



**MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE
ET DE LA JEUNESSE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Bilan de l'expérimentation des cours d'empathie à l'École

Préambule : conditions de l'évaluation et principaux enseignements

La présente note expose les résultats de l'évaluation de l'expérimentation des cours d'empathie menée par la DGESCO. Elle se compose de deux parties :

- Une enquête quantitative basée sur des indicateurs mesurant l'impact des séances sur le climat scolaire. Elle permet d'apprécier l'évolution de quatre indicateurs : nombre de situations de harcèlement, de violences physiques, de violences verbales et de situations de non-consentement. Elle a été renseignée par 467 écoles, issues de 20 académies différentes, avec un effectif total de 10 842 élèves concernés, de la petite section au CM2 grâce à un outil de relevé mensuel du nombre de situations.
- Une enquête qualitative qui synthétise les bilans rédigés par les délégations académiques à partir des retours des écoles, des circonscriptions et des DSDEN qui permet d'interroger les différents champs à évaluer (annexe 1). L'enquête qualitative porte sur les retours de 14 académies sur les 30 qui ont participé à l'expérimentation.

Cette évaluation DGESCO sera complétée, à la rentrée, par une enquête qualitative scientifique réalisée par Santé publique France et par un test d'utilisation d'une échelle de mesure de l'empathie réalisée par le Conseil scientifique de l'éducation nationale (tous deux réalisées sur un échantillon d'écoles).

En synthèse. Cette première évaluation constitue un retour globalement très positif de l'expérimentation et, en premier lieu, montre que les personnels engagés indiquent très majoritairement leur envie de poursuivre la mise en œuvre des séances. Malgré une séquence temporelle réduite, les indicateurs de climat scolaire ont évolué favorablement pour la moitié des écoles et le ressenti sur les conditions d'apprentissage, le climat de classe et le bien-être sont positifs. Au-delà des élèves, les effets impactent la posture des enseignants et leur capacité à fédérer un collectif autour d'un projet commun. Des pistes d'amélioration, portant principalement sur le besoin d'accompagnement, ont été identifiées et permettent de définir les contours de la généralisation.

1. Une expérimentation qui suscite l'intérêt et un outil DGESCO qui répond à des besoins

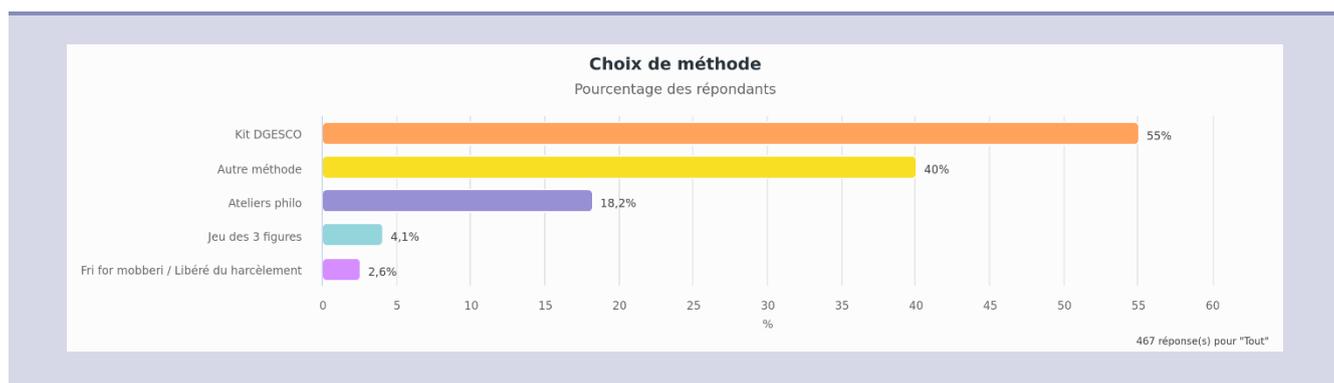
En décembre 2023, le courrier recteur qui devait identifier 100 écoles (une par département) pour participer à l'expérimentation de séances visant à développer l'empathie et les comportements altruistes et prosociaux a suscité, en quelques jours, environ 1200 candidatures. Plusieurs méthodes étaient proposées (annexe 2), au choix des enseignants, pour mettre en œuvre ces séances auprès des élèves : le kit DGESCO, la méthode danoise Fri for mobberi, le jeu des trois figures et les ateliers philo. Il était également possible pour les écoles de choisir de mettre en œuvre d'autres méthodes.

