

**Master : « Métier de l'enseignement, de
l'Éducation et de la formation, 2nd degré »**

**« Parcours : Enseigner les Sciences de la
Vie et de la Terre »**

"La place de l'empathie dans l'enseignement secondaire, mise en place et enjeux"

**Mémoire présenté en vue de l'obtention
du Grade de Master**

**Soutenu par JALLAB Yasmine et SORGIUS Baptiste
Le 07/06/2024**

Commission de soutenance composée par :
Mme la Directrice de Mémoire LUTTRINGER Evelyne,
membre du jury M. THIEBAUT Benoît

ATTESTATION D'AUTHEENTICITE

Ce document rempli et signé par l'étudiant(e) doit être inséré dans tous les documents soumis à évaluation, après la page de garde.

Je, soussigné(e) : (nom et prénom) . *Jallab. Yasmine*

Etudiant(e) de : (Formation et année) . *M1. MEEF. SVT*

- certifie avoir pris connaissance du « Guide du Mémoire » de Master de l'INSPÉ et en particulier des pages consacrées au plagiat,
- certifie que le document soumis ne comporte aucun texte ou son, aucune image ou vidéo, copié sans qu'il soit fait explicitement référence aux sources selon les normes de citation universitaires.

Fait à . *Strasbourg* le *3/05/24*
.....

Signature de l'étudiant(e) : 

Tout plagiat réalisé par un étudiant constitue une fraude au sens du décret du 13 juillet 1992 relatif à la procédure disciplinaire dans les Établissement public à caractère scientifique, culturel et professionnel (EPSSCP). La fraude par plagiat relève de la compétence de la section de discipline de l'Université. En général la sanction infligée aux étudiants qui fraudent par plagiat s'élève à un an d'exclusion de tout établissement d'enseignement supérieur.

ATTESTATION D'AUTHENTICITE

Ce document rempli et signé par l'étudiant(e) doit être inséré dans tous les documents soumis à évaluation, après la page de garde.

Je, soussigné(e) : (nom et prénom) ... SORGUIS... Baptiste

Etudiant(e) de : (Formation et année) ... M1 MEEF SVT

- certifie avoir pris connaissance du « Guide du Mémoire » de Master de l'INSPÉ et en particulier des pages consacrées au plagiat,
- certifie que le document soumis ne comporte aucun texte ou son, aucune image ou vidéo, copié sans qu'il soit fait explicitement référence aux sources selon les normes de citation universitaires.

Fait à ... Strasbourg ... le ... 31/10/21 ... 2021

Signature de l'étudiant(e) :



Tout plagiat réalisé par un étudiant constitue une fraude au sens du décret du 13 juillet 1992 relatif à la procédure disciplinaire dans les Établissements publics à caractère scientifique, culturel et professionnel (EPSCP). La fraude par plagiat relève de la compétence de la section de discipline de l'Université. En général la sanction infligée aux étudiants qui fraudent par plagiat s'élève à un an d'exclusion de tout établissement d'enseignement supérieur.

Remerciements

Nous tenons à remercier les personnes sans qui nous ne serions jamais arrivés à produire ce Mémoire. Nous souhaitons exprimer notre profonde gratitude à notre Directrice de Mémoire, Madame Luttringer, pour son aide précieuse et son écoute attentive. Sans son soutien et ses précieux conseils, notre Mémoire n'aurait jamais abouti.

Nous tenons également à remercier Mme l'Inspectrice, Mme Roy, Mme Schmider, Mme la Professeure de SVT pour le temps qu'elles nous ont accordé pour répondre à nos entretiens malgré leurs agendas chargés.

De plus, nous souhaitons adresser mutuellement une mention particulière à notre classe M1 AGREG et MEEF, qui a su nous épauler dans ce projet de recherche.

Nous leurs adressons à tous nos sincères remerciements, notre profond respect et notre reconnaissance.

Remerciements personnels Yasmine Jallab :

Je souhaite adresser mes sincères remerciements à ma famille, en particulier à ma mère, qui m'a été d'un précieux secours et m'a témoigné un soutien indéfectible tout au long de la rédaction de mon Mémoire. Enfin, je tiens également à exprimer ma reconnaissance à mes amies Hilal Nur, Betül et Imane pour leur assistance et leurs encouragements dans la réalisation de ce projet.

Remerciements personnels Baptiste Sorgius :

Je souhaite adresser mes remerciements à mes parents qui m'ont apporté du soutien tout au long de l'année scolaire et qui nous ont aidé dans la relecture du Mémoire. Toute ma gratitude également à tous mes amis qui m'ont soutenu et épaulé et notamment Mme Menet Pauline, une amie très chère, pour son soutien indéfectible depuis ma première année à la Faculté de Strasbourg. En outre, j'aimerais remercier mes camarades de Master MEEF, et notamment la classe de M1 MEEF Eco-Gestion avec qui j'ai passé une formidable année au sein de l'INSPE.

Sommaire

Introduction	7
1. La revue de littérature.....	9
1.1. L'inscription de l'empathie dans les CPS	9
1.1.1. Le développement des émotions de l'enfant et sa relation aux autres.....	9
1.1.2. L'enjeu de la compréhension des émotions de l'enfant	10
1.1.3. Le développement des CPS à l'école encadré par les acteurs de l'Education Nationale.....	14
1.2. L'impact de l'empathie et de la relation enseignant-élève sur le bien-être à l'école.....	16
1.2.1. La relation RAEE et la compréhension des émotions de l'enfant.....	16
1.2.2. La mesure de l'impact de l'empathie et de la RAEE sur les élèves	18
2. La méthode et les résultats.....	19
2.1. La méthode.....	19
2.1.1. Les hypothèses.....	19
2.1.2. Le protocole expérimental	19
2.2. Les résultats	21
2.2.1. Définir l'empathie pour mieux l'enseigner	21
2.2.2. L'intérêt de l'empathie à l'école pour les individus et dans leurs relations	22
2.2.3. Le rôle de la relation affective enseignant-élève dans le bien-être à l'école ...	23
2.2.4. La place de l'empathie actuellement en milieu scolaire	24
2.2.5. La transmission de l'empathie en classe	24
2.2.6. La formation des personnels d'établissement à l'empathie.....	26
2.2.7. Proposition de méthode de formation visant les enseignants sur l'empathie ..	26
2.2.8. Difficultés d'enseigner l'empathie en fonction des profils d'élèves.....	27
2.2.9. L'enseignement à l'empathie en fonction de la tranche d'âge des élèves.....	28
2.2.10. Point de vigilance sur la sensibilisation à l'empathie.....	28

3. La discussion.....	29
3.1. Définir l'empathie pour mieux l'enseigner.....	29
3.2. Le rôle de l'empathie dans la construction de relations saines entre individus dans les établissements scolaires	30
3.2.1. L'intérêt de l'empathie à l'école pour les individus et dans leurs relations	30
3.2.2. Le rôle de la relation affective enseignant-élève dans le bien-être à l'Ecole ...	32
3.3. L'empathie en classe	33
3.3.1. La place actuelle de l'empathie actuellement en milieu scolaire	33
3.3.2. La transmission de l'empathie en classe	34
3.4. La formation des personnels d'établissement à l'empathie	36
3.5. Difficultés pouvant être rencontrés lors des cours d'empathie	39
3.5.1. Difficultés d'enseigner l'empathie en fonction des profils d'élèves.....	39
3.5.2. La réceptivité des élèves par rapport à l'empathie.....	40
3.5.3. L'enseignement à l'empathie en fonction de la tranche d'âge des élèves.....	41
3.5.4. La gestion de ses propres émotions devant les élèves dans le cadre des cours d'empathie.....	42
Conclusion	44
Bibliographie	45
Annexe 1: Entretien avec Mme Catherine Schmider.....	47
Annexe 2 : Entretien avec Mme Roseline Roy.....	51
Annexe 3 : Entretien avec Mme la Professeure de SVT	56
Annexe 4 : Entretien avec Mme l'Inspectrice Pédagogique Régionale	61
Résumé.....	64

Introduction

Selon l'INSERM en France chaque année ce sont 650 jeunes âgés de 15-24 ans qui décident de mettre fin à leur jour. On constate que depuis 1999 le taux de suicide ne cesse de croître chez les 15-19 ans d'après Wikipedia¹.

Malheureusement, cette tendance se reflète parfaitement au sein de l'École. En effet, le nombre d'adolescents qui décident de se suicider ne cesse d'augmenter.

Une des causes de ce passage à l'acte chez certains jeunes étant le harcèlement scolaire. Selon Libération, aujourd'hui, un élève sur cinq serait sujet à ce type de violence².

« Confrontés à plusieurs cas médiatisés, Elisabeth Borne et plusieurs membres du gouvernement ont présenté, le mercredi 27 septembre, un plan interministériel afin de lutter contre le harcèlement scolaire. La Première ministre a fait de ce plan une « priorité absolue », après avoir promis des mesures dès juin, en réaction au suicide de Lindsay, une adolescente de 13 ans, dans le Pas-de-Calais ».

Ce nouveau plan comprend de nombreuses clauses : une saisie systématique du procureur en cas de signalement, le bannissement des réseaux sociaux pour l'harcéleur, la confiscation du téléphone, des questionnaires pour libérer la parole dès le CE2, la mise en place de cours d'empathie dès la maternelle, deux heures d'enseignement sur le harcèlement par an, un numéro de signalement, la création de cellules dédiées au rectorat et des formations des acteurs de la communauté éducative³. Le harcèlement ayant des conséquences néfastes dans la vie scolaire et personnelles de l'étudiant harcelé qui ne se sent plus dans un environnement propice au travail et au bien-être au sein de l'école.

Ici on va se concentrer sur les cours d'empathie. Le ministre veut « éduquer à l'absence de violence et d'agressivité dans le rapport à l'autre », en construisant « davantage de temps dédié, dès l'école primaire ».

Gabriel Attal, s'est inspiré du modèle des pays nordiques où des temps pédagogiques sont dédiés à ces questions. Le ministre a promis d'inscrire au sein « du cursus scolaire des cours d'empathie » dès la maternelle. Il a estimé que « cela fera partie des savoirs fondamentaux à l'école » et a donc saisi le président du Conseil supérieur des programmes afin d'envisager une application de cette mesure à la prochaine rentrée scolaire de 2024. En

¹Wikipédia, suicide en France

²Article du journal Libération par Elsa Maudet du 07/11/2023, Harcèlement scolaire : un nouveau sondage revoit les chiffres à la hausse

³Article issu de Franceinfo de Lucie Beaugé du 27/09/2023, Harcèlement scolaire : cours d'empathie, questionnaire, confiscation des portables... Ce qu'il faut retenir du plan du gouvernement

effet, les « cours d'empathie » proposés en Finlande et au Danemark, permettent selon Gabriel Attal « l'apprentissage du respect de l'autre »⁴.

Cependant, dans les programmes actuels, nous avons déjà trouvé des références plus ou moins explicites à l'empathie, ce qui suggère que des actions sont déjà menées aujourd'hui. Nous avons également constaté que les enseignants que nous avons côtoyés font eux-mêmes régulièrement preuve d'empathie envers leurs élèves.

Si le ministre de l'Education Nationale s'inspire des pays nordiques dans ces nouvelles mesures, qu'en est-il des mesures déjà présentes en France, avant même l'annonce de ce plan ? Quelles sont les actions, dans l'état actuel des choses des éducateurs de la communauté éducative en ce qui concerne l'empathie ? C'est dans cette optique que nous allons nous demander au sein de ce mémoire : **Comment la sensibilisation à l'empathie réalisée par les professeurs des établissements publics français s'inscrit-elle déjà dans le cursus des élèves de la sixième à la terminale, quels en sont les enjeux, comment est-elle d'ores et déjà réalisée en pratique et par quels moyens l'empathie peut-elle être encore davantage développée dans les établissements ?**

Pour se faire, nous allons étudier l'inscription de l'empathie au sein des Compétences Psycho-Sociales (CPS) puis le lien entre l'empathie et le développement de l'enfant dans le cadre éducatif.

⁴Article de Ouest France du 13/09/2023, Harcèlement scolaire : Gabriel Attal appelle à réagir plus rapidement

1. La revue de littérature

1.1. L'inscription de l'empathie dans les CPS

1.1.1. Le développement des émotions de l'enfant et sa relation aux autres

Dès la naissance, l'enfant essaie d'interagir avec le monde qui l'entoure. Il est capable d'imiter certains gestes simples comme ouvrir la bouche ou sortir la langue. Chaque jour, il essaye de nouvelles choses. Le nouveau-né présente aussi un attrait pour les visages humains. Sa mémoire se développe et il recherche les visages de ses parents. Ses émotions ne sont pas contrôlées et elles sont plutôt extrêmes. Il communique avant par des pleurs qui sont son seul moyen de communication⁵. Jusqu'à ses 3 ans, l'enfant reste avec ses parents et ne dépend pas du système scolaire français. Cependant, depuis la naissance il a développé bon nombre de facultés motrices, sensorielles, de langage et de compréhension du monde qui lui permettent d'avoir un bon développement et de créer une relation avec le monde qui l'entoure. Lorsque l'enfant a 3 ans en France il est placé à l'école avec de nouvelles personnes dont des enfants de son âge qu'il ne connaît pas. Cela participe à son développement et à la création d'une relation avec les autres jusqu'à l'âge adulte et même après.

A partir de cette période, l'enfant développe de nouvelles compétences motrices et enrichit son langage. En effet, il commence à faire des phrases construites et il arrive à être assez attentif pour écouter une courte histoire. Il reconnaît des personnes et des lieux et développe sa capacité à être seul. A 4 ans, l'enfant possède un vocabulaire de plus de 200 mots, il peut raconter une histoire en respectant le déroulement, et est capable de répondre au téléphone. A l'école primaire, l'enfant a entre 6 et 12 ans. Il étoffe sa relation avec les autres. C'est le début de vraies amitiés solides et durables avec des intérêts communs et des activités partagées. Vers l'adolescence, l'enfant change, avec des différences physiques entre les garçons et les filles.

Vers 12 ans, l'enfant peut entrer en conflit avec ses parents, c'est le début de la puberté. A 14 ans, c'est le début des bandes d'amis avec une énorme influence du groupe de pairs. A 18 ans, c'est l'établissement d'une identité claire et distincte pour la moitié des adolescents.

Tout ce développement global de l'enfant s'accompagne d'un développement émotionnel de ce dernier. De 6 mois à 2 ans, les émotions de base émergent, telles que la joie, la colère, la peur, la tristesse qui deviennent plus distinctes. Il montre aussi des signes

⁵Article de l'Institut national de santé publique du Québec, les étapes du développement

d'empathie en répondant aux émotions des adultes. De 2 à 6 ans, c'est le début de l'âge scolaire. L'enfant développe un langage émotionnel plus large pour décrire ses sentiments et ceux des autres. Il apprend aussi à gérer ses émotions avec l'aide des personnes qui l'entourent. De 6 à 12 ans, l'enfant complexifie encore ses émotions qui deviennent aussi nuancées. Il commence à comprendre les contradictions émotionnelles et les émotions mixtes. En parallèle, l'enfant développe une meilleure compréhension des normes sociales et des attentes concernant l'expression des sentiments. A l'adolescence, l'enfant continue à explorer et à développer son identité émotionnelle y compris son orientation affective et ses relations interpersonnelles. Les compétences d'autorégulation émotionnelle continuent à s'accroître influencées par des facteurs tels que la maturité cérébrale et l'expérience sociale⁶.

1.1.2. L'enjeu de la compréhension des émotions de l'enfant

On utilise le mot CPS mais en réalité à quoi correspond-il ?

Les Compétences Psycho Sociales (CPS) d'après le site académique de Bordeaux, le concept ("life skills" en anglais) voit le jour en 1994, introduit par l'Organisation Mondiale de la Santé. Elles se définissent comme la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. « C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. » (WHO 1994) Jusqu'à 2018 « elles pouvaient être définies comme des compétences transversales, génériques et interdisciplinaires qui ne figurent pas explicitement dans les programmes »⁷.

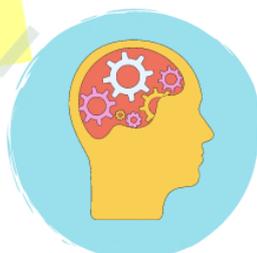
Cette définition est actualisée au cours du temps par Santé Publique France et on retrouve sur le site académique de Paris une définition plus actuelle. Elles sont caractérisées comme « un ensemble de capacités qui permettent de faire face aux défis du quotidien et aux épreuves de la vie, d'assurer un bien-être mental afin d'adopter des comportements appropriés et positifs dans les relations à soi, aux autres et à son environnement, comme : savoir résoudre des problèmes, communiquer efficacement, avoir conscience de soi et des autres, savoir réguler ses émotions ».

⁶PDF du département médico-chirurgical de pédiatrie de l'hôpital de Lausanne, le développement de l'enfant et de l'adolescent

⁷Académie de Bordeaux, Les Compétences Psychosociales (CPS) : qu'est-ce que c'est ?

« L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit 10 aptitudes à développer pour permettre l'adoption de comportements favorables à la santé et au bien-être⁸. Elles sont classées en 2001 en trois catégories : cognitives, sociales et émotionnelles. »

**LES
CPS**



COMPÉTENCES COGNITIVES

Avoir conscience de soi , s'auto-évaluer positivement
Avoir une pensée critique
Avoir une pensée créative
Savoir résoudre des problèmes
Savoir prendre des décisions constructives



COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES

Savoir gérer ses émotions
Savoir gérer son stress



COMPÉTENCES SOCIALES

Savoir communiquer efficacement
Être habile dans les relations interpersonnelles
Avoir de l'empathie pour les autres

« Elles sont intégrées depuis 2015 par l'Éducation nationale dans le socle commun de connaissances, de compétences et de culture, puis par le Ministère de la Santé depuis 2016 dans le parcours éducatif santé⁸ »

On retrouve donc l'empathie parmi les CPS dans la mention compétences sociales, traité des CPS en général nous amène donc inévitablement au traitement de "l'empathie qui est le ciment d'une relation bienveillante⁹."

Elle est une des trois attitudes fondamentales promues par le philosophe et humaniste Carl Rogers (1968) avec la « congruence » et « la considération positive inconditionnelle » » que nous ne traiterons pas dans le cadre de ce mémoire.

⁸Académie de Paris, Les Compétences Psychosociales

⁹Christophe Marsollier, Sens, enjeux et pouvoir de la bienveillance dans la relation éducative et pédagogique

Selon Christophe Marsollier¹⁰ « l'empathie est définie par J. Decety comme une capacité innée qui comporte 3 composantes (J. Decety) :

1. l'empathie émotionnelle : sentir et partager les sentiments d'autrui sans être dans la confusion entre soi et l'autre
2. l'empathie cognitive : comprendre les sentiments, besoins et pensées d'autrui
3. la sollicitude : prendre soin du bien-être d'autrui »

Concrètement quels sont les enjeux du développement de ces CPS ?

