

Comment peut-on développer l'empathie chez les enfants ?

Pouvoir être attentif à ce que l'autre ressent, cela s'apprend dès le plus jeune âge.

MATHIEU COLINET

Il y a quinze ou vingt ans, on parlait de l'empathie mais pas autant qu'aujourd'hui. En quelques années, la compétence sociale a vu l'intérêt qui lui est porté augmenter sensiblement. « C'est la conséquence notamment, je crois, d'une série d'études qui ont précisé les dimensions qui pouvaient y être associées », affirme Anthony Mauroy, doctorant à l'UMons au sein du département de psychologie clinique. « On le sait mieux aujourd'hui : l'empathie est liée à une série de comportements prosociaux d'aide, de compréhension, de soutien. Elle permet aussi sans doute à un individu d'être mieux intégré socialement ou de mieux gérer les conflits. Autrement dit, l'empathie peut être associée à une série d'avantages individuels et collectifs, que l'on connaît mieux aujourd'hui. »

Valorisée de la sorte, l'empathie est donc aujourd'hui une compétence « enviable ». Dans ce contexte, deux questions surgissent souvent : peut-on apprendre l'empathie ? Et si oui, comment peut-on s'y prendre ?

La première tient au caractère inné ou non de l'empathie et au rôle que les gènes joueraient ou non dans le développement de la compétence chez un individu. « Il y a une part de génétique », affirme Anthony Mauroy. « Mais ce n'est pas la seule. Pour une autre, l'empathie relève d'un apprentissage. »

Des parents comme modèles

En quoi consiste cet apprentissage ? En toute une série de choses assurément. Mais, comme le note Anthony Mauroy, il débute dans la relation parents-enfants et plus précisément dans le rôle de « modèles » que les premiers jouent à l'égard des seconds, « incarnant » en quelque sorte au quotidien ce que c'est être empathique ou pas, et ce que cela suppose en termes de comportements. Des attitudes et des façons de faire que les plus jeunes pourront ensuite être tentés de « reproduire ».

Pour aller plus loin, le doctorant propose de recourir à une distinction. « Il y a deux facettes à l'empathie », détaille Anthony Mauroy. « L'une dite affective et l'autre dite cognitive. La première est liée au fait de reconnaître les émotions et d'y répondre. La seconde au fait de solliciter le point de vue d'un autre et d'en tenir compte. » Les deux dimensions peuvent être travaillées chez les enfants dans le cadre de la famille ou dans celui de la classe. La première « facette » avant la seconde puisque la capacité à se mettre à la place d'autrui n'apparaît pas avant 3 ou 4 ans.

Quand l'apprentissage se fait à l'école, les enseignants ont la possibilité de recourir à une série d'activités pour favoriser le développement de l'empathie. « Ils peuvent se servir d'images sur lesquelles les enfants apprennent à décrypter des émotions avant d'exprimer les leurs à leur tour. Mais ils peuvent aussi passer par des jeux



Il y a deux facettes à l'empathie. La première est liée au fait de reconnaître les émotions et d'y répondre, la seconde au fait de solliciter le point de vue d'un autre et d'en tenir compte

Anthony Mauroy
Doctorant en psychologie



L'apprentissage débute dans la relation parents-enfants et plus précisément dans le rôle de « modèles » des parents.

ou des mises en situation qui vont pousser les enfants à prendre le point de vue de l'autre, à se glisser à sa place », indique Anthony Mauroy.

Apprendre et non enseigner

Quelques « illustrations » de ces mises en situation ne sont sans doute pas inutiles. L'enseignant peut par exemple former des groupes et inviter les enfants dans ceux-ci à se mettre dans des positions physiquement « pénibles » : sur un pied, les mains au sol, les bras en l'air... Tous sauf un qui a la mission d'observer ses comparses, de percevoir leur fatigue et leur douleur éventuelles, et de remplacer celui ou celle qui menace de défaillir. Le but étant pour un groupe de parvenir à tenir le plus longtemps possible de relais en relais.