D'après les retours des académies, les écoles expérimentatrices ont majoritairement choisi le kit

DGESCO (pour 55% d'entre elles). Cette méthode est largement plébiscitée par rapport aux autres qui étaient proposées puisque la méthode qui arrive deuxième est celle des ateliers philo, choisie par uniquement 18,2% des écoles. Les deux méthodes, le jeu des trois figures et Fri for mobberi, nécessitant une formation obligatoire payante, ne concernent que 4,1 et 2,6% des écoles. Le dernier pourcentage est celui qui regroupe « toute autre méthode », englobant un très grand nombre de méthodes et d'outils différents (des projets CNR à des outils « maison », un mélange de plusieurs méthodes, ou un travail avec des associations). Il concerne 40% d'entre elles. Par ailleurs, les écoles pouvaient choisir de combiner plusieurs méthodes : une école sur cinq a coché plusieurs méthodes différentes.

Il apparaît que, pour faire leur choix, les enseignants sont attachés à conserver une certaine liberté pédagogique et privilégient des méthodes personnalisables et adaptables (comme le kit DGESCO). En effet, les trois autres méthodes ont la particularité, outre l'aspect payant qui peut être un frein, de reposer sur une organisation qui peut être jugée lourde ou rigide avec des séances stéréotypées, selon un schéma répétitif, pour une durée souvent d'une heure, alors que de nombreuses séances du kit DGESCO peuvent être découpées en plusieurs parties et même, pour certaines, être ensuite réutilisées sous forme de rituels. La méthode danoise (qui repose sur une franchise) et celle du jeu des trois figures, ayant été validées scientifiquement, doivent être mises en œuvre selon un protocole précis, sans adaptation.

Figure 1 : Pourcentage des écoles en fonction de la méthode choisie pour cette expérimentation (plusieurs choix possibles)



2. Un impact positif sur les violences qui augmente avec le nombre de séances réalisées

L'analyse des indicateurs chiffrés relatifs au climat scolaire nécessite de prendre en compte deux éléments de contexte :

- l'expérimentation s'est déroulée de janvier à juin 2024, mais la publication des ressources début février, le temps d'appropriation du concept et l'envoi de l'enquête début juin ont réduit la durée effective à environ quatre mois, ce qui est très court pour faire évoluer des indicateurs de climat scolaire ;
- le contexte social actuel a vu, sur le plan national, l'augmentation des situations de violence. Or, cette tendance est inversée dans les écoles qui ont expérimenté les cours d'empathie.

En effet, 47% des écoles ont vu le nombre de situations de violence diminuer sur le temps de l'expérimentation (les autres restant stables, moins de 1% ayant vu ce nombre augmenter, contrairement à la tendance nationale).

La baisse de ces indicateurs est d'autant plus marquée que le nombre de séances d'empathie proposées aux élèves augmente. Ainsi, le nombre de situations de harcèlement diminue au fur et à mesure que le nombre de séances augmente, passant d'une diminution pour 39% des écoles avec environ une séance par mois, à une diminution pour 100% des écoles avec au moins deux séances par semaine. Cette tendance est identique sur les autres indicateurs observés.

Figure 2 : % des écoles selon l'évolution du nombre de situations de harcèlement en fonction du nombre de séances menées