Pour M. Marsollier quand « l'empathie est utilisée avec éthique (= réfléchir à ce qui est bon pour l'autre) elle permet de produire de très puissants feed-backs (retour d'un enseignant sur une production) car ils sont adaptés à l'élève, contribuant à créer un « attachement sécurisé » à l'enseignant, une relation de confiance, de « connecter » l'élève à ses émotions, les nommer et être compris, de désamorcer les tensions émotionnelles des élèves, diminuer leur stress, de les aider à réguler leurs émotions, développer leur empathie, leur bien-être ».

D'après M. Marsollier les enjeux à court terme sont :

- « de contribuer au développement de relations sociales positives et constructives
- de développer une conscience positive de soi (« état d'esprit évolutif », C. Dweck)
- de réduction du stress et le développement de son empowerment (pouvoir d'action personnel)
- de favoriser un développement global (social, émotionnel, cognitif, physique) et l'adaptation sociale aux événements, contraintes et obstacles rencontrés
- de favoriser le bien-être subjectif et la qualité des relations (vivre-ensemble)
- Prévenir les problèmes de santé physique et mentale (repérer des élèves en difficulté) :
 - consommation de substances psychoactives
 - comportements violents
 - comportements sexuels à risque »

et à long et moyen termes :

- « de soutenir et renforcer l'estime de soi, la connaissance de soi et l'affirmation de soi
- d'améliorer la qualité des relations entre élèves et entre élèves et adultes
- de créer une relation significative avec les élèves, un climat scolaire positif et serein
- de favoriser le vivre-ensemble, les valeurs de paix, de coopération, de solidarité...

¹⁰ Classe virtuelle du réseau Canopé par Christophe Marsollier sur les CPS

- de préparer les conditions d'un épanouissement et d'un développement professionnels »

Pourquoi développer ces CPS à l'École ?

Dans le paragraphe précédent, nous avons déjà abordé les enjeux de ces CPS à l'école. Nous pouvons compléter nos propos en citant Damien Tessier, qui explique, dans un entretien premièrement, qu'il s'agit d'un enjeu de santé publique important.

Les CPS sont inscrits dans la stratégie de développement et prévention de la santé publique dans la charte d'Ottawa déjà en 1986 (la nécessité de développer les aptitudes nécessaires à la vie est un axe principal de la promotion de la Santé) de nombreux programmes de santé public de développement des CPS y sont dans le but de prévenir les consommations (alcool/ tabac), réduire les conduites à risques.¹¹

L'École peut jouer un rôle important quant au déploiement d'une approche positive et intégrée de promotion de la santé et du bien-être des enfants et des adolescents : des élèves en bonne santé sont dans de meilleures conditions d'apprentissage et des élèves qui se «sentent en réussite » auront un sentiment de bien-être et de capacité d'agir, lui-même favorable à une bonne santé.¹²

Forcément, l'école dont le but est de former des citoyens responsables intègre une logique de promotion de santé publique et on constate donc dans les années 1990 et 2010 l'apparition des CPS en France. En France les CPS apparaissent selon lui surtout de manières législatives dans les textes officiels (parcours éducatifs de santé, le socle commun de connaissances et compétences) et bien que l'intérêt ne fasse qu'augmenter avec les années, elles ne sont pas encore très bien ancrées dans la pratique.

Cependant grâce aux autres pays nous avons des connaissances sur les effets des programmes de développement des CPS dans le cadre scolaire. « Des travaux de recherche menés aux États Unis depuis 30-40 ans montrent grâce aux méta analyses que mettre un programme où les CPS sont développés permet de réduire la présence du stress, l'anxiété scolaire, améliore les relations prof-élèves et diminue les effets du harcèlement, améliore les résultats scolaires des élèves (cet effet est relativement durable et plus marqué quand il est conduit directement non par les enseignants mais par des intervenants extérieurs à l'établissement) ».

¹¹Damien Tessier en 2023, Pourquoi faut-il développer les CPS à l'école ?

¹² Les compétences psychosociales : état des connaissances scientifiques et théoriques, octobre 2022 de Santé Public France, p.57

Après s'être intéressé aux enjeux nous allons voir comment les développer au sein de l'école tel que l'indiquent les textes actuels, avant même la mise en place du plan annoncé par le ministre.

1.1.3. Le développement des CPS à l'école encadré par les acteurs de l'Education Nationale

Les actions de promotion de la santé auprès des élèves font partie des missions de l'Education Nationale comme le stipule l'article L. 541-1 du Code de l'éducation.

L'École promotrice de santé, pour être efficace, s'inscrit dans la durée. Elle est basée sur une démarche de projet adapté au contexte local, elle agit sur plusieurs aspects de manière concertée et cohérente (comportements individuels, aspects organisationnels, environnement scolaire...) et associe tous les acteurs. Les adultes de l'École étant des référents importants pour les élèves, il est fondamental de pouvoir les former aux CPS pour qu'ils puissent eux-mêmes les développer chez les élèves.¹²

Bien que nous ayons évoqué précédemment la présence des CPS au sein des textes officiels, en réalité, selon Marsollier « les textes officiels explicitent assez peu la notion de CPS, elle n'apparaît pas clairement dans le Socle Commun de Connaissances et Compétences et apparaît indirectement dans les programmes d'EMC et d'EPS ainsi que dans le parcours éducatif de santé et parcours citoyen ».

Les CPS sont mises en perspective avec le Socle Commun Compétence et Connaissance dans le « guide d'accompagnement pour la mise en œuvre du Parcours éducatifs de santé » annexe 2.¹⁰

Tableau 5. Mise en perspective des compétences psychosociales et du socle commun des connaissances, de compétences et de culture

	Langages pour penser et communiquer	Méthodes et outils pour apprendre	Formation de la personne et du citoyen	Systèmes naturels et systèmes techniques	Représentations du monde et activité humaine
Savoir résoudre les problèmes Savoir prendre des décisions		L'élève sait identifier un problème, s'engager dans une démarche de résolution, mobiliser les connaissances nécessaires, analyser et exploiter les erreurs.	L'élève apprend à résoudre les conflits sans agressivité, à éviter le recours à la violence grâce à sa maîtrise de moyens d'expression, de communication et d'argumentation.	Il s'agit d'éveiller la curiosité de l'élève son envie de se poser des questions, de chercher des réponses et d'inventer. L'élève sait mener une démarche d'investigation.	
Avoir une pensée créatrice Avoir une pensée critique	Ce domaine permet l'accès à d'autres savoirs et à une culture rendant possible l'exercice de l'esprit critique.	L'élève identifie les différents médias (presse écrite, audiovisuelle, Web) et en connaît la nature. Il en comprend les enjeux et le fonctionnement général afin d'acquérir une distance critique et une autonomie suffisantes dans leur usage.	Il fonde et défend ses jugements en s'appuyant sur sa réflexion et sur sa maîtrise de l'argumentation.	L'élève connaît l'importance d'un comportement responsable vis-à-vis de l'environnement et de la santé et comprend ses responsabilités individuelle et collective.	Il implique une réflexion sur soi et sur les autres, une ouverture à l'altérité, et contribue à la construction de la citoyenneté.
Savoir communiquer efficacement Être habile dans les relations interpersonnelles	L'élève parle, communique, argumente à l'oral de façon claire et organisée.	L'élève apprend à utiliser avec discernement les outils numériques de communication et d'information en respectant les règles sociales de leur usage.	L'élève coopère et fait preuve de responsabilité vis-à-vis d'autrui. Il respecte les engagements pris envers lui-même et envers les autres.		Dans le cadre d'activités et de projets collectifs, il prend sa place dans le groupe en étant attentif aux autres pour coopérer ou s'affronter dans un cadre réglementé.
Avoir conscience de soi Avoir de l'empathie pour les autres		La maîtrise des méthodes et outils pour apprendre développe l'autonomie et les capacités d'initiative ; elle favorise l'implication dans le travail commun, l'entraide et la coopération.	L'élève est capable de faire preuve d'empathie et de bienveillance. Il comprend que la laïcité garantit la liberté de conscience et permet de vivre ensemble pacifiquement.	L'élève sait que la santé repose sur des fonctions biologiques coordonnées, susceptibles d'être perturbées par des facteurs physiques, chimiques, biologiques et sociaux de l'environnement et que certains de ces facteurs de risques dépendent de conduites sociales et de choix personnels.	Ce domaine implique une réflexion sur soi et sur les autres, une ouverture à l'altérité, et contribue à la construction de la citoyenneté.
Savoir gérer son stress Savoir gérer ses émotions	Il s'exprime par des activités, physiques, sportives ou artistiques, impliquant le corps. Il apprend ainsi le contrôle et la maîtrise de soi.		L'élève exprime ses sentiments et ses émotions en utilisant un vocabulaire précis.		Il mobilise son imagination et sa créativité au service d'un projet personnel ou collectif. Il développe son jugement, son goût, sa sensibilité, ses émotions esthétiques.

Santé publique France / Les compétences psychosociales : état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021 / p. 58

Sont également mis à disposition des enseignants sur des sites académiques, différents outils tels que des ressources Cartable avec des exemples d'activités à faire en classe, des formations proposées par l'EAFC ou encore des vidéos Canopé⁸.

Actuellement il existe différents programmes d'implantation au développement des CPS et ceux-ci sous différentes modalités pédagogiques : le programme Unplugged, Prodas et GBD.¹³

« De nombreux chercheurs s'intéressent aux facteurs clés et d'implantation de ces différents programmes CPS probants. Ainsi pour eux les programmes CPS dit probants comportent trois éléments clés :

- le développement des CPS cognitives, émotionnelles et sociales,
- des méthodes pédagogiques interactives et expérientielles,

¹³ Santé Publique France, Le développement des Compétences Psychosociales

- un apport de connaissances (fondées sur les données probantes) en lien avec les thématiques abordées (par exemple : le développement de l'enfant et de l'adolescent, comportements à risque, les substances psychoactives [28]). »¹⁴

1.2. L'impact de l'empathie et de la relation enseignant-élève sur le bien-être à l'école

1.2.1. La relation RAEE et la compréhension des émotions de l'enfant

La relation entre l'enseignant et l'élève est une relation complexe qui détermine aussi le développement de l'enfant en milieu scolaire. C'est pourquoi de nombreux travaux ont été réalisés en France comme à l'étranger sur cette thématique.

Les chercheurs en psychologie se sont beaucoup intéressés à la Relation Affective Enseignants Elèves, ou RAEE. Ils ont trouvé que cette relation était positive pour l'élève, à l'école (comportement, réussite, persévérance...etc) comme en dehors (baisse de la dépression, de l'anxiété, de la délinquance). En France, peu d'études quantitatives ont été réalisées sur le sujet. Selon Mael Virat¹⁵ qui a réalisé une thèse sur la dimension affective de la relation enseignant-élève : « la RAEE favorise la motivation d'innovation, l'empathie et l'adaptation scolaire tout en protégeant contre la motivation de sécurisation parasitée (ou d'addiction), l'indiscipline scolaire et la violence ». On peut se demander comment définir cette relation. Selon Robert Pianta (1998)¹⁶, « la relation enseignant-élève est de nature dyadique, bidirectionnelle et asymétrique puisque c'est à l'enseignant qui échoit la responsabilité du bon développement de l'élève ». Par contre, Wentzel (2012) définit cette relation comme une « connexion durable entre deux individus, caractérisée par une certaine continuité, une histoire partagée et des interactions »¹⁷. Certains auteurs ne parlent cependant pas de RAEE mais de soutien de la part de l'enseignant. Dans cette dimension, toujours selon Robert Pianta¹⁶ « la relation enseignant-élève fournit un soutien émotionnel, où l'enseignant est sensible et répond aux signaux de l'enfant en faisant preuve d'acceptation et de chaleur affective, dans laquelle

¹⁴Santé Publique France, Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes, p.24

¹⁵ Thèse de Mael Virat, effet sur l'adaptation psychosociale des adolescents (motivations, empathie, adaptation scolaire et violence) et rôle déterminant de l'amour compassionnel des enseignants, 2013, p.III

¹⁶Pianta, R. C. (1999). Enhancing relationships between children and teachers. Washington: American Psychological Association

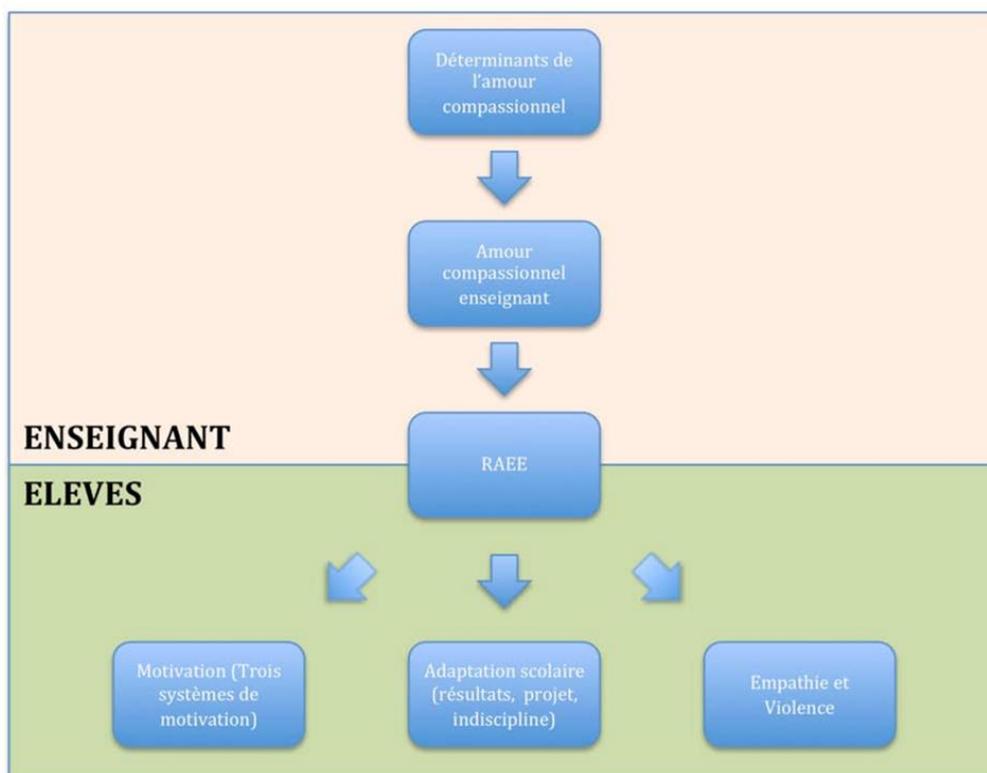
¹⁷Wentzel, K. R. (2012). Teacher-student relationships and adolescent competence at school. In T. Wubbels, P. den Brok, J. van Tartwijk & J. Levy, Interpersonal relationships in education. An overview of contemporary research. Rotterdam: Sense. 90 (2). 202-9

il fournit de l'aide et il modèle le comportement de l'élève pour que celui-ci adopte un comportement adapté ».

Cette relation s'accompagne donc d'une meilleure compréhension des émotions de l'enseignant et de l'élève. L'enseignant arrive à se montrer plus empathique envers les élèves en difficulté qui se sentent mieux eux-mêmes au sein de l'établissement scolaire. Cela permet de protéger les enfants contre le décrochage scolaire. Cette relation est bénéfique pour tous les élèves.

La relation affective enseignant-élève est donc importante pour le bien-être d'un élève en classe. Cela permet à l'enseignant et à l'élève de développer leurs émotions, de montrer de l'empathie l'un envers l'autre, et d'avoir une meilleure communication, plus viable et plus durable.

La figure représente les liens entre les enseignants et les élèves dans le cadre de la RAEE. Elle montre les bénéfices pour les élèves grâce à cette relation. Dans le cadre de notre mémoire, nous ne développerons pas les cadres « motivation » et « adaptation scolaire ». De plus, la notion d'amour compassionnel est une notion proche de l'empathie, elle est définie comme plus durable et plus viable que l'empathie.



Liens entre les enseignants et les élèves dans le cadre de la RAEE, document tiré du mémoire de Mael Virat

Ce degré d'empathie peut être déterminé dans ce type de relation.

1.2.2. La mesure de l'impact de l'empathie et de la RAEE sur les élèves

Pour arriver aux conclusions que la RAEE est une relation bénéfique pour les enseignants comme pour les élèves, Sprecher et Fehr (2005)¹⁸, ont mesuré 8 critères qui permettent de jauger l'empathie. Mael Virat¹⁵ en 2013 a donc cherché, dans une première expérience, à mesurer cette empathie chez des professeurs. Il a donc fait remplir un questionnaire à 272 professeurs avec des profils différents. Il a évalué l'amour compassionnel envers les élèves de tous ces enseignants, en utilisant la CLS de Sprecher et Fehr qui est la « Compassionate Love Scale » ou Echelle de l'amour compatissant en français. Cette version de l'échelle spécifique pour les professeurs a été traduite de l'anglais au français pour une meilleure compréhension¹⁹. Elle est basée sur 21 items qui comprennent l'évaluation du souci empathique de l'indice de responsabilité individuelle (catégorie empathie émotionnelle, du comportement prosocial et de la motivation au travail), le bien-être émotionnel et la spiritualité (échelle de Sprecher et Fehr qui est l'échelle de mesure des expériences de spiritualité quotidienne)¹⁵.

Mael Virat a discuté des résultats obtenus. Il a remarqué que les enseignants qui « ressentent davantage d'amour compassionnel se disent également plus auto-motivés pour leur travail ». Il semble aussi que l'amour compassionnel est un déterminant de l'implication dans le métier, donc du comportement prosocial. Il remarque aussi que l'âge, « tout autant que l'expérience professionnelle, sont associés à une baisse « de l'amour compassionnel ce qui peut être expliqué selon lui par un désinvestissement, l'usure professionnelle ou à l'investissement dans d'autres domaines. Il pourrait aussi expliquer cela par le fait « que le rapport à l'engagement affectif a évolué dans l'institution scolaire au cours des dernières décennies et que la dimension relationnelle » est aujourd'hui plus importante chez les jeunes enseignants. La CLS a donc permis de mesurer l'empathie chez les professeurs et ses bienfaits chez eux. Cela permet aussi de mieux comprendre la RAEE et ses déterminants chez les professeurs.

¹⁸Sprecher, S., & Fehr, B. (2005). Compassionate love for close others and humanity. *Journal of Social and Personal Relationships*

¹⁹ Aspects définitoires, nomologiques et psychométriques de l'amour compassionnel : validation de la version française de la Compassionate Love Scale, Charlay Indoumou Peppe, Kamel Gana dans *Les Cahiers Internationaux de Psychologie Sociale* 2016/1 (Numéro 109), pages 5 à 23

Dans une autre étude, Mael Virat¹⁵ a voulu réaliser une autre analyse sur la qualité de la RAEE et son impact sur les élèves. Il a utilisé le même type de questionnaire avec un panel de 144 professeurs. Il en a conclu que « l'engagement des enseignants dans la relation affective, à travers cette forme l'amour compassionnel, est un facteur de qualité de la RAEE et peut influencer positivement le développement des adolescents ». Cela peut s'expliquer par la théorie de l'attachement : le système d'attachement (caregiving) des enseignants favorise le sentiment de sécurité affective des élèves.

