

# FICHE DE LECTURE

## «CULTIVER L'EMPATHIE A L'ECOLE»

Omar Zanna

Bertrand Jarry

Edition Dunod 2018

*Omar Zanna est docteur en sociologie et en psychologie, professeur des Universités à Le Mans*

*Il est l'auteur de Restaurer l'empathie chez les mineurs délinquants (2010) et Apprendre à vivre ensemble en classe (2015)*

*Bertrand Jarry est formateur académique en éducation prioritaire et CPE.*

### INTRODUCTION

Être plus à l'écoute, être plus accessible sans renoncer à transmettre. Conforter une école bienveillante et exigeante.

Enseigner au sens étymologique de « faire connaître par un signe » c'est entrer en relation.

Avec les savoirs disponibles sur internet, penser le métier d'enseignant comme simple passeur de savoirs n'a plus de sens.

**L'enjeu pour l'enseignant est désormais de former à l'esprit critique, d'enseigner aux élèves les manières de s'approprier les connaissances, les savoirs et les savoirs êtres.**

Instruire et éduquer sont les 2 faces d'une même pièce.

Jarry et Zanna définissent la relation pédagogique comme l'ensemble des phénomènes d'échanges, d'influences réciproques, d'actions et de réactions entre enseignants et enseignés.

Cette relation pédagogique n'est pas unilatérale mais suppose des interactions entre les enseignants et les élèves, elle est en mouvement.

Le corps des élèves et le corps de l'enseignant participent d'un même écosystème : la classe.

Le problème est que :

Entrer en relation, penser, construire, faire vivre la relation sont des compétences pas ou peu évoquées en formation des enseignants.

Zanna et Jarry développent dans leur ouvrage 2 parties.

**La 1ère partie : intérêts de cultiver l'empathie à l'école**

**La 2ème partie : mettre en œuvre une éducation au sens des autres (exemple de mises en œuvre concrètes en école primaire et au collège)**

# 1<sup>ère</sup> partie: intérêts de cultiver l'empathie à l'école

Le terme empathie est aujourd'hui très fréquemment utilisé, ce terme renvoie toujours au lien social. Or selon Omar Zanna, l'homme serait d'abord et parfois uniquement empathique avec ceux qui lui ressemblent (concept d'empathie fermée).

Et c'est le rôle de l'École d'éduquer à **l'empathie ouverte** à l'égard de tous nos semblables.

Dans les textes récents, l'école évolue vers l'entraide entre élèves, la coopération, le partage, l'empathie, la bienveillance ...

Zanna développe une recherche-action dans un collège de 400 élèves de banlieue parisienne ; un collège difficile qui en février 1995 a connu des émeutes impliquant 200 élèves de l'établissement (21 élèves ont été placés en mesure conservatoire en attendant leurs conseils de discipline)

Les causes de cette émeute étaient un mélange de violences entre élèves de bandes rivales mais aussi des conséquences de situations de harcèlement.

Cet établissement n'est autre que l'établissement dans lequel exerce Bertrand Jarry.

La réaction de l'établissement a été de se protéger de ces violences en dehors du collège en se repliant sur soi, en se sanctuarisant et en augmentant le volet répressif de l'établissement.

Finalement, la violence contre laquelle devait se protéger le collège a également pris racine à l'intérieur de ses murs.

Zanna et Jarry ont mis en place dans cet établissement une recherche-action intitulée : « Éduquer par corps à l'empathie émotionnelle pour prévenir les violences »

A l'origine, Zanna a étudié le comportement des mineurs délinquants, Jarry en travaillant sur le sujet des élèves difficiles s'est rendu compte que sous certaines formes, la typologie des mineurs délinquants faisait écho à certains profils d'élèves scolarisés au collège. (concept de ductilité nomique processus, d'éloignement sans rupture des normes conventionnelles)

Zanna identifie 5 profils : les tiraillés, les disqualifiés, les influencés, les ballottés et les confus.

Ces 5 profils peuvent également s'observer au sein de nos établissements scolaires.

Suite aux émeutes de 1995, la communauté éducative s'est mobilisée autour d'actions de prévention des violences et du harcèlement. Mais les adultes du collège se sont rendus compte que les élèves avaient **une responsabilité juridique assumée** (harceler, ce n'est pas bien) mais qu'ils ne mesuraient pas la peine, la souffrance causée à autrui (**responsabilité morale méconnue**)

**Dès lors, il ne s'agissait plus seulement d'expliquer la règle (responsabilité juridique) mais d'éduquer à la prise en compte d'autrui, au sens de l'autre (responsabilité morale)**

**Empathie** : la disposition à se mettre à la place de l'autre sans jamais s'y confondre (ex du funambule, on a peur pour lui, mais on n'est pas lui)

**Compassion** : cum patior (souffrir avec) épouser la condition d'autrui.

**Bienveillance** : on veille sur autrui à partir de sa propre perspective

**Sympathie** : rassemble ceux qui se ressemblent, ont des points communs.

Importance du corps dans le développement de l'empathie. Elle exige « une sortie de corps, il nous faut nous séparer mentalement de notre propre corps et voyager dans le corps de l'autre..... »

**Empathie émotionnelle** : c'est la réaction aux états émotionnels de l'autre (être affecté par quelqu'un qui pleure)

**Empathie cognitive** : capacité à se mettre à la place de l'autre, de deviner ses intentions et d'anticiper son comportement

L'empathie cognitive active les leviers de la responsabilité juridique (mets toi à la place de....tu serais content si....)