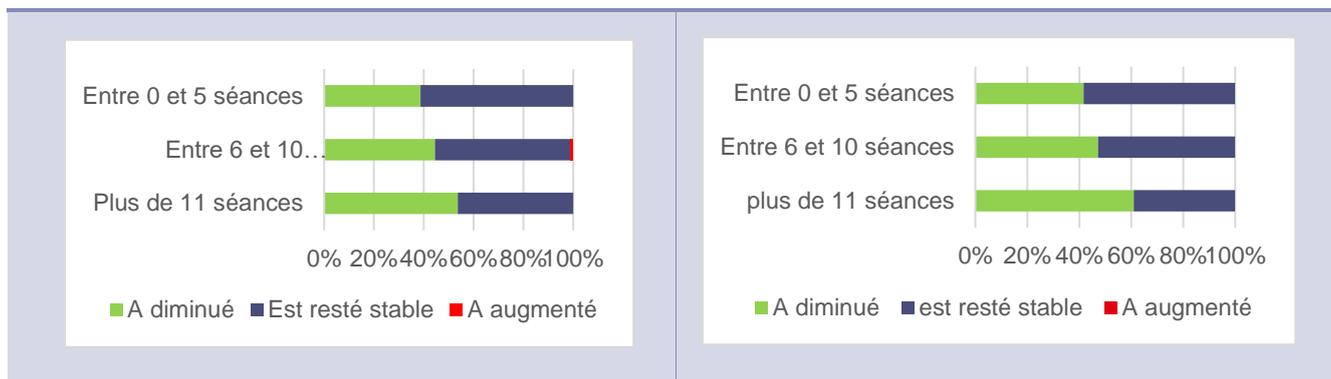


Figure 3 : % des écoles selon évolution du nombre de situations de violences physiques en fonction du nombre de séances menées

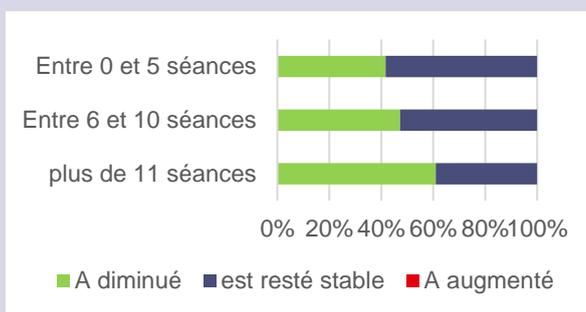


Figure 4 : % des écoles selon évolution du nombre de situations de violences verbales en fonction du nombre de séances menées

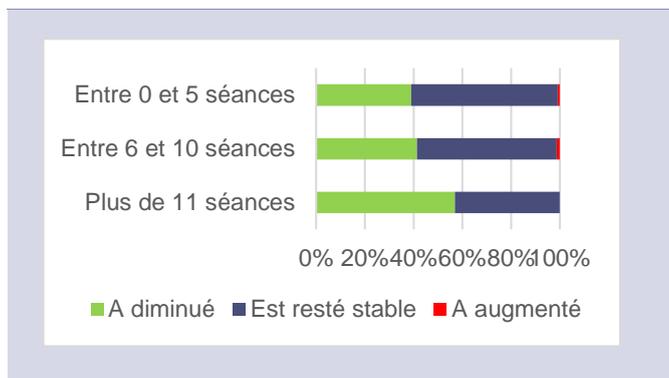
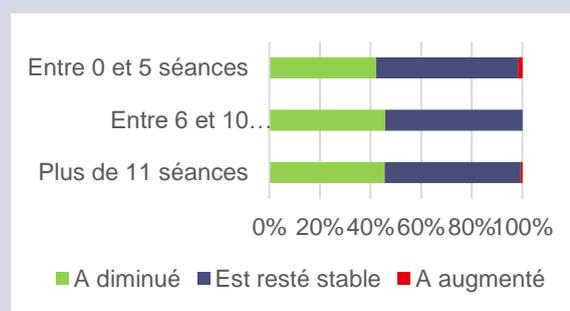


Figure 5 : % des écoles selon évolution du nombre de situations de non-respect du consentement en fonction du nombre de séances menées



Les synthèses académiques confirment que le climat scolaire est le premier bénéficiaire de ces séances : la diminution des conflits du quotidien et des moqueries est relevée pour 64% des académies, notamment grâce à une gestion différente de ces situations par les adultes (79% des académies). Cette gestion est qualifiée de plus efficace. Les pratiques ont évolué : l'écoute de l'enfant, entre enfants, entre enfant et adulte, se bonifie, avec un appui sur ce qui a été travaillé pendant les séances empathie. 29% des académies indiquent que les enfants deviennent plus autonomes face aux conflits : ils utilisent les outils à leur disposition et ne demandent plus systématiquement l'intervention de l'adulte. Les relations entre élèves sont plus constructives, respectueuses pour 57% des académies. Les élèves se tournent vers l'autre et sont plus sensibles et tolérants à la différence (50% des académies).

