

# Dans cette école, on teste les cours d'empathie

Identifier la tristesse ? La colère ? La joie ? Cela s'apprend. Un millier d'établissements expérimentent ces leçons qui visent à percevoir ce que l'autre ressent, pour mieux prévenir le harcèlement.

## Reportage

« **Nous allons passer au cours d'empathie. Qu'avait-on fait la dernière fois ?** » Plusieurs bras se lèvent. Ce lundi d'avril, Christelle Conill, professeure à Valframbert, dans l'Orne, entraîne ses élèves de CP et CE1 sur les chemins de la bienveillance. Son école participe à l'expérimentation déployée depuis janvier dans un millier d'établissements.

C'est Gabriel Attal, alors ministre de l'Éducation nationale, qui, en septembre 2023, a pris cette mesure. « **La prévention du harcèlement passe par l'adoption de comportements prosociaux et des formes positives de communication** », énonce-t-il dans la préface des kits pédagogiques remis aux écoles.

« **On avait parlé de nos forces** », répond une élève. « **De gentillesse** », ajoute une autre. « **Et d'enthousiasme** », complète un troisième. L'enseignante acquiesce et distribue de petites enveloppes aux écoliers. À l'intérieur, des mots et des photos que les enfants doivent relier. L'atelier du jour porte sur les émotions.

## Mimes et grimaces

La professeure interroge : « **Comment avez-vous deviné que ce garçon était triste ?** » « **À cause de ses yeux** », propose une fillette. « **Mais il ne pleure pas** », oppose une autre. « **Est-ce qu'on pleure quand on est triste ?** » « **Oui !** » s'exclament-ils tous. Christelle Conill rectifie avec habileté et ajoute que l'on peut aussi pleurer de joie ou de colère.

« **Que peut-on faire quand quelqu'un est triste ?** » demande-t-elle ensuite. « **Un câlin** », suggère une élève. « **Je vais vous confier un secret**, chuchote alors la professeure. **Quand on fait un câlin de plus de vingt secondes, le cerveau sécrète une substance au nom compliqué, l'ocytocine. Après, on se sent beaucoup mieux.** »

L'atelier s'achève avec une séquence plus ludique. Un écolier mime une émotion, les autres doivent l'identifier. Une avalanche de grimaces s'abat sur les visages qui expriment le dégoût. Des bouches se contractent, des sourcils se froncent pour dire la colère. « **Vous avez été très bien** », félicite l'enseignante.

Jeudi après-midi, c'est au tour des CM1 et CM2. Stéphanie Seurin propose à ses élèves « **d'identifier quels sont [leurs] héros** ». Un thème qui entre en résonance avec le travail fait précédemment sur les qualités, les forces et les compétences. Chacun est libre de choisir qui il veut, mais doit motiver ses choix.

« **C'est quoi un héros ?** » interroge-t-elle. Silence. Alors, l'enseignante décortique la notion. « **Maîtresse, est-ce que ça peut être un personnage de dessin animé ?** » demande une écolière. L'inspiration tarde. Stéphanie Seurin projette une liste dans laquelle se côtoient Harry Potter, Kylian Mbappé, un pompier, un boulanger... Tour à tour, chaque élève fait connaître ses choix sans pouvoir toujours les expliquer. L'un admire Ronaldo, l'autre Eminem. Une troisième évoque les médecins qui « **nous soignent et sauvent des vies** ». Stéphanie Seurin les pousse à trouver les mots. « **Un héros, on l'admire. Mais pourquoi l'admire-t-on ?** »

C'est l'heure de la récré. Les mêmes sortent prendre l'air. « **Arrivés à cet âge, ils ont plus de mal à se livrer devant les autres** », pointe l'enseignante. Pour autant, pas question de renoncer à poursuivre l'expérience. « **L'enjeu est important. Même si on peut avoir l'impression de perdre du temps, on sème des graines.** »

Fabienne GÉRAULT.



Mimer ses émotions : c'est la consigne donnée aux élèves de CP et de CE1 de Christelle Conill, professeure ornaise. Ce garçonnet exprime si bien sa joie que ses camarades devinent instantanément son état d'esprit. Ouest-France