En finalité, l'empathie des professeurs a un impact direct sur eux-mêmes et dans la relation avec les élèves.

2. La méthode et les résultats

2.1. La méthode

2.1.1. Les hypothèses

Nous faisons donc l'hypothèse que développer l'empathie des professeurs contribue à l'éducation à l'empathie souhaitée par le ministre. Bien que les notions de CPS fassent partie du programme officiel, elles n'y sont pas vraiment détaillées. Nous allons nous demander en nous appuyant sur ces textes et avant les nouvelles réformes prévues par l'(ancien) ministre de l'éducation :

Quelles pratiques à visée empathique les professeurs réalisent-ils déjà en classe ?

Selon ces professionnels sont-elles insuffisantes ? Auquel cas, comment pourraient-ils les améliorer ?

Dans cette optique, nous avons interrogé des professionnelles du domaine, active dans la formation à l'éducation ou dans les relations humaines.

2.1.2. Le protocole expérimental

Dans le cadre de notre étude, nous avons interviewé différentes intervenantes. Nous avons réalisé ces interviews par visioconférence avec toutes les intervenantes pour des raisons d'ordre pratique, certaines intervenantes habitant loin de notre lieu d'étude. Nous avons choisis quatre intervenantes qui font partie du système scolaire français et/ou travaillent sur la Communication Non Violente, l'empathie et les sciences de l'éducation. Nous les avons contactés et elles se sont rendues disponible pour notre étude. Nous tenions à préciser que le

fait que nos interviewés ne soit que des femmes n'étaient pas un choix volontaire de notre part.

La première étant Mme Catherine Schmitter qui est sophrologue, formatrice en relations humaines depuis 25 ans et fondatrice de l'association Déclic-CNV en éducation ; cette association est reconnue par l'Education nationale puisqu'elle est citée dans le guide « pour une justice en milieu scolaire préventive et restaurative dans les collèges et lycées »²⁰ et elle est à l'origine de l'ouvrage « Développer les compétences psychosociales à l'école. Osons la Communication Non Violente ! » publié par le réseau de formation des enseignants Canopé. La seconde interviewée, Mme Roseline Roy, a traduit de l'anglais au français de nombreux livres sur la communication parents/enfants ou adulte-enfant et a réalisé de nombreuses formations sur l'empathie partout dans le monde. Elle dirige la maison d'édition Aux Editions du Phare qui s'occupe de la diffusion des ouvrages de l'approche Faber-Mazlish²¹. Cette approche a été utilisée par le CLEMI²² (Centre pour L'Education aux Media et à l'Information, un service du réseau Canopé) pour produire le kit de médiation « Les écrans ? Apprendre à s'en servir pour ne pas les subir ». Nous avons ensuite eu l'occasion d'interviewer une enseignante de SVT en lycée formée à l'empathie, à la CNV et à l'approche Faber/Mazlish. Puis en dernier lieu, une Inspectrice Pédagogique Régionale de SVT sensible à la question de l'empathie à l'école.

Nous avons réalisé une étude qualitative, en utilisant un questionnaire comprenant treize questions englobant au maximum le sujet de l'empathie à l'école. Les questions sont les suivantes :

- 1) Est-ce que vous pouvez vous présenter brièvement ?
- 2) Pour vous qu'est-ce que l'empathie ?
- 3) Pourquoi l'empathie est-elle importante à l'école ?
- 4) Quels sont les acteurs qui permettent sa mise en place ?
- 5) Qu'est-ce qu'elle apporte aux enfants ?

²⁰ Guide pour une justice scolaire préventive et restaurative en collèges et lycées

²¹ Approche Faber-Mazlish

²² Guide de Médiation du Centre pour l'Education aux Médias et à l'Information

- 6) Comment faire comprendre la notion d'empathie aux enfants ?
- 7) Selon vous comment l'empathie s'inscrit à l'école avec l'équipe éducative ?
- 8) Est-ce que vous pensez qu'il peut y avoir une empathie plus importante en fonction de l'âge des enfants et/ou de leur situation ?
- 9) Qu'est-ce qu'on peut faire face à un enfant qui n'est pas réceptif ?
- 10) Comment peut-on former les professeurs à l'empathie ?
- 11) Faut-il limiter l'empathie que l'on peut avoir pour les enfants ? Faut-il la cadrer ?
- 12) Comment bien éduquer les enfants qui sont issus d'histoires familiales parfois compliquées et qui n'ont pas été sensibilisées à l'empathie ?
- 13) Quel impact la Relation Affective Enseignant-Elève a-t-elle sur le bien-être à l'école que ce soit pour les professeurs ou pour les enfants ?

Nous avons recueilli les réponses sous la forme d'une prise de notes à l'issue des rendez-vous puis nous avons retravaillé celles-ci pour obtenir les interviews complètes qui se trouvent en annexe. Ensuite nous avons analysé les interviews, recoupant les différentes réponses des participantes entre elle et en les recoupant avec notre revue de littérature. Il y a un biais dans notre étude. En effet le panel de participants n'est pas grand. Nous avons réduit ce biais en procédant à une étude qualitative et en sélectionnant des personnes de différents horizons avec des rôles différents dans la communication et l'éducation.

2.2. Les résultats

2.2.1. Définir l'empathie pour mieux l'enseigner

On retrouve une « notion relationnelle » dans l'empathie, comme nous l'a dit Mme Schmider. Elle pense qu'elle permet de « se relier à l'autre dans ce que la personne vit, et que l'empathie se rapproche plus de la notion relationnelle ». Pour Mme Roy c'est un savoir-être, « une façon d'être qui s'affine avec le temps » et « notre expérience sur cette planète

c'est d'apprendre ce que c'est que l'empathie ».

« L'empathie pour moi c'est être à l'écoute de ce que ressent l'autre », nous réponds Mme la professeure de SVT, pour qui l'empathie est également « comprendre les émotions de l'autre et pour cela « il faut aussi accepter de recevoir ses propres émotions ».

Mme l'Inspectrice pense également que « l'empathie est la façon d'être à l'écoute et attentive à ce que l'autre ressent », à travers la « considération de l'autre ». Pour elle l'empathie est « un cercle vertueux, elle participe à la construction d'un futur adulte équilibré et serein capable d'éduquer avec empathie ses propres enfants ».

Roseline Roy rappelle « que cela (l'empathie) s'apprend », et qu' « une personne empathique (...) ne va pas tomber du ciel à côté d'eux. Un professeur est un adulte et son niveau d'empathie dépend des personnes qu'il a rencontrées » et ajoute que « les gens ne sont pas encore conscients de tout ce que cela peut leur apporter dans leur vie ». Elle dit aussi qu'« Il ne faut pas se limiter dans nos relations, le seul facteur limitant est nous-même » notamment dans l'empathie.

2.2.2. L'intérêt de l'empathie à l'école pour les individus et dans leurs relations

Mme l'Inspectrice nous rappelle que « le fait que les maîtres frappaient leurs élèves était dans la norme ». « L'École a été tout sauf empathique et on s'est rendu compte au fur et à mesure qu'il y avait beaucoup d'élèves traumatisés » ce qui conduit aujourd'hui à essayer de « mettre l'élève dans les meilleures conditions pour apprendre ».

Comme nous le dit Mme la Professeure de SVT « L'empathie est essentielle car elle est au centre du recueil des émotions et du système scolaire » et pour elle « les émotions ont leur place complète dans les apprentissages, c'est prouvé et nous savons que quand on n'est pas dans un bon état émotionnel on n'apprend pas et être empathique c'est justement permettre aux élèves de venir avec leurs émotions ». Elle apporte « de l'écoute, si on est déjà dans une mauvaise émotion, afin de peut-être déjà soulager afin que l'élève soit davantage disponible pour le cours ». Elle résume son propos en disant que « l'empathie permet d'être sur la même longueur d'onde ».

Pour Mme Roy s'il n'y a pas « de RAEE il n'y a donc pas de motivation à apprendre de cet adulte donc cela influe fortement sur la motivation de l'élève ». De plus « un enfant qui ne

se sent pas bien en classe peut distraire la classe et bloquer les plans pédagogiques du professeur. On a besoin d'un élève qui même, s'il n'est pas intéressé, respecte la volonté des autres à vouloir apprendre et cela passe par la RAEE et la question de respect ».

En plus Mme Schmider ajoute que « l'empathie est importante partout dans la vie car l'être humain aspire à être accueilli comme il est » et qu' « un climat empathique à l'école permet de créer l'habitude de prendre soin des uns et des autres ».

Pour Mme Roy, Mme la Professeure de SVT, ainsi Mme Schmider les apports sont similaires cela permet de « nourrir sa confiance en soi et cela permet d'inculquer le respect de soi ».

Mme Schmider qualifie la relation de « profonde avec une qualité de lien » et pour Mme Roy il s'agit même d' « amour inconditionnel donc peu importe l'erreur je continue à t'aimer, ce qui est essentiel pour le développement de l'enfant » cela lui permet de « se sentir compris par les adultes ». Enfin Mme la professeure ajoute que cela apporte « de la confiance car ils peuvent venir avec ce qu'ils portent de profond en eux, ils n'ont pas besoin de mettre une carapace ».

Mme l'Inspectrice pense que cela permettrait aux enfants de « se sentir dans le droit à l'erreur et ainsi d'être ouvert aux autres et à leurs erreurs aussi ». Elle complète en disant que cela « apporte de la sécurité pour apprendre afin d'être disponible au niveau du cerveau ». Enfin pour Mme l'Inspectrice « la bienveillance, étymologiquement on « veille au bien » que l'enfant se développe dans de bonnes conditions. Il ne faut pas lui dire que tout est dû, il faut être exigeant dans la bienveillance, mettre des cadres et des limites ». Elle rappelle donc qu'il ne faut pas être laxiste et que la bienveillance et l'empathie sont tout le contraire. Elle termine son propos en ajoutant que l'empathie « est intéressante pour les enfants mais pas uniquement, elle l'est aussi pour les adultes même si elle peut être plus complexe à ce niveau-là ».

2.2.3. Le rôle de la relation affective enseignant-élève dans le bien-être à l'école

A l'origine pour Mme Roy, « On a souvent cru que dans le milieu scolaire ou du travail il fallait garder une certaine distance et juste fonctionner au niveau cérébral pour la relation entre les collègues. On a appliqué les mêmes principes à l'école où il fallait avoir une certaine distance ».

Pour Mme Schmider et Mme la professeure de SVT, cette relation est « essentielle ». Pour Mme Schmider « il ne faut pas se limiter mais il est important de penser qu'il y a 2 côtés à l'empathie : l'écoute mais aussi s'exprimer ». Pour Mme Schmider cette relation « apporte de la sécurité affective et de l'ouverture et de la motivation dans l'apprentissage de l'élève », « l'enseignant donne envie d'apprendre car il y a une relation sympathique entre ce dernier et l'élève mais parfois on cède cependant la matière mais le comportement de l'enseignant nous la fait détester ». Elle pense que cela « permet d'apporter plus de sérénité au professeur, le sentiment de compétence de ce dernier augmente et son stress diminue ».

2.2.4. La place de l'empathie actuellement en milieu scolaire

Mme la professeure nous dit que c'est « un peu tabou et suscite du sarcasme de la part de certains collègues, certains même dans la société pensent que c'est du laxisme alors que pas du tout, c'est éduquer avec bienveillance. Il est compliqué de parler d'empathie et de compassion en milieu scolaire car pour beaucoup de professeurs, l'enseignement et les émotions sont des choses complètement séparées, on n'a pas à faire rentrer les émotions dans l'enseignement. C'est encore une idée bien ancrée alors qu'au contraire c'est essentiel ».

Pour Mme l'Inspectrice « cela dépend beaucoup du projet de l'établissement et de ce que l'équipe ressent comme besoin et relève donc plus de démarches individuelles qui pourront être traitées à travers le CESC ».

Pour Mme Roy il faudrait si « on veut survivre avec le système actuel y intégrer les notions d'empathie à l'aide des différentes approches qui existent déjà car c'est nécessaire ».

Enfin pour Mme Schmider « pour que l'empathie soit présente dans l'équipe éducative, il faut avant tout former les adultes à la Communication Non Violente. Ce moyen de communication est très puissant et permet une écoute empathique de l'adulte pour l'enfant car derrière chaque émotion se cache un besoin ».

2.2.5. La transmission de l'empathie en classe

Mme Schmider nous dit que « la compréhension de la notion d'empathie dépend des équipes et de comment elles ont été formées ».

Pour Mme la Professeure de SVT ce ne sont « pas avec des cours théoriques mais plus avec

l'expérience, une posture, c'est le prof qui lui-même est empathique et qui va par mimétisme faire absorber cette empathie et la propager aux autres ».

Mme Roy ajoute qu'« il faut leur faire vivre, on peut lui apprendre mais si l'adulte qui est en face de lui n'en n'exprime pas, il n'en reçoit pas et cela peut être très troublant, il y a besoin de le vivre ».

Mme Roy et Mme la Professeure de SVT nous parlent de formation qui utilise l'expérience comme base d'apprentissage (CNV et Faber Mazlish).

Mme Schmider ajoute que si les adultes « ne sont pas empathiques naturellement ou s'ils ne sont pas formés à cette notion, cela peut déformer l'empathie des enfants qui le sont naturellement », c'est un « environnement empathique qui permet l'entretien de cette empathie dite naturelle ».

Mme l'Inspectrice rejoint ce propos : il faut pour elle « pratiquer l'empathie au quotidien » et « essayer de faire dire aux enfants ce qu'ils ressentent de la situation et non ce que le professeur pense ». Elle propose de « présenter une situation qui va faire réagir l'enfant par rapport à une situation donnée » mais « qu'il faut être patient ». Elle ajoute aussi que « les parents bienveillants avec leurs enfants lorsqu'ils étaient petits, rendent plus simple la sensibilisation à l'empathie à l'adolescence ».

Mme la Professeur de SVT propose d' « accueillir les émotions, peut-être que ces enfants auront plus besoin d'être écoutés car ils n'auront pas ce moment d'écoute à la maison. Commencer par de l'écoute sans vraiment apporter de solution. Après demander ce qu'ils ressentent, proposer des solutions par rapport au milieu scolaire. Qu'est ce qui pourrait dans le milieu scolaire par le dialogue avec les enfants apporter des solutions, des astuces pour que cela puisse soulager l'enfant et qu'il trouve un moment de répit mais tout ceci dépend bien sur des situations ».

Elle rappelle que « l'écoute n'est pas quelque chose que l'on fait trop dans notre monde. L'enfant et aussi l'adulte ont besoin qu'on leur accorde de l'attention et une écoute active ». Elle est convaincue qu'« il faut aller vers lui individuellement, sortir du cadre du cours et proposer sans obliger. Si l'élève n'a pas envie, l'empathie c'est dans le respect de ce que l'autre est prêt à ouvrir de soi, d'accepter ». Elle dit aussi que « (pour moi) on ne peut pas proposer grand-chose c'est à l'élève de faire son chemin et si le contexte est correct et qu'il est prêt cela peut marcher ».

Mme l'Inspectrice et Mme Roy parlent d'un lien très important entre la sensibilisation à l'empathie et le rôle des parents qui doivent être impliqués dans ce qui est fait à l'école.

Mme Schmider parle d'« installer de manière globale une facilitation du lien avec les élèves » et explique que « la sensibilisation à l'empathie peut aussi fonctionner même si cela ne va pas aussi rapidement » et que « si l'enfant vit dans un contexte difficile alors les enfants mettent en place une carapace de protection ».

Mme Schmider pense que l' « on peut dire que si un enfant n'est pas empathique avec les autres c'est que ce dernier a besoin d'empathie. Il ne faut pas le punir c'est lié à son passé ».

2.2.6. La formation des personnels d'établissement à l'empathie

« Tous les autres acteurs ont aussi un rôle dans la mise en place de l'empathie que ce soit les professeurs, le personnel de vie scolaire et les différents acteurs de la vie éducative de l'élève », comme nous le rappelle Mme l'Inspectrice.

Mme Roy sous-entend cela à travers une situation « en cas de problème nous envoyons l'élève auprès de la direction mais on ne sait pas comment il transige avec cela et le fait de les punir leur inculque qu'ils n'ont pas le droit à l'erreur ».

Pour Mme Schmider ce « sont les adultes étant donné leur posture qui permet sa mise en place » mais pour elle « l'idée des cours d'empathie à l'école est une bonne idée mais on se trompe de cible. Les adultes ne sont pas forcément empathiques et c'est eux qu'il faut former avant tout ».

En effet pour Mme la Professeuse « le professeur est en première ligne car il est devant les élèves, il peut réussir seul mais cela sera plus facile si l'ensemble de la communauté éducative est accordée ».

Mme l'Inspectrice ajoute que les « parents d'élèves jouent un grand rôle dans la mise en place de l'empathie, ils permettent à l'élève d'arriver positivement à l'école ».

2.2.7. Proposition de méthode de formation visant les enseignants sur l'empathie

Mme l'Inspectrice propose « des cours magistraux avec l'utilisation de supports vidéo » en ajoutant de « faire intervenir les professeurs en leur demandant leurs réactions à chaud » pour que ce ne soit pas « qu'avec du théorique ».

Mme la Professeuse de SVT pense qu'il y a des « professeurs qui auraient besoin d'être

imprégnés plus longtemps ». « On ne forme pas à l'empathie en faisant des formations théoriques ». Elle rappelle que la formation à l'empathie est « une formation à long terme » et Mme Schmider propose « L'association « DECLIC CNV éducation²³ » (qui) permet de faire connaître la CNV aux professeurs et aux membres des établissements ...

L'association propose aussi des formations de 2 à 5 jours qui permettent d'acquérir des compétences relationnelles qui sont utiles dans le domaine professionnel. », elle rappelle aussi que « aujourd'hui des adultes se forment et notamment des enseignants en payant de leur poche et sur leurs week-ends ».

2.2.8. Difficultés d'enseigner l'empathie en fonction des profils d'élèves

Mme Roy dit que « bien sûr que les enfants qui n'ont pas eu d'empathie dans leur vie sont beaucoup plus difficiles à atteindre » et souligne le fait que « si on n'est pas capable de travailler avec un enfant comme ça il faut chercher de l'aide, on n'est pas seul. Les ressources dans le système scolaire actuel sont limitées mais il faut chercher de l'aide avec ces enfants-là. En équipe on est plus fort que seul ». Elle rappelle aussi que « le lien avec le parent dans l'approche Faber Mazlish pose la question de comment travailler ensemble et de ne pas être des ennemis l'un et l'autre. Dans le système scolaire, j'ai vu beaucoup d'enseignants qui se plaignent des parents et inversement. On ne peut pas travailler ensemble dans ce cas-là ».