79% des académies qualifient le climat scolaire de plus serein, plus apaisé, plus respectueux. Les enseignants voient également leur posture évoluer : le regard de l'adulte sur l'élève change : il n'est plus simplement considéré dans son statut d'élève, mais comme un enfant qui a des besoins et des problématiques personnelles qui peuvent influencer sur les apprentissages. Pour 50% des académies, une place plus large est ainsi accordée au bien-être comme condition d'apprentissage et cela se traduit par une posture plus empathique des enseignants, plus modélisante selon 64% des académies, qui indiquent également que la qualité de la relation adulte / élève est renforcée.

3. Un bénéfice ressenti sur la disponibilité des élèves aux apprentissages ainsi que sur l'acquisition des compétences langagières et une prise de conscience par les enseignants de l'intérêt du développement des compétences psychosociales (CPS) à l'École

D'une façon générale, les équipes pédagogiques estiment les impacts de cette expérimentation difficilement mesurables ou quantifiables au regard du temps d'expérimentation très court. Cependant, ces impacts n'en demeurent pas moins perceptibles. L'ensemble de retours concorde vers une appétence et une motivation des élèves pour ces séances dont les modalités diffèrent du quotidien scolaire actuel.

En lien avec ces bénéfices, la disponibilité des élèves face aux apprentissages est accrue, une amélioration de l'écoute, de l'attention, de la concentration est notée selon 79% des académies. Le rapport aux apprentissages est également enrichi d'une meilleure estime de soi et d'une confiance en soi renforcée. L'entraide, la coopération entre élèves sont plus marquées pour 64% des académies. Ces relations constructives se diffusent au sein des équipes : cohésion et réflexion en équipe sont stimulées d'après 50% des académies.

De façon récurrente, ces évolutions sont associées non seulement au caractère apaisant des séances elles-mêmes, mais aussi au fait que les petits blocages dans la relation à l'autre ne viennent plus parasiter les temps de vie et de travail ensemble. L'engagement, l'investissement et la motivation dans les apprentissages sont favorisés. Les élèves sont perçus comme davantage disponibles, libérés des conflits et tensions qui ont été régulés. Une fois l'élève entré dans l'apprentissage, les relations entre élèves évoluent vers plus de collaboration, d'entraide, de coopération, le travail de groupe est facilité. La moitié des académies évoquent ce bénéfice.

En outre, le rapport à l'erreur évolue, considéré avec plus de distance de la part des élèves. Ce travail est renforcé par les enseignants qui disent valoriser davantage les réussites. Par le travail sur l'auto-évaluation positive, les élèves renforcent leur confiance en eux (notamment les élèves les plus en difficultés), ils se sentent davantage outillés lors des évaluations par exemple, conscients de leurs capacités et de leurs qualités (pour 64% des académies). Les élèves renforcent non seulement leur confiance en eux, mais ils construisent également une relation de confiance avec l'enseignant.

Pour 64% des académies, les séances permettant de renforcer les CPS émotionnelles contribuent à une meilleure communication et donc à une meilleure maîtrise de la langue : l'identification des émotions, dès la petite section, leur expression (envers les adultes ou les autres enfants) s'enrichit petit à petit de la maîtrise du lexique associé, qui peut ensuite être réinvesti. La place de la parole dans la gestion des conflits est ainsi valorisée et la qualité de l'expression constitue à la fois un objectif et un moyen d'action.

En effet, une communication sereine et constructive s'instaure entre élèves pour 79% des académies. Les enfants osent s'exprimer et s'expriment davantage, notamment en cas de difficultés rencontrées ou de conflits, ils privilégient l'échange. L'idée d'une parole libérée associée à l'existence d'un espace dédié à cette parole revient souvent. Cette expression est facilitée par un important travail renforçant les compétences langagières des enfants, notamment en termes de maîtrise du vocabulaire et de maîtrise des compétences orales. Le travail sur le vocabulaire des émotions est présenté de façon récurrente comme un appui.