« Certains enseignants proposent quant à eux à leurs élèves d'échanger

leurs chaussures », explique Anthony Mauroy. « Et de se demander : "Tiens qu'est-ce que cela peut bien dire de mon copain, de ma copine, de sa personnalité qu'il ou elle ait telles ou telles chaussures ?" »

Les deux exemples permettent de le souligner : en matière d'empathie, on n'est pas dans des apprentissages « classiques ». Ce qui a fait dire il y a quelques mois à Serge Tisseron, psychiatre et psychologue français, auteur d'un *Que sais-je ?* sur l'empathie, que « l'empathie, cela s'apprend mais cela ne s'enseigne pas » avec un enseignant qui se place sur une estrade et des élèves qui l'écoutent. « La meilleure manière d'apprendre l'empathie, c'est inviter les élèves à avoir des activités collaboratives, à s'intéresser aux autres, à se préoccuper de ce qu'ils ressentent. Il faut aussi que les enfants confrontent ce qu'ils comprennent chacun des autres. C'est dans cette confrontation qu'ils vont comprendre la multiplicité des points de vue, ce qui est fondamental », indiquait d'ailleurs le spécialiste français dans la foulée.

Une thèse pour en découvrir plus

Anthony Mauroy réalise actuellement une thèse sur l'empathie dans le contexte familial. Dans le cadre de celle-ci, il est à la recherche de parents ayant un enfant âgé entre douze et quinze mois. « L'objectif

de ce travail est double : déterminer s'il y a un lien entre l'empathie des parents et celle des enfants, et préciser par quels mécanismes, moyens, les interactions parents-enfants contribuent à

l'empathie chez les enfants », affirme-t-il. Le lien pour répondre à l'étude se trouve sur notre site. Le doctorant, quant à lui, peut être contacté à l'adresse suivante : anthony.mauroy@umons.ac.be M.C.



ALAIN BERENBOOM
ÉCRIVAIN

JE DIRAI MÊME PLUS

Les loups sont entrés dans Paris

Cessez de rire, charmante Elvire, cent loups sont entrés dans Paris », chantait Serge Reggiani.

Après les Pays-Bas, qu'on croyait pays de la modération et même de l'audace politique, et la Flandre, modèle de réussite économique et de culture, voilà la France prise d'assaut par une horde de personnages qui se flattent de laver plus blanc, menés par deux Le Pen pour le prix d'une (anticipant la saison des soldes), garanties blondes de la tête aux pieds et qui ont pris comme figure de proue une espèce de robot, rasé de près, fabriqué sur le modèle gendre idéal, blanc, bleu mais pas belge. Ledit personnage, Jordan Bardella, a réussi à la fois à se vanter de ses ancêtres immigrés italiens et à prôner la haine et le rejet des étrangers.

Jamais les citoyens n'ont eu accès à autant de moyens d'information, jamais on n'a aussi bien réussi qu'aujourd'hui à leur vendre des vessies pour des lanternes. Les mensonges sur les méfaits de l'Union européenne et les fausses promesses sur le retour de la grandeur de l'empire ont mené au Brexit, dont les Anglais constatent les conséquences catastrophiques. Cette expérience désastreuse n'a manifestement pas servi de signal d'alarme aux autres citoyens européens, qui se précipitent avec le même aveuglement de moutons vers les prometteurs de ces beaux jours où on ne verra plus que des têtes blondes dans les rues.

« Les hommes avaient perdu le goût de vivre et se foutaient de tout », chantait encore Reggiani.

Rassemblant les nostalgiques des Pieds Nickelés, des Branquignols et des bras cassés, en donnant au franchouillard l'illusion de retrouver un pays de cocagne aussi imaginaire que le Royaume-Uni version Boris Johnson et Nigel Farage, quelque part entre le domaine rêvé d'Harry Potter et les caricatures de Punch, les loups pointent le museau chez nous, tandis qu'un gigantesque ours remue la queue de façon de plus en plus agressive à l'est. Décidément, le zoo européen prend des allures de jungle. Un panneau à l'entrée interdit pourtant de nourrir les animaux sauvages.

Un casse-tête

pour le Vlaams Belang ?

Si, par malheur, la folle loterie déclenchée par le président Macron tournait à la foire aux boudins, notre futur Premier va devoir gérer un sacré casse-tête : que faire des milliers de Français qui vont demander l'asile politique en Belgique ? On voit déjà le Vlaams Belang se lécher les babines. Des étrangers ? Et qui parlent français ? *Amäi* ! A moins de les enfermer en Wallonie et de proclamer l'indépendance de la région, pour en faire une France bis comme Taïwan par rapport à la Chine communiste...

PS : la réintroduction (imaginaire) des loups en Ecosse est le thème d'un sublime roman de Charlotte McConaghy, *Je pleure encore la beauté du monde*, récemment paru aux éditions Gaïa.

www.berenboom.com