Et ajoute qu' « Il ne faut jamais abandonner un enfant à son sort. Un enfant qui, justement à cause de son armure, nous donne l'impression qu'il « se moque de nous », mais qui ne recherche pas de l'amour, c'est la base, c'est la trame de tout et c'est par l'empathie qu'on transmet l'amour donc on peut être certain sans l'ombre d'un doute que l'enfant recherche ça ». Pour elle, il faut « développer le lien de confiance qui va faire que peu à peu il va se rendre compte que l'adulte devant lui est vraiment là pour lui peu importe comment il agit ».

Mme l'Inspectrice nous explique qu' «il est encore plus compliqué de sensibiliser (à l'empathie) lorsqu'à la maison il y a parfois des questions de survie au quotidien ».

Mme la Professeure de SVT ajoute que lorsque la relation est bonne « les élèves sont moins sous la contrainte et on est dans des meilleures conditions pour apprendre autant le professeur que l'élève ». « C'est mon propre ressenti mais aussi celui de mes collègues, on va au cours de manière plus joyeuse, tout le monde y gagne ». « Tant mieux s'il y a cette

²³ Site de l'association : Déclic CNV Education

affection qui se crée tout en respectant les limites mais je pense que les élèves en sont conscients et tant qu'il n'y a pas de débordement il n'y a pas de soucis ».

Mme Roy est du même avis « l'enseignant va se sentir mieux dans son rôle s'il se sent respecté et s'il sent son impact (la relation) ».

Pour Mme l'Inspectrice cette relation « est un sujet difficile car la limite est très fine entre « je m'entends bien avec donc je travaille bien » et je peux développer une histoire amoureuse avec lui », « le professeur ne doit pas être le camarade ni le meilleur ami et encore moins le petit ami ».

Enfin pour Mme Schmider « l'adulte peut être beaucoup plus compréhensif et prendre plus soin de l'enfant qui a plus de difficulté qu'un autre ».

2.2.9. L'enseignement à l'empathie en fonction de la tranche d'âge des élèves

Selon Mme la Professeure de SVT il est « plus compliqué de faire comprendre la notion d'empathie à des ados car leurs schémas sont plus construits alors que des enfants en primaire, en maternelle sont plus modulables, ce sont des éponges ils absorbent tout ». Elle ajoute que « les lycéens et collégiens, voient moins leur professeur, contrairement à leur instituteur en primaire » mais cela ne change pas que, « à tout âge, les enfants ont besoin d'empathie, ce besoin est le même pour moi en fonction des âges ».

Mme Schmider parle d'un « potentiel d'empathie (qui) peut être plus important » en fonction de l'âge ou de la situation.

Mme l'Inspectrice rappelle que dans son académie dans le second degré il y a « beaucoup de projets dans les établissements, qui portent attention au sommeil, à l'équilibre alimentaire mais peu de projets autour de l'empathie ». Et ajoute à propos de la sensibilisation à l'empathie que l' « On peut essayer dans les petites années de l'enfant, quand les parents sont très soucieux à leur enfant, de les rendre attentifs et de les impliquer. C'est plus compliqué de sensibiliser des adolescents et la relation avec les parents est souvent plus compliquée à cet âge-là ».

2.2.10. Point de vigilance sur la sensibilisation à l'empathie

Mme Schmider souhaite alerter sur certaines conduites liées à la sensibilisation à l'empathie cela peut être « risqué et contre-productif ». Ici elle souligne le fait de « parler d'une

notion que l'on ne met pas en pratique », « les élèves peuvent se dire « on ne peut pas croire les adultes » et « ne vont (donc) pas comprendre le réel fond de la démarche ». Pour Mme la Professeure de SVT : « Si on se laisse trop submerger par les situations, cela ne va pas aller pour le prof ». Mme Roy pense que « si on fait une grosse colère avec un enfant qui fait une colère, il faut regarder son propre bagage ».

3. La discussion

3.1. Définir l'empathie pour mieux l'enseigner

Une des premières questions que nous avons jugé essentiel de nous poser au vu du sujet de notre projet d'étude est simplement « qu'est-ce que l'empathie ? ». En effet grâce à nos recherches nous nous sommes rendus compte que bien que ce soit un terme de plus en plus utilisé dans les médias il est en réalité compliqué à expliciter. En se référant à notre Etat de l'Art nous pouvons dire que « l'empathie qui est le ciment d'une relation bienveillante » (13), est une des trois attitudes fondamentales promues par le philosophe et humaniste Carl Rogers (1968) avec la « congruence » et « la considération positive inconditionnelle ». « Selon Christophe Marsollier (3) l'empathie est définie par J. Decety comme une capacité innée qui comporte 3 composantes (J. Decety) ».

Si on s'intéresse au point de vue de nos différentes interlocutrices, on retrouve des grands aspects similaires entre leurs définitions. En effet dans toutes les définitions on retrouve évidemment une « notion relationnelle » comme nous l'a dit Mme Schmider. Mais c'est plus qu'une simple notion pour Mme Roy c'est un savoir-être, « une façon d'être qui s'affine avec le temps » ce qui rappelle l'idée du philosophe Rogers qui parle « d'attitude fondamentale » pour qualifier l'empathie ».

Concrètement si nous nous intéressons au fond de la question nous retrouvons la définition en 3 composantes de Decety dans le bilan de nos témoignages. « L'empathie pour moi c'est être à l'écoute de ce que ressent l'autre », nous répond Mme la Professeure de SVT, avis partagé par Mme l'Inspectrice qui pense également que « l'empathie est la façon d'être à l'écoute et attentif à ce que l'autre ressent ».

En outre Mme Schmider souligne l'idée de l'empathie émotionnelle en nous disant qu'elle permet selon elle de « se relier à l'autre dans ce que la personne vit ». Ici on retrouve bien l'idée de « l'empathie émotionnelle » de Decety qui revient à « sentir et partager les

sentiments d'autrui sans être dans la confusion entre soi et l'autre ».

On observe également une part « d'empathie cognitive » dans l'interview de Mme la Professeure de SVT pour qui l'empathie est également « comprendre les émotions de l'autre ». Elle ajoute que pour elle, comprendre ce n'est pas forcément ressentir la même chose que l'autre mais « reconnaître l'émotion chez l'autre et savoir l'accueillir » et que pour cela « il faut aussi accepter de recevoir ses propres émotions » donc, selon elle, l'empathie demande un travail de compréhension de l'autre qui implique inéluctablement la compréhension de soi-même.

Enfin on retrouve l'aspect de la « sollicitude » qui est en fait « prendre soin du bien-être d'autrui » à travers la « considération de l'autre » dans l'interview de Mme l'Inspectrice. Or lorsque l'on considère quelqu'un, on est attentif à son bien être de peur de lui faire mal.

On identifie également des notions qui n'ont pas été abordées par les textes théoriques. Pour Mme Roy « notre expérience sur cette planète c'est d'apprendre ce que c'est que l'empathie » à travers nos différentes expériences de la vie. On peut rapprocher également cette notion avec l'idée d'« attitude fondamentale » et les dires de Mme l'Inspectrice qui ajoute que pour elle l'empathie est « un cercle vertueux, elle participe à la construction d'un futur adulte équilibré et serein capable d'éduquer avec empathie ses propres enfants ». On peut y voir également une notion de citoyenneté afin de former une future génération équilibrée. Il faudrait réussir à atteindre grâce à nos expériences de vie : être empathique et cela afin d'aspirer à un monde meilleur.

3.2. Le rôle de l'empathie dans la construction de relations saines entre individus dans les établissements scolaires

3.2.1. L'intérêt de l'empathie à l'école pour les individus et dans leurs relations

Comme nous le rappelle l'Etat de l'Art (paragraphe 1.1.1.) l'empathie et en général les CPS favorisent le bon vivre ensemble, l'estime de soi, l'épanouissement et la bonne relation enseignant-élèves.

Pour Mme Roy, Mme la Professeure de SVT, ainsi que Mme Schmider les apports sont similaires. En effet, cela permet de « nourrir sa confiance en soi et cela permet d'inculquer le respect de soi », mais également d'instaurer une relation que Mme Schmider qualifie de « profonde avec une qualité de lien ». Pour Mme Roy il s'agit même d' « amour inconditionnel donc peu importe l'erreur je continue à t'aimer, ce qui est essentiel pour le développement de l'enfant ». On peut faire le parallèle avec Carl Roger qui apporte également la notion d'amour inconditionnel à travers ses travaux. Enfin Mme la Professeure ajoute que cela permet d'instaurer une relation avec « de la confiance car ils peuvent venir avec ce qu'ils portent de profond en eux, ils n'ont pas besoin de mettre une carapace ». En outre pour Mme Roy cela permet aux enfants de « se sentir compris par les adultes ». Mme l'Inspectrice pense que cela permettrait aux enfants de « se sentir dans le droit à l'erreur et ainsi d'être ouverts aux autres et à leurs erreurs aussi ».

Cette relation saine serait la clé du bien-être en classe et du bon vivre ensemble car des élèves qui seraient dans une telle relation avec leur professeur seraient plus enthousiastes à venir en cours. Cela permettrait par exemple de diminuer le nombre d'enfants victimes de phobie scolaire mais également pour Mme l'Inspectrice « d'apporter de la sécurité pour apprendre afin d'être disponible au niveau du cerveau ». Elle termine son propos en ajoutant que l'empathie « est intéressante pour les enfants mais pas seulement, elle l'est aussi pour les adultes même si elle peut être plus complexe » (à travers la gestion de classe et l'épanouissement professionnel).

En réalité comme nous le dit Mme la Professeure de SVT « L'empathie est essentielle car elle est au centre du recueil des émotions et du système scolaire ». Pour elle « les émotions ont leur place complète dans les apprentissages, c'est prouvé et on sait que quand on n'est pas dans un bon état émotionnel on n'apprend pas ».

Justement comme nous le rappelle Mme l'Inspectrice, l'École cherche à « mettre l'élève dans les meilleures conditions pour apprendre ». Ainsi pour notre autre professionnelle de l'enseignement, la solution c'est l'intégration de l'empathie, car « c'est justement permettre aux élèves de venir avec leurs émotions » et de leur assurer « peut-être de l'écoute, s'ils sont déjà dans une mauvaise émotion, afin de peut-être déjà soulager, apporter un mieux-être afin qu'ils soient davantage disponibles pour le cours ». Pour Mme Roy, il ne faut pas seulement de l'empathie mais plus généralement une réelle relation entre le professeur et ses élèves. Pour elle, s'il n'y a pas « de RAEE il n'y a donc pas de motivation à apprendre de cet adulte donc cela influe fortement sur la motivation de l'élève ».

Mme Schmider ajoute que « l'empathie est importante partout dans la vie car l'être humain aspire à être accueilli comme « il est » et qu'« un climat empathique à l'Ecole permet de créer l'habitude de prendre soin des uns et des autres ». Mais au-delà de l'aspect de bien-être personnel que cette dernière permet d'apporter à l'école, elle permet également d'un point de vue comportemental de veiller au maintien d'un climat de la classe agréable car pour Mme Roy « un enfant qui ne se sent pas bien en classe peut distraire la classe et bloquer les plans pédagogiques du professeur. On a besoin d'un élève qui même, s'il n'est pas intéressé, respecte la volonté des autres à vouloir apprendre et cela passe par la RAEE et la question de respect ».

En somme, l'empathie est donc importante à l'Ecole car elle a beaucoup à apporter au niveau du relationnel et du bien-être de la personne en tant qu'individu dans l'acceptation de soi, mais également afin de favoriser un climat de bon vivre ensemble sans cacophonie. Comme nous le rappelle Mme la Professeure. « L'empathie permet d'être sur une même longueur d'onde ».

3.2.2. Le rôle de la relation affective enseignant-élève dans le bien-être à l'école

Il est important, lorsque l'on parle de RAEE de bien délimiter le sujet. En effet, pour Mme l'Inspectrice cette relation « est un sujet difficile car la limite est très fine entre « je m'entends bien avec donc je travaille bien » et « je peux développer une histoire amoureuse avec lui ». Elle ajoute que « le professeur ne doit pas être le camarade ni le meilleur ami et encore moins le petit ami ». En partant de ce postulat, on peut parler d'affect sans débordement d'un professeur pour ses élèves. A l'origine pour Mme Roy, « on a souvent cru que dans le milieu scolaire ou du travail il fallait garder une certaine distance et juste fonctionner au niveau cérébral pour la relation entre les collègues. On a appliqué les mêmes principes à l'école où il fallait avoir une certaine distance ». De nos jours, on se rend compte que cette manière de fonctionner n'est pas viable et établir une RAEE pour un professeur est importante dans la vision du métier aujourd'hui. Pour Mme Schmider et Mme la Professeure de SVT, cette relation est « essentielle ». Pour Mme Schmider cette relation « apporte de la sécurité affective et de l'ouverture et de la motivation dans l'apprentissage de l'élève », conduisant donc à de meilleurs résultats scolaires (2.2) tout en ajoutant que « l'enseignant donne envie d'apprendre car il y a une relation sympathique entre ce dernier et l'élève cependant parfois on aime la matière mais le comportement de l'enseignant nous la fait détester ». Mme la Professeure de SVT ajoute même qu'en développant cette relation et son empathie « les élèves sont moins sous la contrainte et on est dans des meilleures conditions pour apprendre autant le professeur que l'élève ». Ces témoignages semblent en accord avec

notre Etat de l'Art : la RAEE et le développement de l'empathie seraient bénéfiques pour les élèves.

Du côté des professeurs, la RAEE semble tout aussi bénéfique comme en témoigne Mme la Professeure de SVT « C'est mon propre ressenti mais aussi celui de mes collègues, on va au cours de manière plus joyeuse, tout le monde y gagne ». Mme Roy est du même avis « l'enseignant va se sentir mieux dans son rôle s'il se sent respecté et s'il sent son impact (la relation) ». Mme Schmider pense de même, pour elle la relation « permet d'apporter plus de sérénité au professeur, le sentiment de compétence de ce dernier augmente et son stress diminue ». Ces mots sont encore une fois corrélés avec l'Etat de l'Art (1.2.2), « l'empathie des professeurs à un impact direct sur eux-mêmes et dans la relation avec les élèves ».

Pour conclure, on peut citer les mots de Mme la Professeure de SVT, « Tant mieux s'il y a cette affection qui se crée tout en respectant les limites mais je pense que les élèves en sont conscients et tant qu'il n'y a pas de débordement il n'y a pas de soucis ». La RAEE améliorant les conditions d'apprentissage des élèves et les conditions de travail des enseignants tout en développant une atmosphère sereine au sein d'une classe.

3.3. L'empathie en classe

3.3.1. La place actuelle de l'empathie en milieu scolaire

Madame l'Inspectrice commence son propos en nous faisant un petit historique sur l'école en France dans ses débuts « le fait que les maîtres frappaient leurs élèves était dans la norme ». Avec de telles pratiques on peut dire que, à la base « l'école était tout sauf empathique et on s'est rendu compte au fur et à mesure qu'il y avait beaucoup d'élèves traumatisés ».

Cette question supposait la présence de l'empathie à l'école. Le sujet est en réalité « un peu tabou et suscite du sarcasme de la part de certains collègues ». En effet certains même dans la société pensent que « c'est du laxisme alors que pas du tout, c'est éduquer avec bienveillance ». Pour Mme la Professeure, il est « compliqué de parler d'empathie et de compassion en milieu scolaire » car l'école ne peut pas encore être qualifiée d'empathique et ceci en partie car « pour beaucoup de professeurs, l'enseignement et les émotions sont des choses complètement séparés, on n'a pas à faire rentrer les émotions dans l'enseignement. C'est encore une idée bien ancrée alors qu'au contraire c'est essentiel ».

Les mesures prises par le gouvernement avec des cours dits d'empathie seraient surtout pour le premier degré. Mme l'Inspectrice nous informe que pour son académie au

collège et lycée en tant que tels, « cela dépend beaucoup du projet de l'établissement. Cela dépend également de ce que l'équipe ressent comme besoin et relève donc plus de démarches individuelles qui pourront être traitées à travers le CESC ».

De manière générale, à travers cette question nous voulions avoir un état actuel de la situation mais nous avons surtout pu récolter des perspectives d'amélioration de la situation actuelle car pour le moment il nous semble délicat de qualifier le système scolaire français comme étant complètement empathique.

Pour Mme Roy en perspective pour un futur que l'on espère le plus proche possible, il faudrait « améliorer le système actuel car c'est nécessaire à l'aide des différentes approches qui existent déjà ». Pour elle, si « on veut survivre avec le système actuel on doit y intégrer les notions d'empathie ». Mme Schmider ajoute que « pour que l'empathie soit présente dans l'équipe éducative, il faut avant tout former les adultes à la Communication Non Violente. Ce moyen de communication est très important et permet une écoute empathique de l'adulte pour l'enfant car derrière chaque émotion se cache un besoin ».

En somme l'empathie peut s'inscrire à l'école mais cela dépendra de la volonté et de l'investissement de chaque équipe éducative. Nous ne pouvons malheureusement pas à ce jour parler d'une empathie générale dans le système d'éducation français bien que le besoin s'en fasse ressentir. Afin de pallier à ce problème, la formation des adultes à travers les différentes approches empathiques semble indispensable à l'amélioration du système actuel.

3.3.2. La transmission de l'empathie en classe

Ici nous nous sommes intéressés à la manière de pouvoir faire comprendre cette notion aux enfants. En effet, à travers notre Etat de l'Art nous nous sommes rendus compte que pour l'enseignement secondaire, la compréhension de l'empathie réside surtout sur le bon vouloir des professeurs et leurs recherches personnelles. C'est ce que nous a confirmé Mme Schmider qui nous dit que « la compréhension de la notion d'empathie dépend des équipes et de comment elles ont été formées ». Il est important à notre sens de spécifier que ces formations ne sont pas obligatoires et majoritairement réalisées sur les temps de vacances scolaires et financées par les professeurs eux-mêmes.

En règle générale Mme la Professeur de SVT résume bien la situation : ce ne sont

« pas avec des cours théoriques » mais « plus avec l'expérience » que les élèves vont pouvoir assumer cette notion. Mme Roy complète ce propos en ajoutant qu' « il faut leur faire vivre ». Lorsque l'on parle d'apprentissage par l'expérience les professeurs sont aussi visés par le propos. Mme Roy et Mme la Professeure de SVT nous parlent de formation qui utilise l'expérience comme base d'apprentissage tel que l'approche « Faber Mazlish qui est basée sur des situations à rejouer de manière plus empathiques » ou bien encore la « formation à la CNV ».