4. Les séances d'empathie renforcent l'attention à l'élève et à son bien-être

Ces séances amènent les enseignants à questionner le bien-être des élèves. Ils prennent davantage en compte leurs besoins (notamment en situation d'inclusion), ils sont plus attentifs à leurs propos, à leurs réactions. La qualité de la relation enfant – adulte est renforcée, soutenue par l'écoute, la bienveillance et l'empathie, comme le pointent 50% des académies. Les enseignants perçoivent chez leurs élèves

une joie de vivre : ils sont plus souriants, plus épanouis. Le sentiment d'appartenance au groupe est également renforcé. Enfin, 50% des enseignants disent considérer davantage les élèves dans leur globalité, c'est-à-dire qu'ils prennent en compte la spécificité de chacun et en particulier leur contexte familial, social et ses influences sur leur disponibilité aux apprentissages. La réponse aux difficultés (qu'elles soient scolaires ou comportementales) s'enrichit ainsi qu'une meilleure compréhension de leurs causes et donc des leviers à activer pour permettre à l'élève de progresser. La perception des qualités de l'élève s'enrichit d'un regard sur l'enfant, ses points forts, son individualité, sa place dans le groupe, à l'école. Les élèves se sentent valorisés, encouragés et entendus, ce qui répond à un besoin pointé dans l'enquête PISA de 2015 parue en 2018.

5. Une évolution des gestes professionnels et de la posture des enseignants qui agit sur leur bien-être et leur épanouissement professionnel

Ces séances d'empathie menées avec les élèves s'accompagnent d'une évolution des pratiques des enseignants en faveur d'une meilleure compréhension des enfants, d'une place importante accordée à l'écoute et au dialogue. Ils développent ainsi leurs propres CPS et incarnent une posture plus modélisante, plus empathique (selon 64% des académies). Par le cadre sécurisant des séances d'empathie, ils évoquent un épanouissement professionnel et même un sentiment d'efficacité professionnelle accrus (évoqué par 29% des académies). Cela se traduit par une évolution des pratiques pédagogiques et le recours à des idées innovantes, enclenchant ainsi un cercle vertueux : les élèves tendent vers un certain bien-être et ce dernier diffuse vers les enseignants.

Les séances favorisent également la réflexion collective, au sein de l'équipe pédagogique, une harmonisation des pratiques et motivent la construction d'une progression d'école ou d'un projet d'école autour des CPS. Ainsi, le développement des CPS s'inscrit dans une certaine continuité. Ce travail de collaboration au sein de l'école est renforcé lorsque la méthode propose des séances pour tous les niveaux : tous les enseignants sont mobilisables et, pour certaines écoles, mobilisés. En effet, les résultats sont encore plus marquants lorsque toute l'équipe éducative se fédère autour de cette expérience. Enfin, certains enseignants ont vu leurs réticences se lever en observant les comportements de leurs élèves lors de ces séances. La cohésion d'équipe s'en trouve renforcée. Le développement de relations constructives entre adultes est repéré par 50% des académies.

6. Une expérimentation qui fédère la communauté éducative autour des élèves

Nous avons vu dans la partie précédente que les retours sont globalement positifs pour les enseignants. Côté élèves, les séances sont également très bien accueillies, selon 79% des académies. Les retours font mention d'un fort engagement des élèves dans ces séances, notamment grâce à leur aspect ludique et actif.

Elles ont aussi permis d'ancrer un dialogue avec les parents voire d'améliorer la relation parents / école (pour 36% des académies). Certaines écoles apportent aux parents une explicitation de ces séances (comme préconisé dans le kit DGESCO), voire les invitent à venir participer ou juste assister aux séances d'empathie. Les impliquer dans cette démarche et les soutenir permet une cohérence entre l'école et la maison, avec une attention particulière à accorder aux parents très éloignés des concepts des CPS. Une académie relève que les écoles qui ont expérimenté les cours d'empathie à l'école ont proposé davantage de projets en co-éducation.

7. Des points d'attention qui pourront guider la généralisation

Les enseignants font état de leurs difficultés à intégrer les séances d'empathie au sein d'un programme scolaire chargé. L'effort doit donc porter sur leur articulation explicite avec les autres domaines d'enseignement, afin d'éviter toute séance qui serait « décrochée » de tous les autres apprentissages, comme c'est le cas dans le kit DGESCO.