L'empathie émotionnelle fait l'expérience collective d'émotions partagées par la mise en jeu des corps (je ne respecte pas autrui parce que la loi m'y oblige mais parce que je reconnais l'autre comme membre de la même humanité)

La prise en compte des émotions et du corps sont indissociables du processus d'apprentissage et du développement de la responsabilité morale.

Or à l'École, la place du corps n'est pas assez développée (cf l'organisation des salles de classe et des espaces)

Les émotions sont trop souvent considérées comme des éléments perturbateurs de l'activité cognitive.

## 2<sup>ème</sup> partie: Mettre en œuvre une éducation au sens des autres

Exemples concrets d'expérimentations qui visent à mettre en œuvre les conditions d'une éducation- par le corps en mouvement – à l'empathie, aux émotions dans les situations d'apprentissage.

Il ne s'agit pas pour les enseignants de faire quelque chose en plus dans les activités d'enseignement mais de faire différemment.

Importance de la prise en compte du corps et des émotions.

Les recherches en neurosciences ont mis en évidence le lien entre émotions et mémorisation (un apprentissage sur fond émotionnel serein favoriserait une meilleure mémorisation à long terme)

### Au collège :

« **Vivre les mots** » dans le cadre d'un atelier de remédiation de lecture.

Mise en mouvement du corps. Pour que les élèves mémorisent qu'accord prend 2C les élèves se lèvent et se serrent la main par ex....

### « **Lecture à plusieurs voix** »

Au lieu de laisser un élève seul assis sur sa chaise pour lire un texte, l'enseignant propose une lecture à plusieurs.

Les élèves peuvent choisir de lire où ils veulent dans la classe et dans la position de leur choix.

### **Rituel d'entrée en classe :**

#### **exemple du « relax Max »**

Séance de relaxation « rapide » qui permet aux élèves de prendre conscience d'eux-mêmes.

Respiration, palpitations, fourmillements....

Apprendre à se connaître, nouer une relation à soi-même est le pas vers la prise en compte d'autrui.

### « **Le qui a dit moi ?** »

Assis et silencieux, les élèves ont les yeux fermés, l'enseignant pose une main sur l'épaule d'un élève qui répond « moi ». Ensuite l'enseignant circule dans les rangs, quand il pose à nouveau sa main sur une épaule d'élève il pose la question « qui a dit moi ? » et l'élève doit trouver le prénom de l'élève qui a dit « Moi »

Cette activité permet aux élèves de se centrer sur la voix des autres et développer une attention aux autres, premier pas vers la prise de conscience de l'autre.

### **A l'école primaire**

« **Le Yoganimo** » en maternelle : mimes collectifs d'animaux

« **La vision aveugle** » : exercice qui favorise le développement de la confiance en l'autre.

Un élève les yeux bandés doit effectuer un parcours guidé par la voix et les indications de son camarade de classe.

« **L'échelle des émotions** » : au fur et à mesure les élèves ont mis des mots ce qu'ils ressentaient. 26 émotions ont émergé. Une échelle a été créée répartissant le « je me sens bien » et le « je me sens mal ».

« **Jeu de cartes des émotions** » : inspirer du « times up », jeu qui permet de faire deviner une émotion, par la description orale ou par le mime.

« **La chaise des émotions** » : coin calme et isolé dans la classe qui permet à l'élève momentanément indisponible pour les apprentissages de s'isoler ou d'y être invité par l'enseignant sans que cela soit vécu comme une punition.

« **En ce moment je me sens** » : création d'affiches représentant les émotions principales (joie, colère, tristesse, peur....) Les élèves peuvent à tout moment déplacer leur étiquette prénom d'une affiche à l'autre.

« **Le message clair** » développé au Québec.

Consiste en échange verbal entre 2 élèves en relation duelle qui vise la résolution de petits conflits entre pairs.

« **Récitation à 3 voix** » : lecture d'un texte préalablement réparti en 3 parties correspondant aux 3 élèves. L'élève commence à lire et passe le relais quand il a fini sa partie, quand il sent une difficulté, le regard d'autrui. Les 3 parties tournent afin que les élèves connaissent le texte en intégralité.

« **Le jeu des mousquetaires comptables** »

Challenge en groupe sur la récitation des tables de multiplication.

« **Visite au musée** »

Reproduction d'un tableau par les corps des élèves.

### **Conclusion :**

Les effets constatés sur les élèves qui pratiquent ce genre d'activités sont : une plus grande capacité à reconnaître, dire, partager et gérer ses émotions, moins de moqueries, plus d'entraide, une mise au travail plus rapide, une plus grande appétence pour les apprentissages, moins de leçons non sues.

La Finlande et le Danemark développent l'empathie pour les élèves de 6 à 16 ans à raison d'une heure de cours par semaine depuis 1993.

Par l'émotion née de l'engagement des corps, par l'aspect collectif des situations proposées et par la responsabilités engagée des uns envers les autres, ces expériences enseignent aux élèves à se situer face aux autres et adopter la perspective d'autrui, une éducation à l'empathie permet l'avènement d'un « nous » au sein de l'école mais également d'un « nous tous » au sein de la société.