Pour Mme Roy, son parcours de vie et les conclusions qu'elle a pu tirer après ses nombreuses années dans ce domaine lui permettent de dire, en parlant de l'élève qu'on essaierait de former à l'empathie : « on peut lui apprendre mais si l'adulte qui est en face de lui n'en n'exprime pas, il n'en reçoit pas et cela peut être très troublant, il y a besoin de le vivre ». Le terme « troublant » connote à notre sens la gêne que pourrait ressentir l'élève si le professeur lui demande d'être empathique par exemple en vers ses pairs ou son professeur afin de veiller à leur bien-être. Alors qu'en retour il ne reçoit aucune forme d'empathie de sa part : on lui apprend à considérer l'autre alors que lui-même ne se sent pas considéré par son professeur. Mme Schmider ajoute que si les adultes « ne sont pas empathiques naturellement ou s'ils ne sont pas formés à cette notion, cela peut déformer l'empathie des enfants qui le sont naturellement » et donc avoir un effet contraire à celui escompté. Nous supposons que par le mot « déformer » , Mme Schmider tend à nous faire comprendre qu'étant donné que l'empathie s'apprend par l'expérience et le mimétisme si en face des élèves, ce sont des professeurs non qualifiés en la matière cela aura sûrement un effet néfaste, car ils vont reproduire le comportement du professeur en question et pas la conduite qu'il leur a dit de tenir de manière orale. De ce fait sur des enfants qui étaient jusque-là encore empathiques, ils vont basculer vers un comportement identique à celui du professeur qui est censé être un référent. Le développement de la zone du cerveau qui permet l'empathie (« le cortex orbitofrontal ») est terminé cependant c'est un « environnement empathique qui permet l'entretien de cette empathie dite naturelle ».

Mme Schmider parle même de « risqués et contre-productif de parler d'une notion que l'on ne met pas en pratique ». En effet elle remet en cause la formation proposée actuellement et qui est trop peu formatrice pour les enseignants qui vont utiliser un support sans en être vraiment convaincus, « Les élèves peuvent se dire « on ne peut pas croire les adultes » et « ne vont pas comprendre le réel fond de la démarche ».

En somme Mme la Professeure de SVT nous rappelle que pour elle cela passe par « une posture, c'est le prof qui lui-même est empathique et qui va par mimétisme, faire absorber cette empathie et la propager aux autres ». Mme l'Inspectrice rejoint ce propos et a pu nous

dire qu'il faut pour faire assimiler la notion aux enfants « pratiquer l'empathie au quotidien ». Lorsque la situation se présente il faudrait « essayer de faire dire aux enfants ce qu'ils ressentent de la situation et non ce que le professeur pense ».

3.4. La formation des personnels d'établissement à l'empathie

Pour pouvoir former les personnels d'établissement à l'empathie, il faut savoir quels acteurs former. Si on s'appuie sur les textes officiels, l'empathie fait partie du socle commun de compétence, c'est donc ce que tout citoyen adulte devrait avoir y compris la communauté éducative donc on pourrait penser principalement aux professeurs qui sont fonctionnaires de l'Education Nationale et donc se doivent de respecter ce qu'il leur est demandé. Dans le référentiel de compétence²⁴, il est demandé aux professeurs, et à tous les personnels de la communauté éducative d' « inscrire son action dans le cadre des principes fondamentaux du système éducatif et dans le cadre réglementaire de l'école » et donc de développer l'empathie à l'école.

En pratique, ce qui ressort de nos interviews c'est que « tous les autres acteurs ont aussi un rôle dans la mise en place de l'empathie que ce soit les professeurs, le personnel de vie scolaire et les différents acteurs de la vie éducative de l'élève », comme nous le rappelle Mme l'Inspectrice. Mme Roy ajoute que la Direction d'un établissement a un rôle important dans la mise en place de l'empathie à l'Ecole mais elle n'est pas toujours bienveillante avec les enfants. Elle en parle à travers une situation « en cas de problème nous envoyons l'élève auprès de la Direction mais on ne sait pas comment il transige avec cela et le fait de le punir lui inculque qu'il n'a pas le droit à l'erreur ». Il est important de comprendre les motivations de l'élève et de ne pas systématiquement le punir, cela pourrait être vécu comme une injustice en fonction de la situation. De plus, cela ne reprend pas le principe de l'empathie qui nous enseigne que nous avons le droit de nous tromper.

Nous avons pu voir à travers les questions précédentes que inculquer l'empathie passe par le fait d'être soi-même empathique et que ce « sont les adultes de par leur posture qui permettent sa mise en place » (Mme Schmider). En effet pour Mme la Professeure on peut être plus précis et dire que « le professeur est en première ligne car il est devant les élèves, il

²⁴ Référentiel de compétences des métiers du professorat et de l'enseignement

peut réussir seul mais cela sera plus facile si l'ensemble de la communauté éducative est accordé ». Les professeurs se doivent donc d'être formés à cette attitude fondamentale et c'est ce que souligne Mme Schmider qui pense que « l'idée des cours d'empathie à l'École est une bonne idée mais que l'on se trompe de cible. Les adultes ne sont pas forcément empathiques et c'est eux qu'il faut former avant tout ».

Mme l'Inspectrice reprend tous les acteurs vu précédemment mais elle ajoute un protagoniste qui n'est pas négligeable surtout lorsque l'on sait que l'école fait de la coéducation avec ce dernier ; ce sont les « parents d'élèves qui jouent un grand rôle dans la mise en place de l'empathie, cela permet à l'élève d'arriver positivement à l'école ». En effet l'un ne va pas sans l'autre, il faut que leur action soit complémentaire afin de faciliter et de rendre durable la mise en place de cette nouvelle façon d'être pour certains.

Dans notre mémoire, nous souhaitons aussi aborder la notion de formation à l'empathie pour les personnels d'établissement et notamment les professeurs. En effet, si l'on veut éduquer des enfants de tout âge à l'empathie, il faut que les adultes qui les éduquent soient eux-mêmes formés à cette notion. Auquel cas comme nous avons pu le voir dans le paragraphe 3.3.2, les élèves seraient troublés d'après Mme Roy ou bien encore affecter d'une manière néfaste sur leur « empathie naturelle » d'après Mme Schmider. Des méthodes pour enseigner et faire des cours d'empathie ont été proposées par notre ancien ministre de l'Education Nationale à destination des écoles primaires. Certaines de ces mesures sont même appliquées dans des établissements tests et devraient être plus largement élargies à toute la France. Le dispositif Mallette donne un aperçu de ce que les enseignants peuvent mettre en place pour développer l'empathie en milieu scolaire avec leurs classes. En effet, ce dispositif propose un éclairage scientifique sur la compréhension de ses émotions et de celles des autres tout en incluant des activités réalisables avec les élèves. Dans nos interviews, nous avons eu l'occasion de discuter de cette notion complexe comprenant qu'elle a un intérêt fondamental dans le développement de l'empathie à l'école.

Roseline Roy rappelle « que cela (l'empathie) s'apprend », il est donc possible de former des professeurs à l'empathie. Tous s'accordent aussi sur le fait qu'il faut un minimum de pratique lors de formations réalisées pour les professeurs afin qu'ils ne ressortent pas « qu'avec du théorique » dit Mme l'Inspectrice. D'autre part, certains intervenants, nous parlent de niveaux d'empathie qui ne sont pas les mêmes en fonction des personnes et qui déterminent donc leur habilité dans le maniement de cette notion. Roseline Roy dit qu'« une personne empathique (...) ne va pas tomber du ciel à côté d'eux. Un professeur est un adulte et son niveau d'empathie dépend des personnes qu'il a rencontrées » et Mme la Professeure de SVT rejoint cet avis en disant qu'il y a des « professeurs qui auraient besoin d'être

imprégnés plus longtemps ».

Pour Mme la Professeure de SVT, les ateliers Faber Mazlish sont une bonne porte d'entrée pour se familiariser à utiliser les CPS à l'Ecole, elle dit aussi « (qu') on ne forme pas à l'empathie en faisant des formations théoriques ». Mme Schmider propose « l'association "DECLIC CNV éducation" (qui) permet de faire connaître la CNV aux professeurs et aux membres des établissements ... L'association propose aussi des formations de 2 à 5 jours qui permettent d'acquérir des compétences relationnelles qui sont utiles dans le domaine professionnel ». Mme Schmider rappelle aussi qu' « aujourd'hui des adultes se forment et notamment des enseignants en payant de leur poche et sur leurs week-ends. ». Mme l'Inspectrice propose des cours magistraux avec l'utilisation de supports vidéo en ajoutant de « faire intervenir les professeurs en leur demandant leurs réactions à chaud ». Il nous semble donc envisageable d'intégrer une formation avec des cours magistraux tout en pratiquant l'empathie autour de situations plus ou moins variées pour faire comprendre aux professeurs comment l'utiliser et dans quel but.

Mme la Professeure de SVT rappelle que la formation à l'empathie est « une formation à long terme » et Mme Roy souligne que « les gens ne sont pas encore conscients de tout ce que ça peut leur apporter dans leurs vies ». Il est intéressant de discuter de cet aspect. En effet, on peut considérer que la formation des personnels d'établissement à l'empathie est une approche globale dépassant même le cadre scolaire pour le personnel formé et que cela se répercute dans la vie de tous les jours et à long terme.

Il est donc important de bien former les enseignants, qui peuvent apprendre l'empathie tout au long de leur carrière, tout en utilisant le format le plus adapté qui semble être celui des cours pratiques en reproduisant des situations concrètes faisant appel à l'empathie. Il est capital que pour instruire les professeurs, les formateurs soient eux-mêmes empathiques afin de créer un cadre propice à l'apprentissage et à la compréhension des objectifs. Il est certain que pour la plupart de nos intervenants, la formation à l'empathie et au CPS dans le système scolaire français est trop faible ou mal réalisée, et qu'une augmentation des dispositifs visant à développer les cours d'empathie et la formation à l'empathie serait une solution adéquate.

3.5. Difficultés pouvant être rencontrées lors des cours d'empathie

3.5.1. Difficultés d'enseigner l'empathie en fonction des profils d'élèves

Si on veut enseigner l'empathie dans les établissements scolaires en France, il est important d'intégrer que les élèves ne sont pas tous les mêmes et qu'ils viennent avec un bagage différent en cours. Certains sont déjà sensibilisés à l'empathie et à la régulation des émotions autrement que par la violence, tandis que d'autres ont parfois un passé compliqué avec potentiellement de la violence. La RAA a aussi toute sa place permettant de « Ils ont trouvé que cette relation était positive pour l'élève, à l'école (comportement, réussite, persévérance...etc) comme en dehors (baisse de la dépression, de l'anxiété, de la délinquance) » (1.2.1). Mme Roy dit que « bien sûr que les enfants qui n'ont pas eu d'empathie dans leur vie sont beaucoup plus difficiles à atteindre ». Mme l'Inspectrice souligne ce fait avec ses mots « Il est encore plus compliqué de sensibiliser (à l'empathie) lorsqu'à la maison il y a parfois des questions de survie au quotidien ».

La violence peut faire partie du quotidien pour certains élèves, il est donc évident que la sensibilisation est plus difficile. Cependant, il est possible de mettre en place des mesures pour essayer de sensibiliser à l'empathie. Mme la Professeur de SVT propose d'« accueillir les émotions, peut-être que ces enfants auront plus besoin d'être écoutés car ils n'auront pas ce moment d'écoute à la maison. Commencer par de l'écoute sans vraiment apporter de solution, puis demander ce qu'il ressent, proposer des solutions par rapport au milieu scolaire. Qu'est ce qui pourrait dans le milieu scolaire par le dialogue avec les enfants apporter des solutions, des astuces pour que cela puisse soulager l'enfant et qu'il trouve un moment de répit mais tout ceci dépend bien sur des situations ».

Mme Schmider résume ce passage en parlant d' « installer de manière globale une facilitation du lien avec les élèves ». Mme Roy souligne aussi le fait que « si on n'est pas capable de travailler avec un enfant comme ça il faut chercher de l'aide, on n'est pas seul. Les ressources dans le système scolaire actuel sont limitées mais il faut chercher de l'aide avec ces enfants-là. En équipe on est plus fort que seul ». Il est important de rappeler qu'il existe différents acteurs, dans un établissement, capable d'aider à gérer des situations plutôt compliquées pour l'élève, tels que le Conseiller Principal d'Education, le Principal ou Proviseur, le Psy EN...etc. Mme l'Inspectrice et Mme Roy parle d'un lien très important entre la sensibilisation à l'empathie et le rôle des parents qui doivent être impliqués dans ce qui est fait à l'école.

Selon Mme l'Inspectrice « On peut essayer dans les petites années de l'enfant, quand les parents sont très soucieux à leur enfant, de les rendre attentifs et de les impliquer. C'est plus compliqué de sensibiliser des adolescents et la relation avec les parents est souvent plus compliquée à cet âge-là... les parents bienveillants avec leurs enfants lorsqu'ils étaient petits, rend plus simple la sensibilisation à l'empathie à l'adolescence ». Mme Roy rappelle aussi que l'approche Faber Mazlich intègre les parents dans l'éducation de leurs enfants et que ces derniers jouent un rôle important, avec les professeurs, dans cette dernière « le lien avec le parent dans l'approche Faber Mazlich pose la question de comment travailler ensemble et de ne pas être des ennemis l'un pour l'autre. Dans le système scolaire j'ai vu beaucoup d'enseignants qui se plaignent des parents et inversement. On ne peut pas travailler ensemble dans ce cas-là ».

Le rôle des différents acteurs de l'éducation de l'élève est important pour sensibiliser à l'empathie. Il est important de ne pas rester seul face à des situations compliquées tout en essayant d'intégrer au maximum les parents dans l'éducation. Pour les profils d'élèves ayant un passé compliqué, Mme la Professeure de SVT rappelle que « l'écoute n'est pas quelque chose que l'on fait trop dans notre monde. L'enfant et aussi l'adulte ont besoin qu'on leur accorde de l'attention et une écoute active ».

Mme Schmider résume cela en disant que « la sensibilisation à l'empathie peut aussi fonctionner même si cela ne va pas aussi rapidement ». Il faut donc être patient en étant le plus attentif et à l'écoute pour adopter une attitude empathique avec tous les élèves.

3.5.2. La réceptivité des élèves par rapport à l'empathie

Une autre problématique peut être envisagée, en effet, certains élèves peuvent ne pas être réceptifs à l'empathie que l'enseignant leur propose. Ce manque de sensibilité peut s'expliquer selon Mme Schmidler par le fait que « si l'enfant vit dans un contexte difficile alors il met en place une carapace de protection ». Mme Roy complète son propos : « Il ne faut jamais abandonner un enfant à son sort. Un enfant qui vraiment, justement à cause de son armure, donne l'impression qu'il « se moque de nous », ne recherche pas d'amour, c'est la base, c'est la trame de tout et c'est par l'empathie qu'on transmet l'amour donc on peut être certain sans l'ombre d'un doute que l'enfant recherche ça ». Il est donc important de soutenir davantage un élève ayant une carapace ou des difficultés, et surtout ne pas l'abandonner. Mme Schmider rejoint cet avis « on peut dire que si un enfant n'est pas empathique avec les autres c'est que ce dernier a besoin d'empathie. Il ne faut pas le punir c'est lié à son passé ».

Pour que l'enfant puisse développer son empathie « il faut être patient » dit Mme l'Inspectrice. Pour Mme Roy il faut « développer le lien de confiance qui va faire que peu à peu il va se rendre compte que l'adulte devant lui est vraiment là pour lui, peu importe comment il agit ». Mme la Professeure complète son propos en proposant des solutions, « il faut aller vers lui individuellement, sortir du cadre du cours et proposer sans obliger. L'empathie c'est dans le respect de ce que l'autre est prêt à ouvrir de soi, d'accepter ». Elle ajoute que « pour moi on ne peut pas proposer grand-chose c'est à l'élève de faire son chemin et si le contexte est correct et qu'il est prêt cela peut marcher ». Il est possible selon Mme l'Inspectrice de « présenter une situation qui va faire réagir l'enfant par rapport à une situation donnée ».

Toutes ces solutions s'inscrivent dans un cadre où l'élève n'est pas réceptif peu importe la raison. Il est donc préférable pour le professeur d'être patient, toujours empathique et dans le respect pour que ce dernier puisse comprendre et devenir lui-même empathique avec ses camarades et les adultes qui l'entourent.

3.5.3. L'enseignement à l'empathie en fonction de la tranche d'âge des élèves

Un professeur qui est formé à l'empathie et qui doit sensibiliser ces élèves lors des cours, est en relation avec de nombreux élèves issus de niveaux différents allant de la maternelle au CM2 pour les Professeurs des écoles, de la 6^{ème} à la 3^{ème} pour les Professeurs de collège et de la seconde à la terminale voir plus, pour les professeurs de lycée enseignant dans des classes contenant des BTS ou Prépa. Ces niveaux sont bien différents car les élèves n'ont pas la même maturité. En effet, la construction d'un enfant d'un point de vue physique et émotionnel commence dès la naissance et tout le long de sa vie (1.1.1.).

Il est important de réaliser une différenciation sur la manière d'aborder les cours liés à l'empathie en fonction de l'âge des élèves que le professeur a en face de lui. De plus selon Mme la Professeure de SVT il est « plus compliqué de faire comprendre la notion d'empathie à des ados car leurs schémas sont plus construits alors que des enfants en primaire en maternelle sont plus modulables, ce sont des éponges ils absorbent tout ».

Le temps en cours avec les élèves a aussi un impact pour Mme la Professeure de SVT, « les lycéens et collégiens, voient moins leur professeur, contrairement à leur instituteur en primaire ». Cependant pour elle, ce n'est pas parce qu'on voit moins ses élèves en tant que professeur du secondaire que ces derniers ont besoin de moins d'empathie, « à tout âge, les enfants ont besoin d'empathie, ce besoin est le même pour moi en fonction des âges ». Mme Schmider nuance ces propos en parlant de « le potentiel d'empathie (qui) peut être plus important » en fonction de l'âge ou de la situation. Elle complète ce qu'elle dit par « l'adulte

peut être beaucoup plus compréhensif et prendre plus soin de l'enfant qui a plus de difficultés qu'un autre ». Il est donc important de se dire que les élèves ont tous besoin d'empathie mais qu'il est plus ou moins simple d'aborder la manière d'enseigner en fonction de l'âge des élèves que le professeur a en cours.

Avec des enfants plus jeunes, par exemple pour un instituteur cela peut être plus facile et c'est le moment où l'empathie les touchera le plus, contrairement à des adolescents qui pourraient avoir plus de mal à comprendre l'empathie et à la mettre en place s'ils n'ont pas déjà été imprégnés. Mme l'Inspectrice rappelle aussi qu'il y a « beaucoup de projets dans les établissements, qui portent attention au sommeil, à l'équilibre alimentaire mais peu de projets autour de l'empathie ». Des projets spécifiques pourraient voir le jour dans les établissements du 1^{er} et du 2nde degré pour mettre plus en avant l'empathie dans toutes les tranches d'âges.