Par ailleurs, les séances sont plus difficiles à mener avec les classes de maternelle, en raison du niveau de langage des élèves et de leur maturité. Cette spécificité nécessite d'être mieux accompagnée dans les ressources proposées.

Des besoins sont clairement identifiés par les équipes :

- proposer une progression annuelle et par cycle de cet apprentissage des CPS ;
- insérer ces séances explicitement dans les programmes et progressions disciplinaires ;
- offrir une gamme plus large de ressources – CPS et de nouvelles pistes pédagogiques ;
- fournir en amont des indicateurs de réussite.

Conclusion : des enseignants engagés, qui souhaitent poursuivre les séances

Au-delà du développement de l'empathie, ces séances ont permis de travailler un certain nombre de CPS, qu'elles soient cognitives (connaissance de soi et capacité d'autoévaluation positive), émotionnelles (comprendre, exprimer, réguler ses émotions) ou bien sociales (développer des relations constructives et résoudre des difficultés). Les bénéfices principaux ont été mesurés sur le climat scolaire et la lutte contre le harcèlement, mais ils sont complétés par des bénéfices ressentis sur les apprentissages et constituent un levier pour faire évoluer les pratiques. Les équipes émettent majoritairement le souhait de poursuivre ces séances l'année prochaine afin d'ancrer encore davantage leurs impacts positifs sur la vie à l'école.

Synthèse académique qualitative de l'expérimentation des cours d'empathie

Étape 1 : les inspectrices et inspecteurs de l'éducation nationale collectent les éléments dans le cadre d'un échange avec les directrices et directeurs des écoles engagées dans l'expérimentation.

Étape 2 : les inspectrices et inspecteurs de l'éducation nationale complètent le tableau et le font parvenir aux délégations académiques CPS

Étape 3 : les membres des délégations académiques CPS rédigent une synthèse et la transmettent au bureau de la santé et de l'action sociale pour le 10 juin 2024 (anne.jousse@education.gouv.fr)

Nom de l'académie :

Nom et mail du ou des contacts en académie :

	Nombre de classes maternelles concernées	Nombre d'élèves de maternelle concernés	Nombre de classes d'écoles élémentaires concernées	Nombre d'élèves d'élémentaire concernés	Appréciation générale sur l'expérimentation	Impact ressenti sur le climat scolaire	Impact ressenti sur la santé mentale et le bien-être des élèves	Impact ressenti sur la disponibilité aux apprentissages	Impact ressenti sur la réussite scolaire	Evolution ressentie de la posture professionnelle et des gestes professionnels	Points forts de la méthode	Freins identifiés, points à faire évoluer
Méthode kit Dgesco												
Méthode Fri for mobertti												
Ateliers philo												
Jeu des trois figures												
Autre méthode												

Focus sur les méthodes :

Le kit empathie de la DGESCO

En appui sur Santé publique France, cet outil a pour objectif de développer l'empathie et les comportements altruistes et prosociaux des élèves soit 16 CPS sur les 21 du référentiel théorique de Santé publique France (SpF). Il propose des éléments d'autoformation en préambule, un éclairage scientifique pour chaque CPS puis des activités clé en main, articulantes un objectif disciplinaire avec un objectif CPS. Ces activités sont déclinées sur les cycles 1, 2 et 3. Les séances s'ancrent sur des séances disciplinaires et prennent appui sur un environnement et des gestes professionnels connus et maîtrisés. Elles peuvent être adaptées et proposent de nombreux éléments de différenciation. Le Kit DGESCO a été choisi par 55% des écoles ayant rempli l'enquête en ligne en juin. Les retours des académies ont été très nourris sur cette méthode. Il est apprécié pour sa rigueur, sa construction et sa clarté, pour le cadre sécurisant et rassurant qu'il propose, promouvant un enseignement explicite des CPS. Sa gratuité est également un atout. Le clé en main est facilitant pour les équipes pédagogiques. Les activités sont qualifiées de variées, simples, détaillées, concrètes, aisées à mettre en œuvre. Son contenu théorique via les éclairages scientifiques jugés clairs permet de sécuriser l'enseignant sur les concepts et enjeux. Son aspect ludique et actif engendre l'adhésion des enfants (et des adultes). L'appui sur la littérature jeunesse est vraiment très apprécié des enseignants, une piste d'amélioration serait de l'accentuer plus encore. Cette méthode enrichit le lexique des enfants, et par ce biais, facilite l'expression des émotions et des besoins. Elle propose des activités pour les cycles 1 à 3, avec des objectifs spécifiques pour chaque séance, ce qui permet de construire une progression d'école, impliquant tous les enseignants. Elle permet également de susciter une dynamique d'équipe. Cette méthode, guidée, mais modulable, laisse une grande liberté aux enseignants.

