

Animation & Education

Cet article est issu du Site Internet d'A&E : <http://animeduc.occe.coop>
Pour vous y rendre cliquez-ici



Empathie et climat scolaire (OCCE 46)

Paru en page(s) : 26-27
dans le No 264 d'A&E



Empathie et climat scolaire

Une cohésion du groupe-classe renforcée, des relations apaisées, un climat de travail amélioré... tel est l'impact qu'une éducation à l'empathie par le corps a produit dans une classe de CM2 d'une école primaire de Tarn-et-Garonne. Témoignage.

Entre novembre 2016 et avril 2017, j'ai mené une expérimentation dans une classe de CM2 d'une école primaire située dans un village rural de Tarn-et-Garonne afin de mesurer l'impact d'une éducation à l'empathie sur le climat scolaire. J'ai été sollicitée au préalable par la directrice suite à un cas de harcèlement survenu l'année précédente dans cette même classe dans le but de travailler sur les difficultés relationnelles de ce groupe et de son manque de cohésion. L'objet de mon intervention a donc été de créer des conditions favorisant les interactions entre les élèves pour développer leurs compétences émotionnelles et relationnelles à travers un langage du corps essentiel à la compréhension empathique. En effet, ce type de communication à travers nos gestes, nos mimiques, nos postures en interaction participe plus facilement et rapidement que les mots au décodage de nos émotions et permet ce que Jacques Cosnier nomme « le partage simultané d'états psychocorporels »⁽¹⁾.

● Mise en scène des corps

Le dispositif mis en place comprend 12 séances d'une heure par semaine. Toutes les séances sont construites sur le même modèle avec un rituel d'entrée et de sortie indispensable au vivre ensemble créant ainsi un cadre sécurisant. Chaque



jeu propose de pratiquer ensemble, d'observer autrui, d'inverser les rôles et d'exprimer ses ressentis. En utilisant les émotions comme renforcement du lien à l'autre, les élèves acceptent progressivement d'aller à la rencontre de ceux qu'ils ne connaissent pas et de tisser des liens de plus en plus étroits.

Les jeux sont introduits selon une progressivité allant des jeux de cohésion, en passant par des jeux autour des émotions et des ressentis corporels avant d'accéder aux jeux qui suscitent plus l'empathie émotionnelle.

De tous les jeux proposés, c'est principalement à travers le monde de l'art que la mise en scène des corps a suscité une plus grande palette d'émotions et de ressentis.

● « Le jardin des sculptures »

Dans ce jeu, un élève a la tâche de sculpter un camarade en reproduisant le plus fidèlement possible une sculpture de maître. Le sculpté met alors son corps à disposition de son camarade, ce qui implique déjà qu'il lui fait confiance. Le sculpteur de son côté doit garder à l'esprit qu'il travaille sur de l'humain. Un être constitué d'émotions et d'affects qui amène le sculpteur à se décentrer de lui-même pour appréhender et comprendre les ressentis d'autrui. Ce même jeu a été proposé les yeux ouverts, puis les yeux fermés. Quand le sculpté garde les yeux ouverts, il prend connaissance de la sculpture et se trouve alors en communication avec son camarade par le regard ou l'expression de ses ressentis émotionnels. Quand il garde les yeux fermés, il n'établit de relations avec le sculpteur que par le toucher, se mettant à l'écoute des gestes du sculpteur et de ses propres ressentis. Cette deuxième variante introduit une nouvelle dimension. En effet, le sculpté est capable d'une plus grande intériorisation des sensations et ressemble presque au modèle. Ainsi, sentir, ressentir, être à l'écoute des sensations de son corps permet d'accéder à la compréhension de soi, condition nécessaire pour s'ouvrir à autrui.

● « La visite du Musée »

Autre occasion grâce à ce jeu de mettre en scène collectivement des corps. Chacun visite le musée et observe les œuvres d'art exposées, puis choisit un tableau qui suscite le plus d'émotions, se place devant

Dossier :
**Eduquer à l'empathie
par le corps**



et met en scène seul ou à plusieurs ce que ce tableau lui évoque. Par la suite, le groupe se déplace de tableau en tableau et confronte ressentis et interprétations. Un élève peut alors proposer une nouvelle mise en scène. Cette résonance répétée avec autrui mène à l'empathie émotionnelle.

**Le jeu des Mousquetaires :
autre approche des ressentis
corporels**

Des groupes de 4 élèves sont constitués. Trois d'entre eux vont prendre une position inconfortable et vont devoir la tenir le plus longtemps possible. Le quatrième, le joker, fait le tour de ses camarades en restant attentif aux mimiques, expression du visage, aux appels à l'aide et remplace celui qui est en « souffrance ». Partager des sensations vécues permet de reconnaître en autrui une version possible de soi-même. C'est en ce sens que l'empathie prend corps.

Pour mesurer l'impact d'une éducation à l'empathie sur le climat scolaire, je propose aux élèves deux questionnaires. Le premier au début du cycle d'apprentissage, le second à la fin. Le questionnaire porte sur le bien-être à l'école, la perception du climat scolaire, la perception de soi et des autres et de leurs compétences émotionnelles et sociales. Je mène aussi un entretien semi-directif avec l'enseignante de la classe à la fin des séances afin de recueillir ses propres perceptions et ressentis. Le recueil de données des questionnaires constitue mon premier élément de travail que je classe ensuite en 5 tableaux : les perceptions du climat scolaire, les questions à dominante positive en lien avec soi (reconnais-tu tes émotions? Celles des autres? Es-tu attentif aux besoins des autres?



Sais-tu consoler quelqu'un de triste?...), les questions à dominante négative concernant la violence, le vol, les menaces, les deux derniers tableaux portent sur les compétences émotionnelles, puis relationnelles. Je compare ensuite les deux questionnaires et j'observe la variation entre les deux en vue de les interpréter.

Ces tableaux mettent en évidence un changement positif dans la perception de leurs propres émotions et une prise de conscience plus réaliste des relations humaines. Au vu de mes observations, des échanges avec l'enseignante et des résultats de ma recherche, il apparaît clairement que le climat de la classe a changé. En effet, à la fin des séances, il existe désormais une meilleure cohésion du groupe qui paraît plus solide et uni. D'autres transformations positives sont constatées : en premier lieu, l'émergence d'une plus grande estime et connaissance de soi, condition nécessaire pour comprendre autrui, puis une plus grande ouverture favorisant l'acceptation d'autrui. En témoignent les deux élèves exclus qui ont réussi à trouver leur place au sein de la classe. En s'ouvrant à l'autre, les élèves portent

de l'intérêt à ce que leurs camarades ressentent, ce qui les aide à se décentrer d'eux-mêmes et à réaliser que l'autre est aussi une version possible de soi. Par l'intermédiaire des jeux corporels, ils sont amenés à rencontrer, connaître, comprendre, estimer et respecter. Cette dimension non verbale de l'empathie a redonné au corps une place importante dans l'identification et la compréhension du monde intérieur d'autrui comme de soi-même. Les élèves sont devenus plus tolérants, plus respectueux envers leurs camarades, plus ouverts aux autres. Eduquer à l'empathie sert bien à développer un ensemble de compétences intra et interpersonnelles. C'est donc un instrument de connaissance des émotions des autres mais aussi un instrument de construction de soi. C'est un levier pour lutter contre la violence scolaire, et aussi et surtout un projet d'éducation qui met l'humain au centre des préoccupations de la classe, au centre des relations psychosociales.

Odile Alcaraz
Administratrice de l'AD 46

1. Empathie et communication. Partager les émotions d'autrui. Revue Sciences humaines N°68 (1997)