3.5.4. La gestion de ses propres émotions devant les élèves dans la cadre des cours d'empathie

L'empathie est « une posture » comme le rappelle Mme la Professeure de SVT. Mme Roy pense qu'«il ne faut pas se limiter dans nos relations, le seul facteur limitant est nous-même ». En effet, elle estime que ce facteur limitant n'est que soi-même et que « Si on fait une grosse colère avec un enfant qui fait une colère, il faut regarder son propre bagage ». Elle pense donc que c'est le professeur qui est seul maître de ses émotions et qui peut donc arriver à gérer les émotions de l'enfant qu'il a en face de lui, si lui-même est capable de gérer les siennes. Mme la Professeure de SVT est d'accord avec cet aspect, en effet, elle souligne le fait que « Si on se laisse trop submerger par les situations cela ne va pas aller pour le prof ». La gestion de ses propres émotions permet aux professeurs de mieux comprendre les émotions de l'élève et d'être empathique vis-à-vis de lui.

Pour Mme Schmider « il ne faut pas se limiter, mais il est important de penser qu'il y a 2 côtés à l'empathie : l'écoute mais aussi s'exprimer ». Après avoir écouté l'élève, le professeur peut tout à fait exprimer ce qu'il ressent vis-à-vis de la situation avec l'élève pour bien faire comprendre à ce dernier ce qui n'allait pas, il exprime ses sentiments.

Mme l'Inspectrice met en parallèle cette régulation avec la bienveillance, « la bienveillance, étymologiquement on « veille au bien » que l'enfant se développe dans de bonnes conditions. Il ne faut pas lui dire que tout est dû, il faut être exigeant dans la bienveillance, mettre des cadres et des limites ». Elle rappelle donc qu'il ne faut pas être laxiste et que la bienveillance et l'empathie sont tout le contraire.

Mme la Professeure de SVT rappelle aussi que l'empathie n'est pas « quelque chose d'artificiel alors que ce qu'on fait c'est changer sa façon d'être, et après l'empathie va être intégrer en nous ». Cette phrase met en évidence que la gestion de ses propres émotions et exprimer l'empathie s'acquiert et que l'on ne peut pas réellement changer qui l'on est. Il faut mettre en avant que l'empathie est une posture globale de la part du professeur envers ses élèves pour mieux comprendre leurs émotions et pouvoir parler de ses propres émotions. Il faut donc que le professeur ait une posture empathique tout en étant maître de ses émotions en tout circonstances, et notamment devant les élèves.

Pour Mr Sorgius, les perspectives liés à l'amélioration de l'empathie à l'école semblent une priorité notamment pour soi-même. La compréhension des émotions et le développement de l'empathie sont très importants pour un futur professeur permettant la construction de l'enfant comme de l'adulte.

Pour Mme Jallab, le mémoire lui a permis de se rendre compte que les apports de l'empathie sont énormes. Il serait donc plus que judicieux en tant que futur professeur de se former à cette notion, car elle est un atout considérable pour l'épanouissement du professeur dans son métier et la construction d'un futur citoyen équilibré.

Conclusion

L'empathie est une clé ou redoutable atout, pour la compréhension des émotions des enfants comme des adultes. Elle permet le développement d'un enfant de manière saine dès son plus jeune âge et participe à la construction d'un adulte équilibré. Au sein de l'Education Nationale Française, elle a un rôle tout particulier notamment dans les relations humaines au sein d'un établissement, que se soit entre les adultes et les enfants ou les enfants entre eux.

L'empathie favorise un meilleur cadre d'apprentissage, une envie d'aller à l'école pour les élèves qui se sentent écoutés et une plus grande envie d'apprendre.

Pour les professeurs, l'empathie a aussi de nombreux bénéfices, elle diminue le stress, augmente la sérénité et le sentiment de compétence. Aujourd'hui les dispositifs de sensibilisation ne nous semblent pas assez présents. L'empathie n'est que trop peu inscrite dans les textes officiels. De plus, la mise en place des différents dispositifs à l'École ne semble pas encore suffisante. Les formations pour les professeurs qui ne sont pas sensibilisés à l'empathie ne semblent pas assez poussées par rapport aux attentes de nombreux enseignants dans ce domaine.

Il est évident que la mise en place de l'empathie dans les prochaines années sera un défi de taille pour les différents membres de la communauté éducative au sein des établissements. Avec ce mémoire, nous avons pu nous rendre compte que l'empathie est un moyen formidable d'amélioration de l'éducation et la compréhension des émotions des enfants à court terme et des adultes à long terme.

Bibliographie

¹ : Wikipédia sur le taux de suicide en France [https://fr.wikipedia.org/wiki/Suicide_en_France#:~:text=Selon%20le%20sexe%20et%20l%27orientation%20sexuelle,-Le%20suicide%20touche&text=Selon%20l%27Inserm%2C%2065%20d%C3%A9c%C3%A8s,%2C%20%25%20en%201999\).](https://fr.wikipedia.org/wiki/Suicide_en_France#:~:text=Selon%20le%20sexe%20et%20l%27orientation%20sexuelle,-Le%20suicide%20touche&text=Selon%20l%27Inserm%2C%2065%20d%C3%A9c%C3%A8s,%2C%20%25%20en%201999).)

² : Article de libération sur le harcèlement scolaire https://www.liberation.fr/societe/education/harcelement-scolaire-un-nouveau-sondage-revoit-les-chiffres-a-la-hausse-20231107_NNQ2AGJRJBG3DM2GXWGY5J2NOU/

³ : Article de France info, Harcèlement scolaire : cours d'empathie, questionnaire, confiscation des portables... Ce qu'il faut retenir du plan du gouvernement https://www.francetvinfo.fr/societe/education/harcelement-a-l-ecole/harcelement-a-l-ecole-cours-d-empathie-questionnaire-confiscation-des-portables-ce-qu-il-faut-retenir-du-plan-du-gouvernement_6087147.html

⁴ : Article de ouest France, Harcèlement scolaire : Gabriel Attal appelle à réagir plus rapidement dans les établissements <https://www.ouest-france.fr/faits-divers/harcelement/harcelement-scolaire-gabriel-attal-appelle-a-reagir-plus-rapidement-dans-les-etablissements-287fab5c-5213-11ee-94bc-e523343662bc>

⁵ : Article sur les étapes du développement de l'Institut de santé nationale publique du Québec <https://www.inspq.qc.ca/mieux-vivre/bebe/le-developpement-de-l-enfant/etapes-du-developpement>

⁶ : PDF du département médico-chirurgical de pédiatrie de l'hôpital de Lausanne, le développement de l'enfant et de l'adolescent https://www.chuv.ch/fileadmin/formation/hel_etapes_developpement.pdf

⁷ : Les compétences psychosociales, qu'est ce que c'est, page <https://www.ac-bordeaux.fr/les-competences-psychosociales-cps-qu-est-ce-que-c-est-128726>

⁸ : Académie de Paris, Les Compétences Psychosociales <https://www.ac-paris.fr/les-competences-psychosociales-cps-128435>

⁹ : Christophe Marsollier, Sens, enjeux et pouvoir de la bienveillance dans la relation éducative et pédagogique <https://rillieux-la-pape.circo.ac-lyon.fr/spip/IMG/pdf/bienveillance.pdf?396/b135c1c7481896f6c27b75ab76f12a3a1bd61ebf>

¹⁰ : Classe virtuelle du réseau Canopé par Christophe Marsollier sur les CPS <https://www.youtube.com/watch?v=ExPO-iy2z-0>

¹¹ : Damien Tessier en 2023, Pourquoi faut-il développer les CPS à l'école ? <https://www.reseau-canope.fr/notice/pourquoi-faut-il-developper-les-competences-psychosociales-a-lecole.html>

¹² : Les compétences psychosociales : état des connaissances scientifiques et théoriques,

octobre 2022 de Santé Public France, p.57

¹³ : Santé Publique France, Le développement des Compétences Psychosociales
https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/dgos_developpement_competences_psychosociales.pdf

¹⁴ : Santé Publique France / Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes / p. 24

¹⁵ : Thèse de Mael Virat, effet sur l'adaptation psychosociale des adolescents (motivations, empathie, adaptation scolaire et violence) et rôle déterminant de l'amour compassionnel des enseignants, 2013, p.74, p.90-91, p.113-114

¹⁶ : Pianta, R. C. (1999). Enhancing relationships between children and teachers. Washington: American Psychological Association

¹⁷ : Wentzel, K. R. (2012). Teacher-student relationships and adolescent competence at school. In T. Wubbels, P. den Brok, J. van Tartwijk & J. Levy, Interpersonal relationships in education. An overview of contemporary research. Rotterdam: Sense. 90 (2). 202-9

¹⁸ : Sprecher, S., & Fehr, B. (2005). Compassionate love for close others and humanity. Journal of Social and Personal Relationships

¹⁹ : Aspects définitoires, nomologiques et psychométriques de l'amour compassionnel : validation de la version française de la Compassionate Love Scale, Charlay Indoumou Peppe, Kamel Gana dans Les Cahiers Internationaux de Psychologie Sociale 2016/1 (Numéro 109), pages 5 à 23

²⁰ : Guide pour une justice scolaire préventive et restaurative en collèges et lycées, <https://cpe.ac-dijon.fr/spip.php?article657>

²¹ : Approche Faber Mazlish, <https://fabermazlish-aep.com/>

²² : Kit de médiation du Centre pour l'Education aux médias et à l'Information, <https://www.clemi.fr/familles/outils-de-sensibilisation-et-mediation/kit-de-mediation/le-kit-de-mediation>

²³ : Site de l'association, Déclic CNV Education, <https://www.declic-cnveducation.org/>

²⁴ : Le référentiel de compétences des métiers du professorat et de l'éducation
<https://www.education.gouv.fr/le-referentiel-de-competences-des-metiers-du-professorat-et-de-l-education-5753>

Annexes

Annexe 1: Entretien avec Mme Catherine Schmider

Catherine Schmider

1) Je m'appelle Catherine Schmider.

2) L'empathie permet de se relier à l'autre dans ce que la personne vit. Pour moi cela ne correspond pas vraiment à la définition de l'empathie à 3 dimensions mais elle se rapproche plus de la notion relationnelle.

3) L'empathie est importante partout dans la vie car les êtres humains aspirent à être accueillis comme ils sont. Un climat empathique à l'école permet de créer l'habitude de prendre soin des uns et des autres.

4) Les adultes principalement de par leur posture, permettent la mise en place de l'empathie. L'idée des cours d'empathie à l'école est une bonne idée mais on se trompe de cible. Les adultes ne sont pas forcément empathiques et c'est eux qu'il faut former avant tout.

5) L'empathie permet d'aimer vivre une qualité de lien avec une profondeur de relation plus forte. Cela fait du bien d'être compris et de nourrir son estime de soi, que l'on accorde de l'attention et de valeur à qui on est. Cela permet aussi de se conforter dans les sentiments que l'on a pour nous même, tu es bien comme tu es. Cette notion est très en lien avec l'estime de soi.

6) La compréhension de la notion d'empathie dépend des équipes et de comment ces dernières ont été formées. Actuellement très peu ont pu vivre dans un environnement empathique enfant. Donc très peu de ces anciens enfants sont naturellement empathiques mais cela s'apprend. Les adultes, qui composent l'équipe éducative, ne sont pas forcément très empathiques. S'ils ne sont pas empathiques naturellement ou formés à cette notion, cela peut déformer l'empathie des enfants qui le sont naturellement (Cf. Catherine Gueguin avec le livre : heureuse d'apprendre à l'école et expérience de la pince à linge. Dans cette expérience l'enfant va spontanément aider un adulte qui fait tomber une pince à linge lorsque ce dernier étend son linge). À la naissance, le cortex orbitofrontal n'est pas mature et se développe jusqu'à ses 6-7ans. Cette zone du cerveau permet de reconnaître et gérer ses émotions. C'est cette zone du cerveau qui permet d'être empathique. Cependant elle ne se

développe bien que dans un environnement empathique, qui n'est ni stressant, ni humiliant. Si l'environnement est stressant alors l'amygdale qui est mature dès la naissance va produire du cortisol et va limiter le développement de cette partie du cerveau. L'environnement empathique permet l'entretien et le développement de cette empathie naturelle. En réalité les enfants reproduisent ce que font les adultes que ce soit au niveau de la langue ou du comportement. Si l'environnement ne l'est pas alors l'enfant ne pourra pas développer et maintenir l'empathie qu'il peut avoir pour les autres.

7) Pour que l'empathie soit présente dans l'équipe éducative, il faut avant tout former les adultes à la Communication Non Violente. Ce moyen de communication est très puissant et permet une écoute empathique de l'adulte pour l'enfant. Le seul moyen pour développer cet aspect est de le vivre soi-même pour améliorer sa qualité d'écoute car derrière chaque émotion il y a un besoin. La parole de l'autre nous aide à nous comprendre nous-même.

8) Je pense que le potentiel d'empathie que l'on peut avoir pour un enfant est le même à tout âge. Cependant, en fonction des situations et de ce que l'enfant a vécu, s'il a grandi avec des problèmes familiaux...etc, le potentiel d'empathie peut être plus important. L'adulte peut être beaucoup plus compréhensif et prendre plus soin de l'enfant qui a plus de difficulté qu'un autre. Par exemple une fille qui à 4 ans qui demande à son frère s'il est triste ou en colère puis a compris sa réaction et elle l'a rassuré. Elle n'apprend rien, c'est une reproduction de ce qu'elle a vu.

9) Cela dépend tout d'abord de la situation à la maison. Si l'enfant vit dans un contexte difficile alors les enfants mettent en place une carapace de protection. On peut dire que si un enfant n'est pas empathique avec les autres c'est que ce dernier a besoin d'empathie. Il ne faut pas le punir c'est lié à son passé.

10) Chaque enfant exprime ce qu'il aime et n'aime pas, c'est en lien direct avec l'empathie. Il doit apprendre à s'exprimer de manière à ne pas inculper l'autre et à dire ce qui ne va pas. Le fait d'accorder du temps et créer du lien avec un enfant développe aussi l'empathie. Par exemple, un moment d'écoute tous les matins permet de développer l'empathie des élèves en entendant l'humanité des uns et des autres de la classe. Les enfants n'ont pas forcément besoin de cours mais d'une attitude empathique de la part des enseignants. Le temps que l'on accorde à la vie de la classe permet d'apporter des points de feedbacks où on cherche des solutions aux problèmes des élèves et notamment dans la gestion des conflits. Ce qui est principalement utilisé par les adultes est de sermonner l'enfant ce qui n'est pas empathique mais on peut plutôt utiliser la médiation : on écoute et reformule, on développe une écoute

empathique. En voyant faire l'adulte, l'enfant développe son empathie, cela stimule une écoute mutuelle.

Concernant les cours d'empathie cela peut être risqué et contre-productif de parler d'une notion que l'on ne met pas en pratique. Les élèves peuvent se dire « on ne peut pas croire les adultes ». Les enfants sont des miroirs qui ne vont pas comprendre le réel fond de la démarche.

Aujourd'hui des adultes se forment et notamment des enseignants en payant de leur poche et sur leurs week-ends.

L'association « DECLIC CNV éducation » permet de faire connaître la CNV aux professeurs et aux membres des établissements. L'association a réussi à faire intégrer dans la formation continue la CNV. Elle propose des formations de 2 à 5 jours qui permettent d'acquérir des compétences relationnelles qui sont utiles dans le domaine professionnel. De plus cette formation sensibilise à l'empathie qui est utile dans les moments de tous les jours.

Ces formations permettent à l'adulte d'avoir un meilleur accueil envers l'enfant mais aussi avec le parent, cela permet d'avoir des réunions de meilleure qualité et de développer un accueil critique par rapport à une situation donnée. On ne prend donc plus les choses contre soi mais on se met à l'écoute de la contrariété de la personne que l'on a en face de nous et la personne se sent comprise et on peut s'expliquer derrière cette colère. Cette prise de recul permet de diminuer la dépression et le burn out chez les profs.

Il faut s'entraîner à l'empathie dans les relations du quotidien, ça devient naturel même avec une classe de beaucoup d'élèves on a déjà la compétence.

11) Dans l'empathie elle-même il ne faut pas se limiter mais il est important de penser qu'il y a 2 côtés à l'empathie : l'écoute mais aussi s'exprimer.

Il faut accueillir l'enfant qui a le droit de ressentir ce qu'il ressent, on peut donner l'exemple du coup de poing, où dans ce cas un élève en frappe un autre. On se positionne et il faut dire que ce n'est pas acceptable car l'adulte tient à chacun de ces élèves et dans ce cas-là, l'élève violenté et celui qui est violent. Il faut savoir que la violence est l'expression tragique d'un besoin insatisfait. Il faut donc basculer dans l'empathie avec l'élève violent, il faut l'écouter jusqu'au bout et le laisser redescendre et retrouver son équilibre. Dans la plupart des cas, il se rend compte tout seul de ce qu'il fait et il ressent l'élan de faire attention aux autres. S'il a plus de mal tout seul on peut l'accompagner.

Il faut se positionner et trouver comment faire autrement sans passer directement par la sanction et en essayant de connaître le ressenti de l'élève. Un autre exemple en lycée professionnel où une professeure a raconté qu'elle s'est fait insulter deux fois dans sa carrière. La première fois sans avoir été formé à l'empathie, l'élève s'est fait exclure définitivement de l'établissement à la suite de ses insultes et au cours d'une longue démarche administrative.

L'élève a vécu cela comme une injustice. La seconde fois après une formation à l'empathie, elle a laissé l'élève dire ce qu'elle avait à dire pendant dix minutes même si les mots étaient très crus. Après ces dix minutes l'élève s'est rendu compte elle-même que ses mots n'étaient pas appropriés et s'est excusée. Le problème s'est réglé beaucoup plus vite que dans la première situation. Le système punitif que nous connaissons tous engendre la violence, c'est un cercle vicieux. La manière de réagir dans ce genre de situation s'apprend.

12) Il faut installer de manière globale une facilitation du lien avec les élèves. On peut leur demander comment ils vont tous les matins, prendre des moments après les récré, qu'ils disent ce qu'ils ont sur le cœur, discuter et traiter les problèmes au cas par cas.