Fri for mobberi

Il s'agit d'un programme danois porté en France par la ligue de l'enseignement, il s'appuie sur des affiches et une mascotte afin de prévenir le harcèlement scolaire par le développement de CPS chez les enfants de 0 à 9 ans : développer la confiance en soi, construire des relations constructives...Ce programme validé nécessite une formation payante et l'achat de matériel ; les séances ne sont pas adaptables. Il s'agit également d'un outil facile à mettre en œuvre, en appui sur des guides complets, détaillés, explicites. Cette méthode s'appuyant sur des planches, l'ami ours et des massages-histoires (qui constituent un point de vigilance), l'approche est ludique. Les planches favorisent l'expression des élèves, elles permettent d'appréhender l'ensemble de la thématique du vivre-ensemble (gestion des émotions et gestion des conflits) et sont réinvesties dans les situations du quotidien, avec facilité. L'ami ours est très soutenant pour les élèves de maternelle. Écoute et bienveillance se développent. Les élèves gagnent confiance en eux, mais également en l'adulte. Ce dispositif associe les familles, le climat scolaire en est d'autant plus bonifié. L'accompagnement est apprécié par les enseignants.

Les ateliers philo

Les élèves apprennent à débattre, à échanger des idées, dans un cadre démocratique, autour d'une question philosophique. Ces ateliers peuvent se mener avec ou sans formation (notamment par l'association Sève). Lors des ateliers, les élèves se montrent intéressés, curieux, impliqués. La démarche est appréciée, en appui sur la réalité du terrain. L'impact est perceptible sur le climat scolaire : de par l'espace de parole et d'écoute proposé, cette méthode est un appui pour apprendre à écouter, oser prendre la parole, résoudre certains conflits, développer son ouverture d'esprit et esprit critique. Les élèves améliorent spécifiquement leurs compétences orales. Les ateliers sont empreints du respect des élèves entre eux. L'ambiance apaisante de ces ateliers rend les élèves plus disponibles aux apprentissages. La posture des enseignants est modifiée : ils se questionnent et développent leurs CPS, la relation enseignant / élève est renforcée, la coopération au sein de l'équipe également. Ces ateliers sont également l'occasion d'intégrer les parents à la démarche. Afin de faciliter la mise en œuvre et

l'appropriation de cette méthode, les enseignants sont en demande d'accompagnement.

Le jeu des trois figures

Créé par Serge Tisseron, il s'agit d'un jeu théâtral centré sur les trois figures d'une situation de harcèlement : l'élève agresseur, la victime et la personne tiers. Il permet de prévenir le harcèlement en développant les CPS dont l'empathie de la maternelle au lycée. Il développe chez les élèves curiosité et respect mutuel, au sein d'une dynamique de classe sereine. Il nécessite également une formation et une mise en œuvre très cadrée selon une méthode qui n'est pas adaptable et les séances sont longues, nombreuses et répètent toujours le même schéma. L'outil est qualifié de facile à mettre en œuvre. D'une façon générale, l'appréciation de cette méthode est positive, avec un souhait des enseignants de poursuivre sa mise en œuvre l'année prochaine. Par la mise en scène de situations, les élèves ont participé activement, ont vu leur motivation grandir et ont enrichi leur vocabulaire et leurs compétences orales comme écrites. Cette méthode permet un travail intéressant sur la gestion des émotions, sur le ressenti des autres, le développement de l'écoute des enfants et des adultes. Les enseignants indiquent un frein majeur : le coût de la méthode associé à une formation obligatoire.