émotions, leurs comportements et leurs pensées. Lors des activités de routine et de transition, l'adulte peut intervenir musicalement afin d'aider les enfants à se réguler (corégulation). Enfin, la pratique d'activités musicales simples, en petits ou en grands groupes, amène les enfants à coordonner leurs actions et à se synchroniser à la pulsation, et permet à l'enfant de mettre en action plusieurs habiletés liées à l'AR (Williams, 2018).

Références bibliographiques

- Bolduc, J. et Gaudette-Leblanc, A.** (2017). Des comptines pour le plaisir d'apprendre. *Revue Préscolaire*, 55(2), 47-48.
- Bolduc, J., Gosselin, N., Chevrette, T. et Peretz, I.** (2020). The impact of music training on inhibition control, phonological processing, and motor skills in kindergarteners: a randomized control trial. *Early Child Development and Care*, 1-10.
- Dean, B.** (2019). Spontaneous singing and musical agency in the everyday home lives of three- and four-year-old children. In S. Young et B. Ilari (eds). *Music in early childhood: Multi-disciplinary perspectives and inter-disciplinary exchanges* (103-118). Springer.
- Dégé, F., Patscheke, H. et Schwarzer, G.** (2020). The Influence of Music Training on Motoric Inhibition in German Preschool Children. *Musicae Scientiae*. doi.org/10.1177%2F1029864920938432
- Montminy, N., Duval, S. et Bouchard, C.** (2020). Le lien entre les habiletés d'autorégulation observées chez l'enfant âgé de 5 ans et la qualité des interactions en classe d'éducation préscolaire 5 ans. *Neuroéducation*, (6)1, 6-23. doi.org/10.24046/neuroed.20200601.6
- Montminy, N.** (2020). *L'autorégulation de l'enfant et la qualité des interactions enseignante-enfants en classe d'éducation préscolaire 5 ans* [Mémoire de maîtrise, Université Laval].
- Montminy, N. et Duval S.** (2019). *L'autorégulation des enfants âgés de 5 ans et la qualité des interactions en classe* [Communication présentée dans le cadre du colloque sur l'Accueil des enfants plurilingues et pluriculturels et de leur famille en éducation à la petite enfance : enjeux et inspirations]. 87^e congrès de l'ACFAS. Gatineau.
- Rosanbalm, K. D. et Murray, D. W.** (2018). *Co-regulation from birth through young adulthood: A practice brief*. Washington, DC: Office of Planning, Research and Evaluation, Administration for Children and Families, U.S. Department of Health and Human Services.
- Slot, P. L., Mulder, H., Verhagen, J et Leseman, P. P. M.** (2017). Preschoolers' cognitive and emotional self-regulation in pretend play: Relations with executive functions and quality of play. *Infant and Child Development*, 26(6), 1-21. doi.org/10.1002/icd.2038
- Whitebread, D., Coltman, P., Pasternak, D. P., Sangster, C., Grau, V., Bingham, S., Almeqdad, Q. et Demetriou, D.** (2009). The development of two observational tools for assessing metacognition and self-regulated learning in young children. *Metacognition and Learning*, 4(1), 63-85. link.springer.com/article/10.1007/s11409-008-9033-1
- Williams, K. E.** (2018). Moving to the beat: Using music, rhythm, and movement to enhance self-regulation in early childhood classrooms. *International Journal of Early Childhood*, 50(1), 85-100. psycnet.apa.org/doi/10.1007/s13158-018-0215-y
- Williams, K. E. et Berthelsen, D.** (2019). Implementation of a rhythm and movement intervention to support self-regulation skills of preschool-aged children in disadvantaged communities. *Psychology of Music*, 47(6), 800-820. doi.org/10.1177%2F0305735619861433