Un exemple de discussion avec la classe est la méthode de la pince à linge. Les élèves disposent de 3 pinces à linge qui correspondent à leurs humeurs et leur volonté de parler avec le professeur ou avec les camarades de la classe. Ils s'accrochent la pince à linge correspondant à leur humeur chaque jour de la semaine sur leur photo. La pince à linge verte correspond à un élève qui est disponible pour parler, la pince à linge orange correspond à un élève qui n'est pas d'humeur mais qu'il est disponible pour parler si il le veut devant la classe ou juste avec le professeur tandis que la pince à linge rouge correspond à un élève de mauvaise humeur et qui n'est pas disposé à parler. Cela permet au professeur d'éventuellement connaître les élèves qui ne sont pas bien ou qui sont bien chaque jour de la semaine. Si l'élève a mis une pince à linge rouge sur sa photo et que l'élève ne veut pas parler au professeur, ce dernier peut essayer de consulter les autres élèves à savoir pourquoi il est comme ça et de dire ce qui l'énerve. Au final, on a des élèves qui deviennent des petits veilleurs de la récré qui remarquent les problèmes de leurs camarades. Cela rentre totalement dans l'éducation à l'empathie

Les enfants sont des boules d'empathie, les adultes doivent juste ouvrir la porte. Plus les enfants sont petits, plus l'empathie est naturelle mais plus l'enfant est grand et plus la carapace est solide. Cependant la sensibilisation à l'empathie peut aussi fonctionner même si cela ne va pas aussi rapidement.

13) La Relation Affective Enseignant Élève est essentielle, elle apporte de la sécurité affective et de l'ouverture et motivation dans l'apprentissage de l'élève. Il faut se rappeler de ce que l'on était lorsque on était enfant. L'enseignant donne envie d'apprendre car il y a une relation sympathique entre ce dernier et l'élève cependant parfois on aime la matière mais le comportement de l'enseignant nous la fait détester.

L'enseignant qui croit en l'élève peut être un virage dans la vie de ce dernier. Il a un pouvoir énorme sur les enfants.

Avant on s'adressait à des têtes mais on ne cherchait pas à connaître le contexte familial.

Aujourd'hui, on considère plus qu'on a un être humain devant nous.

Cela permet d'apporter plus de sérénité au professeur, le sentiment de compétence de ce dernier augmente et son stress diminue.

Annexe 2 : Entretien avec Roseline Roy

1) J'ai fait des études dans le domaine de l'éducation, la psychologie mais mon parcours de vie m'a amené à tout autre chose maintenant je suis dans le domaine de la publication et la maison d'édition. J'ai publié des livres sur la communication parents-enfants ou adultes-enfants mais ce n'est pas mon parcours académique qui fait que je sois « légitime » de parler du sujet d'aujourd'hui. Je pense que ce sont mes expériences de vie qui ont beaucoup contribué à développer chez moi la notion d'empathie et à quel point c'est important. J'ai fait de nombreux voyages en Europe et j'ai même organisé des ateliers sur l'empathie avec des adultes. On peut dire que je me suis promené partout sur la planète francophone et j'ai donné des enseignements dans ce domaine.

2) C'est difficile à définir ... Je me souviens de la première fois où l'on m'a demandé de faire un cours sur l'empathie, j'ai dit « Bah non ! Ça ne s'enseigne pas » parce que pour moi c'est une façon d'être et pas juste une technique ou des habiletés que l'on développe mais peu à peu j'ai changé mon regard là-dessus et puis finalement pour moi : oui on peut apprendre l'empathie. C'est sûr que l'on est prédisposé. Notre passé, notre vécu va faire que nous ne seront pas tous au même niveau quand on commencera à vouloir apprendre ce que c'est. Il y a des notions qui peuvent s'enseigner mais finalement ça devient une nouvelle façon d'être qui s'affine avec le temps ... On devient de plus en plus empathique avec les autres et ce sont nos expériences de vie qui nous forment mais cela dépend si on est prêt à vouloir la développer. Notre expérience sur cette planète c'est apprendre ce que c'est que l'empathie. Quand vous examinez ces sujets-là vous abordez quelque chose de grand. Cela m'a touchée que vous vouliez aborder ce sujet-là à un jeune âge, cela me touche car on apprend tout cela de plus en plus jeune et si il y a des chances d'améliorer le sort de la planète cela repose entre vos mains.

3) Je me plais à dire qu'avec l'approche FM quand un enfant se sent bien il se comporte bien. Donc, en tant qu'adultes qui avons à faire avec des enfants de tous âges on sait qu'il est important qu'ils se sentent bien. Avec l'éducation il y a une notion de plus que cela, on est des enseignants on veut leur apprendre des choses donc en fait quand ils se sentent bien ils s'apprennent bien aussi. Pour qu'ils se sentent bien, l'empathie est au cœur de ça plus généralement la RAEE car on ne peut pas apprendre de personnes que l'on ne respecte pas.

On a besoin de se sentir respecté pour ensuite respecter et avoir cette ouverture pour apprendre de cette autre personne. S'il n'y a pas de RAEE il n'y a donc pas de motivation à apprendre de cet adulte donc cela influe fortement sur la motivation en plus de simplifier la vie. Du point de vue comportemental, un enfant qui ne se sent pas bien en classe peut distraire la classe et bloquer les plans pédagogiques du professeur. On a besoin d'un élève qui même, s'il n'est pas intéressé respecte la volonté des autres à vouloir apprendre et cela passe par la RAEE et la question de respect.

Bonus : Affection, un tabou dans l'Education Nationale ? Peut-on employer le mot affection ? On craint la relation affective. Tout le domaine des émotions, des sentiments on ne veut pas le mettre à la lumière du jour parce que cela fait peur. À raison quelque fois, car on n'a pas appris à transiger avec ça que ce soit de la part des élèves ou de l'enseignant. Beaucoup d'adultes ne savent pas gérer par exemple leur colère mais étant humain, certaines fois on perd patience avec 20-30 élèves dans une classe et notre vie personnelle qui vient influencer ça ce n'est pas facile (c'est pareil pour les élèves et leur vie personnelle qu'ils apportent avec eux à l'école). L'affectif vient peut-être rendre plus compliqué les choses mais c'est tellement important de savoir transiger avec l'affection, par exemple la colère ; on sait qu'elle peut faire mal et blesser alors les enseignants ont ce potentiel. On le sait, il y a des élèves qui ont été brisées par la vie et cela peut bousiller même leur carrière. (L'inverse aussi est possible des enseignants qui avaient le rêve d'enseigner mais d'un point de vue affectif ils n'avaient pas la capacité de le faire). Savoir gérer ses émotions, savoir réagir, on l'a longtemps mis de côté c'est ce qui a donné le système d'aujourd'hui avec des enfants qui décrochent et des enseignants en dépression mais ce n'est plus possible, c'est tellement important. Tout cela je l'attribue au fait d'avoir voulu éviter cet aspect affectif.

4) Tous les acteurs. Je sais que la tendance actuelle c'est d'enseigner l'empathie à l'Ecole, de mettre cela en pratique. On dispense des cours sur le sujet. Il y en a de très bons ici au Canada, on travaille l'empathie avec des bébés ce qui marche très bien. Cependant on ne peut pas travailler que d'un côté : l'adulte qui travaille doit aussi faire preuve d'empathie. En réalité, on apprend à travers l'exemple donc si on a un adulte qui n'est pas capable d'empathie, l'enfant n'apprend pas malgré tous les cours que l'on peut donner. L'empathie s'apprend par l'expérience et se transmet à travers la relation. Avec FM (Faber Mazlish) on dit que chaque parole est importante (donc au niveau communication il faut apprendre à mieux communiquer nos paroles doivent être empathiques et ceux à tous les niveaux. Quand il y a un problème on envoie l'enfant à la Direction mais comment elle transige avec ce dernier ; on le punit donc on lui dit que on n'a pas le droit à l'erreur aujourd'hui on induit des conséquences plus des punitions. C'est la même chose pour moi isoler un enfant sans l'accompagner. Tout le monde

peut avoir un impact, toute la communauté éducative devrait y être formée. Le rapport aussi avec les parents et la communauté éducative est important. Ils doivent être impliqués, il faut des liens de communication entre acteurs et parents (tout le monde a à y gagner à travailler son empathie).

5) On a souvent cru que dans le milieu scolaire ou du travail il fallait garder une certaine distance et juste fonctionner au niveau cérébral pour la relation entre les collègues. On a appliqué les mêmes principes à l'école où il fallait avoir une certaine distance. On a mélangé la notion respect et soumission, on pense qu'un élève qui est soumis respecte l'adulte mais ce n'est pas le cas. Un élève tranquille peut être soumis ou en révolte mais il n'est pas en train d'apprendre c'est la relation qui va faire une différence entre la motivation et le désir d'apprendre. L'empathie conduit à ce que l'élève se sente bien et ait le désir d'apprendre et même l'enseignant va se sentir mieux dans son rôle s'il se sent respecté et s'il sent son impact. On a des professeurs qui nous ont plus influencés dans notre vie parce qu'on avait une bonne relation avec eux. Quand on n'a pas de bonnes relations rien ne fonctionne on ne peut pas éviter cela si on essaye, on se perd. C'est surtout se sentir compris par les adultes, de sentir que oui j'ai le droit à l'erreur personne n'est parfait pas même l'adulte devant moi. Cela transmet le respect de qui tu es et développe la confiance en soi qui est la base de tout le reste. Si on n'en a pas, qu'est-ce que l'on va faire de sa vie. L'empathie contribue au fait que oui, je fais des erreurs mais je peux me reprendre et faire autrement, c'est de l'amour, être empathique avec un enfant c'est de l'amour inconditionnel. Peu importe ce que tu fais, je continue à t'aimer, je ne te retire pas mon amour donc cela contribue fortement au développement de l'enfant.

6) La question me fait sourire car on parle de comprendre donc cela se passe au niveau de la tête. Cependant pour moi, il faut vivre l'empathie cela passe par l'expérience et il peut être redondant de l'enseigner peu importe l'approche. On peut lui apprendre mais si l'adulte qui est en face de lui n'en n'exprime pas, il n'en reçoit pas, et cela peut être très troublant il y a besoin de le vivre. L'empathie est une façon d'être, on le devient vis à vis des personnes qui le sont avec nous. Un enfant est très sélectif, il peut être gentil avec un adulte qu'il respecte mais méchant avec un autre qu'il ne respecte pas. Les enfants y sont très sensibles même si on ne peut pas mettre de mots dessus cela se passe à un autre niveau. Il faut leur faire vivre, il faut que cela passe par l'expérience. D'ailleurs, c'est pour ça que l'approche FM est aussi populaire car cela passe par l'expériences des situations et on se questionne sur nos habilités à être empathiques et comment les améliorer.

7) Ce qui se passe c'est qu'il y a de la sensibilisation, on est de plus en plus conscient de l'importance de ça. Si on veut survivre avec le système actuel on doit y intégrer les notions d'empathie après il y a des approches. Personnellement, j'ai travaillé avec une équipe pour construire un guide de formation des enseignants cela va au-delà de l'empathie, c'est parler pour que les enfants écoutent et écouter pour que les enfants apprennent. Il existe maintenant des approches qui devraient entrer dans les écoles du monde. Le système est là donc pourquoi pas améliorer ce qu'il y a déjà car c'est nécessaire.

8) Justement plus tôt on commence mieux c'est ! Comme ça les petits grandissent avec ça, cela prépare le terrain. Il est vrai que cela peut être plus difficile de commencer avec des adolescents car plus ils sont grands et ont une expérience de vie dans laquelle ils ne se sont pas sentis respectés, plus ils développent une méfiance des adultes et ne veulent plus les écouter car ils ne se sentent pas reconnus et respectés. Plus jeune l'enfant va intégrer et mettre en pratique plus simplement. Quand il est plus grand il faut être capable de se mettre à la place de l'enfant et d'essayer de comprendre en profondeur pourquoi il n'a pas d'empathie envers l'adulte qui lui parle, c'est plus compliqué il faut faire preuve de plus d'empathie. On sait que dans des milieux défavorisés les enfants reçoivent en général de l'empathie d'une personne significative. S'il y a juste une personne dans la vie des enfants alors il y a une bouée de sauvetage qui peut aider ces enfants mais si on véhicule beaucoup de privation ils se sont fait une carapace déjà à 3 ans et pour aller les rejoindre malgré cette dernière cela prend beaucoup plus d'empathie et cela demande de vraiment se mettre à leur place.

9) Il n'y a pas grand-chose à proposer. Si l'élève n'est pas réceptif, il faut voir si ça cache quelque chose qui nécessiterait d'engager une discussion plus profonde avec lui, après c'est très vaste. Quand on voit que ça ne suffit pas, il faut aller vers lui individuellement, sortir du cadre du cours et proposer sans obliger. Si l'élève n'a pas envie c'est plus difficile car l'empathie s'applique dans le respect de ce que l'autre est prêt à ouvrir de soi, d'accepter. On peut lui faire des propositions de discussion sans forcer sinon on risque d'obtenir l'effet inverse. Pour moi, on ne peut pas proposer grand-chose c'est à l'élève de faire son chemin et si le contexte est correct et qu'il est prêt, cela peut marcher.

10) C'est une grande question. Visiblement ce n'est pas ce que le gouvernement va proposer qui va permettre d'augmenter l'empathie en établissement et comme on le disait avant on ne forme pas à l'empathie en faisant des formations théoriques, c'est du long terme. Il y a des professeurs qui auraient besoin d'être imprégnés plus longtemps. Je pense que les cours qui

vont être présentés vont être très théoriques : le travail des émotions, la confiance en soi. Est-ce qu'on sera vraiment sur l'empathie ou sur des cours théoriques, moi je pense qu'on sera plutôt au cas par cas il y aura de la « vraie » empathie. On ne devient pas empathique parce qu'on nous a formé à ça. Il faudrait faire des formations sur place et pas en ligne, avec de la participation et où l'on fait vivre des situations. C'est vraiment de l'immersion qu'il faudrait pour former à l'empathie. Les ateliers Faber Mazlich pourraient être une bonne porte d'entrée mais je ne pense pas que c'est cette porte que le gouvernement utilisera. C'est vrai que ces ateliers ont l'avantage d'être facile à mettre en œuvre et ils contiennent des solutions qui ne semblent pas être trop révolutionnaires mais qui pourtant changent tout quand on les applique. Ces ateliers-là ou ce format-là pourraient être une solution.

11) L'empathie ce n'est pas vivre ce que l'autre revit. Si on se laisse trop submerger par les situations cela ne va pas aller pour le prof. Il ne faut pas limiter l'empathie, si l'enfant en a besoin, mais il ne faut veiller à ne pas devenir insistant. Si l'enfant refuse il ne faut pas insister. L'empathie est une posture, si on l'a on ne va pas stopper qui on est. Comme cela est formulé, on a l'impression que c'est quelque chose d'artificiel alors que ce qu'on fait, c'est changer sa façon d'être, et ensuite l'empathie va être intégrée en nous. On ne va pas changer qui on est. L'empathie c'est aussi entendre les limites de l'autre. Si on est empathique on saura où s'arrêter, c'est un système qui s'auto-régule.

12) Il faut accueillir les émotions, peut-être que ces enfants auront plus besoin d'être écoutés car ils n'auront pas ce moment d'écoute à la maison. Commencer par de l'écoute sans vraiment apporter de solution, demander ensuite ce qu'il ressent, proposer des solutions par rapport au milieu scolaire. Qu'est ce qui pourrait dans le milieu scolaire par le dialogue avec les enfants apporter des solutions, des astuces pour que cela puisse soulager l'enfant, et qu'il trouve un moment de répit. Cependant tout ceci dépend bien sur des situations. En parallèle de notre groupe, on a un groupe d'écoute. On écoute les élèves qui posent problèmes pas forcément scolairement, mais des élèves qu'on sent anxieux, perturbateurs et qui harcèlent car ils ont un problème aussi. On accueille les émotions de ces élèves, juste le fait de parler, conduit bien souvent aux larmes. Ce sont souvent des élèves seuls qui n'ont personne à qui parler avec un contexte familial plutôt compliqué, juste le fait de parler est déjà un grand soulagement. L'écoute n'est pas quelque chose que l'on fait trop dans notre monde. L'enfant et aussi l'adulte ont besoin qu'on leur accorde de l'attention et une écoute active.

13) Je pense qu'elle est essentielle. Par rapport à notre travail sur notre Projet Smiley, on a fait un bilan avant les vacances, et on a demandé à chaque collègue ce qu'il a pensé de cette année car on a eu des formations. On a fait cette auto-formation de 6x deux heures qui était

intéressante sur Faber Mazlich, sur les neurosciences sur la CNV. Toute l'équipe veut faire la suite de Faber Mazlich et a trouvé que c'était très intéressant et que ça apporte un plus dans les cours. Ceux qui essayent sont plutôt positivement impactés. On a aussi eu des formations sur la CNV, dont une avant les vacances alors que toute l'équipe était fatiguée et on est ressortis de là requinqué avec une envie d'appliquer ça. C'est du travail qui va faire aussi du bien au professeur comme à l'élève. Le professeur sera mieux lui même car l'empathie c'est aussi savoir recevoir ses propres émotions. L'empathie commence par là et quand on a compris cela on met des limites et on est loin du laxisme. Les élèves sont moins sous la contrainte et on est dans des meilleures conditions pour apprendre autant le professeur que l'élève. C'est mon propre ressenti mais aussi celui de mes collègues, on va au cours de manière plus joyeuse, tout le monde y gagne. L'émotion est centrale dans l'enseignement donc parler d'amour n'est pas choquant pour moi mais je comprends certains professeurs qui ont du mal à parler d'affect pour leurs élèves. Cependant, quelque part si les élèves viennent à reculer au cours, c'est qu'il y a un problème et que les élèves ne vont pas bien apprendre. Tant mieux s'il y a cette affection qui se crée tout en respectant les limites mais je pense que les élèves en sont conscients et tant qu'il n'y a pas de débordement il n'y a pas de soucis.

Annexe 3 : Entretien avec Mme la Professeure de SVT

1) Je suis professeur de SVT au lycée. J'ai débuté en tant que TZR mais j'ai eu de la chance car j'ai été nommée sur des postes en lycée à l'année donc je n'ai pas eu les désagréments du TZR. Après il y a eu création d'une filière SVT dans le lycée où je suis aujourd'hui car au départ ce n'était pas un lycée avec des SVT, il y avait seulement une filière Sciences de l'Ingénieur et lorsqu'une des réformes a intégré les SVT de manière obligatoire dans toutes les classes de seconde, en tant que TZR, j'étais l'élément mobile et c'est moi qui ait ouvert les SVT au lycée. Cela fait 10 ans que je suis en poste fixe.

2) L'empathie pour moi c'est être à l'écoute de ce que ressent l'autre, dans la compréhension des émotions de l'autre et pas forcément ressentir la même chose que l'autre mais reconnaître l'émotion chez l'autre et savoir l'accueillir. Il faut également accepter de recevoir ses propres émotions grâce à l'empathie.

3) L'empathie est essentielle car elle est au centre du recueil des émotions. Aujourd'hui dans le système scolaire, c'est vrai qu'on parle de cours d'empathie, j'ai hâte, mais aussi peur de voir comment ils vont être appliqués. Les émotions ont leur place complète dans les apprentissages, c'est prouvé et on sait que quand on n'est pas dans un bon état émotionnel on n'apprend pas. L'empathie c'est justement permettre aux élèves de venir avec leurs

émotions et peut être que l'écoute, si on est déjà dans une mauvaise émotion, peut déjà soulager, apporter un mieux-être à l'élève, afin qu'il soit plus disponible pour le cours. On accueille aussi les bonnes émotions. La classe c'est comme un orchestre, si on ne l'accorde pas, on jouera une cacophonie : le professeur fera son cours et on ne sait pas ce que les élèves retiendront. L'empathie permet d'être sur une même longueur d'onde.

4) Le professeur est en première ligne car il est devant les élèves. C'est compliqué, on a vu ça dans notre projet (projet de la part de certains enseignants, dans l'établissement, de se former à l'empathie et de la mettre en pratique avec les élèves), les collègues étaient un peu réticents ils avaient peur de se montrer un peu fragile car c'est vrai l'empathie donne du sens, ce n'est pas qu'accueillir les émotions des élèves mais que le professeur accepte de montrer qu'il a des émotions. Ce qui témoigne d'une certaine fragilité. C'est vrai que si le professeur est dans un environnement empathique avec une Direction empathique cela favorise son développement. Le professeur tout seul peut aussi y arriver mais si l'ensemble est accordé cela sera plus facile. La Vie Scolaire a également un rôle à jouer car c'est eux qui accueillent les élèves et s'ils sont accueillis de manière empathique cela marchera mieux.

5) Elle apporte une confiance. Les élèves qu'on écoute se sentent en confiance car ils peuvent venir avec ce qu'ils portent de profond en eux, ils n'ont pas besoin de mettre une carapace. Et s'ils sont en confiance ils seront dans un meilleur état d'esprit. Ils seront plus enthousiasmés de venir en cours, ils feront confiance au professeur et cela leur apportera une confiance en eux aussi. On les accepte comme ils sont, sans dire : t'as pas le droit de ressentir ça, sans les casser. Un prof doit aussi tenir compte des besoins et il peut accepter une certaine négociation dans son cours. L'élève se sentira reconnu, en tant qu'être humain et pas uniquement en tant que subalterne du professeur, juste parce que le professeur a autorité sur sa classe.

6) Pas par des cours théoriques, en primaire, ils ont beaucoup de travail sur les émotions, les connaître et les nommer. Pour moi, c'est beaucoup une posture, c'est le prof qui lui-même est empathique et qui va par mimétisme, absorber cette empathie et la propager aux autres. Si tous les niveaux de l'éducation étaient empathiques, par mimétisme on y arriverait mieux. Tout ceci est compliqué, on a eu des formations sur la communication non violente. La formatrice nous a fait revivre des expériences, remémorer des événements, ce qu'on ressentait, elle nous a fait prendre conscience par le vécu et jamais par le théorique. Les ateliers Faber et Mazlish partent aussi de réflexions autour de cas très concrets, des petites scénettes, rejouer les situations de manière plus empathiques. C'est donc plus par l'expérience, savoir intérioriser cette empathie, c'est pas quelque chose qui peut mettre du temps. Certaines personnes seront

plus disposées que d'autres à mettre en pratique, par exemple, dans notre groupe, il y en a qui disent qu'une graine a été plantée mais que ça va prendre du temps et pour l'instant ils n'ont pas changé leurs pratiques.

7) Dans le milieu scolaire actuel c'est un peu un tabou. Dans notre projet, le but était d'avoir des collègues volontaires. Au début on peut dire qu'on s'est un peu moqué de nous, pas ouvertement mais on sentait du sarcasme chez des collègues. Les collègues savent qu'il y a un retour plutôt positif des élèves par rapport à cette empathie là et dans la salle des profs il m'est déjà arrivé de rentrer et qu'ils disent « ah toi, de toute façon t'es gentille ». Quand on est empathique on peut être montré du doigt comme étant la bonne poire, on laisse tout passer. Cependant ce n'est pas spécifique au milieu scolaire, mais cela correspond un peu à la société actuelle. Les gens croient que c'est du laxisme alors que pas du tout, c'est éduquer avec bienveillance et empathie. Je pense qu'on est très loin de l'empathie, c'est difficile d'en parler car pour beaucoup de professeurs, l'enseignement et les émotions sont des choses complètement séparés, on n'a pas à faire rentrer les émotions dans l'enseignement. C'est encore une idée bien ancrée alors qu'au contraire c'est essentiel. Je pense qu'il y a de la peur dans tout ça. Et c'est sûr que c'est compliqué de parler d'empathie et de compassion en milieu scolaire.

8) Je ne pense pas faire une différenciation volontaire mais c'est vrai qu'avec les élèves en difficulté on va peut-être leur accorder plus d'empathie involontairement. Je pense qu'on est ou on n'est pas empathique. Je ne vais pas choisir d'être empathique avec certains élèves et pas avec d'autres. Cela va être une démarche globale qui passe par une posture qu'on adapte au besoin de l'élève en sentant ce dont il a besoin. De ce point de vue-là, on va peut-être faire une différenciation si on voit qu'il y a plus de besoin chez un élève qu'un autre. Volontairement non, ce sera de manière indirecte. Même un élève bon peut avoir besoin d'empathie s'il a vécu quelque chose de difficile avant de venir. Je pense que c'est vraiment au cas par cas en fonction de la situation. C'est plus compliqué de faire comprendre la notion d'empathie à des ados car leurs schémas sont plus construits alors que des enfants en primaire, en maternelle sont plus modulables, ce sont des éponges ils absorbent tout alors que les plus grands, les lycéens et collégiens, voient moins leur professeur, contrairement à leur instituteur en primaire. A tout âge, les enfants ont besoin d'empathie, ce besoin est le même pour moi en fonction des âges. Je ne pense pas que j'aurai plus ou moins d'empathie en fonction de l'âge, c'est plus compliqué au lycée car on les voit moins, ils sont déjà formatés et donc ça peut être plus compliqué d'établir une relation. Cependant s'ils en ont plus besoin, les cours dans lesquels il y aura de l'empathie ils se sentiront mieux et seront plus à l'aise. Au final, je pense que ce

n'est pas du côté du professeur que ça se joue mais du côté de l'élève.

9) Pas grand-chose, on peut proposer et si l'élève n'est pas réceptif, il faudra voir si ça cache quelque chose qui nécessiterait d'engager une discussion plus profonde avec lui, après c'est très vaste. Lorsqu'on voit que ça ne suffit pas, il faut aller vers lui individuellement, sortir du cadre du cours et proposer sans obliger. Si l'élève n'a pas envie, l'empathie c'est dans le respect de ce que l'autre est prêt à ouvrir de soi, d'accepter, on peut lui faire des propositions de discussion sans forcer sinon on risque d'obtenir l'effet inverse. Pour moi on ne peut pas proposer grand-chose c'est à l'élève de faire son chemin et si le contexte est correct et qu'il est prêt cela peut marcher.

10) C'est une grande question. Visiblement ce n'est pas ce que le gouvernement va proposer qui va permettre d'augmenter l'empathie en établissement et comme on disait avant on ne forme pas à l'empathie en faisant des formations théoriques, c'est du long terme. Il y a des professeurs qui auraient besoin d'être imprégnés plus longtemps. Je pense que les cours qui vont être présentés vont être très théoriques : le travail des émotions, la confiance en soi. Est-ce qu'on sera vraiment sur l'empathie ou sur des cours théoriques, moi je pense qu'on sera plutôt au cas par cas et il y aura de la « vraie » empathie. On ne devient pas empathique parce qu'on nous a formé à ça. Il faudrait faire des formations sur place et pas en ligne, parce que c'est ce qui sera proposé, avec de la participation où on fait vivre des situations. C'est vraiment de l'immersion qu'il faudrait pour former à l'empathie. Les ateliers Faber Mazlich pourraient être une bonne porte d'entrée mais je ne pense pas que c'est celle-ci que le gouvernement utilisera. C'est vrai que ces ateliers ont l'avantage d'être faciles à mettre en œuvre et ils contiennent des solutions qui ne semblent pas être trop révolutionnaires mais qui changent tout quand on les applique. Ces ateliers là ou ce format-là pourraient être une solution.

11) L'empathie se n'est pas vivre ce que l'autre revit. Si on se laisse trop submerger par les situations cela ne va pas aller pour le prof. Il ne faut pas limiter l'empathie, si l'enfant en a besoin, il ne faut veiller à ne pas devenir insistant. Si l'enfant refuse il ne faut pas insister. L'empathie est une posture, si on la prend on ne va pas arrêter qui l'on est. Comme cela est formulé, on a l'impression que c'est quelque chose d'artificiel alors que ce qu'on fait, c'est changer sa façon d'être, et après l'empathie va faire partie de nous. On ne va pas changer qui on est. L'empathie c'est aussi entendre les limites de l'autre, si on est empathique on saura où s'arrêter, c'est un système qui s'auto-régule.

12) Il faut accueillir les émotions, peut-être que ces enfants auront plus besoin d'être écoutés car ils n'auront pas ce moment d'écoute à la maison. Commencer d'abord par de l'écoute sans

vraiment apporter de solution, après demander ce qu'il ressent, proposer des solutions par rapport au milieu scolaire : qu'est ce qui pourrait dans le milieu scolaire par le dialogue avec les enfants trouver des solutions, des astuces pour que cela puisse soulager l'enfant et qu'il trouve un moment de répit mais tout ceci dépend bien sur des situations. En parallèle de notre groupe, on a également mis en place un groupe d'écoute pour les élèves qui posent problèmes pas forcément scolairement, mais des élèves qu'on sent anxieux, perturbateurs et des élèves qui harcèlent car ils ont un problème aussi. On accueille les émotions de ces élèves. Le fait de parler provoque souvent des larmes. Ce sont fréquemment des élèves seuls qui n'ont personne à qui parler et avec un contexte familial plutôt compliqué. Le fait de parler pour eux est déjà un grand soulagement. L'écoute n'est pas quelque chose que l'on fait trop dans notre monde. L'enfant et aussi l'adulte ont besoin qu'on leur accorde de l'attention et une écoute active.

13) Je pense qu'elle est essentielle. Suite à la mise en place de notre Projet Smiley, nous avons fait un bilan avant les vacances, et on a demandé à chaque collègue ce qu'il a pensé de cette année où nous avons eu des formations, dont cette auto-formation de 6x deux heures qui était intéressante sur Faber Mazlich, sur les neurosciences sur la CNV. Toute l'équipe veut faire la suite de Faber Mazlich et a trouvé que c'est très intéressant et que cela apporte un plus dans les cours. Ceux qui essayent sont plutôt positivement impactés. En parallèle, on a également eu des formations sur la CNV, dont une avant les vacances tout le monde étaient fatigué et où est ressorti de là requinqué avec une envie d'appliquer ce que nous avons vu. C'est du travail qui va faire du bien autant au professeur que à l'élève. Le professeur sera mieux lui même car l'empathie c'est aussi savoir recevoir ses propres émotions. L'empathie elle commence par « même si » et quand on a compris cela on met des limites et on est loin du laxisme. Les élèves sont moins sous la contrainte et on est dans des meilleurs conditions pour apprendre autant pour le professeur que pour l'élève. C'est mon propre ressenti mais aussi celui de mes collègues. On va en cours de manière plus joyeuse et tout le monde y gagne. L'émotion est centrale dans l'enseignement donc parler d'amour n'est pas choquant pour moi mais je comprends certains professeurs qui ont du mal à parler d'affect pour leurs élèves. Néanmoins si les élèves viennent à reculer en cours, c'est qu'il y a un problème et que les élèves ne vont pas bien apprendre. Tant mieux s'il y a cette affection qui se crée tout en respectant les limites. Je pense que les élèves en sont conscients et tant qu'il n'y a pas de débordement il n'y a pas de soucis.

Annexe 4 : Entretien avec Mme l'Inspectrice Pédagogique Régionale

1) Je suis Inspectrice de SVT depuis pas mal d'années.

2) L'empathie c'est la façon de considérer l'autre, d'être à l'écoute et attentif à ce que ressent l'autre. Elle participe à la construction d'un futur adulte équilibré et serein capable d'éduquer avec empathie ses propres enfants. C'est un cercle vertueux.

3) L'Ecole a été tout sauf empathique. Au début de l'Ecole le fait que des maitres qui frappaient leurs élèves était dans la norme. On s'est rendu compte au fur et à mesure du temps qu'il y avait beaucoup d'élèves traumatisés. Aujourd'hui, on est beaucoup plus dans la bienveillance. Il faut mettre l'élève dans les meilleures conditions pour apprendre.

4) Les parents jouent un grand rôle dans la mise en place de l'empathie et cela permet à l'élève d'arriver positif à l'école.

Néanmoins tous les autres acteurs ont également un rôle dans la mise en place de l'empathie que ce soit les professeurs, le personnel de vie scolaire et les différents acteurs de la vie éducative de l'élève.

5) Elle apporte de la sécurité pour apprendre, pour être disponible au niveau du cerveau, se sentir dans le droit à l'erreur, être ouvert aux autres, aux camarades et à leurs erreurs.

En outre, elle est aussi importante dans les relations entre enfants et pas qu'avec les adultes même si elle est plus compliquée.

6) Ce n'est pas si facile, certains enfants sont empathiques par nature et d'autres ne le sont pas du tout. Dans ce cas-là, leur faire comprendre est plus compliqué. Il faut donc pratiquer l'empathie au quotidien. Quand on fait face à une situation qui nécessite d'utiliser l'empathie, on peut s'arrêter pour parler de la situation avec l'enfant. Il faut écouter l'autre.

Un professeur qui voit deux enfants dont l'un est en manque d'empathie avec l'autre peut faire un arrêt pour parler de la situation et faire comprendre certaines choses. On peut essayer de faire dire aux enfants ce qu'ils ressentent de la situation et non ce que le professeur pense de la situation pour ne pas les influencer.

7) Aujourd'hui, le ministère a mis en place des cours d'empathie en expérimentation à l'Ecole. Au collège par contre, en tant que tel, cela dépend beaucoup du projet de l'établissement. Cela dépend aussi de ce que l'équipe ressent comme besoin. Le CESC va pouvoir gérer ce genre de problématique dans un Etablissement. Les professeurs et les membres de la vie

scolaire peuvent être attentifs à ce genre de chose mais c'est plus une démarche individuelle.

8) Il faut tout le temps être empathique, pas uniquement avec les enfants mais aussi entre professeurs, à tout âge et dans toutes les situations. Les cours d'empathie que l'on enseigne à des enfants très jeunes ne se perdent plus si on les dispense petit à petit. On peut associer les parents à cette démarche en leur montrant l'importance de l'empathie.

On a beaucoup de projets dans les établissements qui portent attention au sommeil, à l'équilibre alimentaire mais peu de projets autour de l'empathie auxquels on pourrait associer les parents.

9) Il faut attendre que lui-même soit en frustration par rapport à un enfant qui n'est pas empathique avec lui et on peut saisir l'opportunité de lui faire comprendre l'empathie et lui montrer que de ne pas être empathique est désagréable, mais il faut être patient. On peut aussi présenter une situation qui va faire réagir l'enfant par rapport à celle-ci.

10) On peut former les professeurs au CPS qui est une bonne entrée en matière. On peut aussi les instruire à travers des situations, en montrant des petites vidéos, qui engendrent une sorte de réaction à chaud des enseignants par rapport à ce qu'ils auront vu. On pourrait mettre en place des conférences magistrales puis faire réagir les participants en différé, par rapport à une situation et faire intervenir les professeurs en leur demandant leurs réactions à chaud. Il ne faut pas qu'ils ressortent seulement avec du théorique.

11) Je pense que oui, si on met en rapport avec la bienveillance, étymologiquement on « veille au bien », que l'enfant se développe dans de bonnes conditions. Il ne faut pas lui dire que tout est dû, il faut être exigeant dans la bienveillance, mettre des cadres et des limites. On peut utiliser la métaphore de la plante et du tuteur : pour qu'elle pousse bien on peut voir l'empathie comme un tuteur qui aide la plante à croître correctement.

12) C'est extrêmement compliqué, mais dans les nouveaux projets il y a toujours de la coéducation. On peut essayer dans les petites années de l'enfant, quand les parents sont très soucieux à leur enfant, de les rendre attentifs et de les impliquer. C'est plus difficile de sensibiliser des adolescents et la relation avec les parents est souvent plus complexe à cet âge-là. Il est encore plus compliqué de sensibiliser lorsqu'à la maison il y a parfois des questions de survie au quotidien.

Les parents bienveillants avec leurs enfants lorsqu'ils étaient petits, rendent plus simple la sensibilisation à l'empathie à l'adolescence.

13) C'est un sujet difficile car la limite est très fine entre « je m'entends bien avec donc je travaille bien » et je peux développer une histoire amoureuse avec lui. Le développement d'une histoire amoureuse avec un professeur au collège peut être compliqué car cette relation peut être ambiguë pour l'un et pour l'autre. L'enseignant ne doit pas être le camarade ni le meilleur ami et encore moins le petit ami. Il est extrêmement difficile de mettre une limite, quelquefois les élèves surinterprètent les choses. Tous les deux, trois ans on a le cas avec un professeur qui est dénoncé par les parents mais dans la plupart des cas celui-ci tombe de haut et ne comprend pas où l'enfant a compris des choses. Quand la situation est très tangente, c'est le professeur qui est évincé, à raison, et va subir des sanctions. Le problème est que l'on est souvent sur ce genre de problématique.

Résumé

L'empathie, un outil formidable de la compréhension des émotions de tous, aussi bien adultes qu'enfants. Ce savoir-être fondamental au bien-être en société n'a pas encore atteint la place qui lui est dû au sein de l'école. Cependant, des avancées sont en cours, l'intérêt pour ce dernier augmentant ces dernières années pour répondre aux différentes problématiques rencontrées dans le système d'éducation français. Après les différentes annonces du gouvernement sur les mesures prises pour intégrer des cours d'empathie au primaire, nous nous sommes intéressés à travers ce projet de recherche à la place de l'empathie dans le secondaire et pourquoi est-elle fondamentalement importante pour le bon vivre ensemble à l'école. Nos recherches ont montré que dans l'état actuel des choses, il est encore délicat de pouvoir dire que l'école est empathique, mais des progrès sont en cours grâce à la mobilisation de plus en plus de professeurs et de membres de l'équipe éducative volontaires à travers de nombreuses approches comme celle de Faber Mazlish ou encore la CNV. L'empathie est un atout indispensable dans la mise en place d'un climat scolaire agréable ; elle permet entre autres, d'apporter de l'estime de soi, de faciliter l'apprentissage des élèves, faciliter le travail des professeurs ... En somme, l'empathie constitue pour la société de manière générale, un enjeu majeur sur lequel il est judicieux de s'attarder.

Mots clés : empathie, second degré, relationnel, bien-être