

**LA VISITE DU BÉBÉ EN CLASSE
(ICI À TORONTO)** C'est autour d'elle
que s'articule Racines de l'empathie,
un des nombreux programmes visant
à développer la connaissance de soi
chez les enfants.



Peut-on apprendre l'empathie?

Modes d'emploi à l'usage des enfants

Les «**compétences émotionnelles**» seront-elles, demain, enseignées à l'école obligatoire comme l'histoire ou les maths? La révolution est en marche, mais pas seulement sur les bancs de classe. Présente à Didacta la semaine prochaine, une fondation roloise mise sur le sport. Perspectives avec son fondateur, Mark Milton.

ANNA LIETTI

Ça commence à se savoir: on peut être très intelligent, très cultivé, mais gâcher sa vie et celle des autres pour cause d'incompétence crasse en matière émotionnelle. L'empathie et la connaissance de soi sont des valeurs à la hausse, et leurs plus célèbres avocats – du dalaï-lama à Matthieu Ricard en passant par Daniel Goleman – cartonnent dans les librairies et les congrès (*lire L'Hebdo N^{os} 38, 43, 45*).

S'apprennent-elles pour autant, ces valeurs-là? Non seulement elles s'apprennent, mais elles devraient être intégrées aux programmes scolaires au même titre que l'histoire ou la gymnastique, pensent certains. L'idée gagne du terrain, principalement en terres anglo-saxonnes: au Royaume-Uni, le programme SEAL – Social and Emotional Aspects of Learning –, destiné à promouvoir «les compétences sociales et émotionnelles qui sous-tendent les apprentissages», fait partie du paysage des écoles primaires depuis 2005. La visée est plus pragmatique qu'il n'y paraît: l'alphabétisation émotionnelle, constatent les chercheurs, réduit la violence à l'école et rend les élèves plus performants.

Parfois, l'éducation à l'empathie dans le cadre scolaire prend des formes assez ébouriffantes, comme celle de la visite d'un bébé en classe une fois par mois (*photo ci-contre et encadré p. 56*). Mais il n'y a pas que l'école. Pour toucher les enfants et les jeunes, diverses fondations et ONG explorent depuis quelques années une autre voie royale: celle du sport, et le plus souvent du foot. Un seul exemple, spectaculaire, celui des Open Fun Football Schools (OFFS), fondées par un ex-envoyé danois du Haut Commissariat pour les réfugiés en Bosnie, Anders Levinsen, et qui proposent chaque été, dans les Balkans, le Caucase ou le Moyen-Orient, des camps de foot où >>>

MELANIE GORDON ROOTS OF EMPATHY



VICTOIRES, DÉFAITES, JOIES ET COLÈRES Le sport est le terrain où le lien entre performances et gestion des émotions est le plus frappant (ici, une image tirée de «Maître de tes émotions»).

>>> des milliers de jeunes d'horizons antagonistes s'entraînent à la tolérance et à l'amitié intercommunautaire. Mark Milton, directeur de la fondation rolloise Education 4 Peace, a participé à la formation des entraîneurs des OFFS: il voit dans le foot une très bonne balle à jouer. La semaine prochaine à Lausanne, dans le cadre du salon Didacta (lire p. 55), il présentera un outil original destiné à promouvoir, au ras du gazon, «l'attitude comme une compétence à part entière»: un livre digital, malin, attrayant, personnalisable par chaque club et bientôt disponible en version multisport (lire encadré p. 56).

Ex-directeur de la Main tendue Vaud, initiateur de deux congrès internationaux sur la santé émotionnelle soutenus par l'OMS, Mark Milton, Rollois d'Angleterre, est d'abord un inlassable homme de terrain, mû par la puissante conviction que l'on peut éduquer les futurs artisans d'un monde plus pacifique. Arguments.

Pourquoi avez-vous choisi le terrain de sport pour promouvoir les compétences émotionnelles auprès des jeunes?

Notre propos n'est pas de dire: le sport est la seule porte d'entrée possible à cette

éducation. Mais notre expérience me persuade que c'est un terrain très propice. Quand on fait du sport, les émotions sont très présentes, très incarnées, souvent très fortes. Il n'y a qu'à songer à la violence dans le foot. Le sport est peut-être aussi le terrain où le lien entre performances et capacité à gérer ses émotions est le plus frappant. Précisons que notre intention

«JE SUIS CONVAINCU QU'ON NE PEUT PAS OFFRIR AUX AUTRES CE QU'ON NE PEUT PAS S'OFFRIR À SOI-MÊME.»

Mark Milton

n'est pas seulement d'inspirer les clubs, mais aussi les profs de sport à l'école. S'il y a une porte aujourd'hui en Suisse par laquelle l'éducation à une meilleure connaissance de soi aurait des chances d'entrer à l'école, c'est probablement celle-là. Je crois que les profs de sport, parfois davantage que ceux d'histoire ou de maths, sont naturellement sensibles à la dimension émotionnelle, qui relie le corps et l'esprit. J'en connais plusieurs qui verraient d'un très bon œil la compétence relationnelle faire partie de leur formation.

Education pour la paix, c'est le nom de votre fondation. Quelle est votre vision? Nous travaillons à ce que, demain, tous les enfants apprennent, en plus des matières traditionnelles transmises par

l'école, à gérer les frustrations et les conflits, à appréhender et partager leur monde intérieur, à écouter celui des autres. L'écoute et la connaissance de soi sont des compétences qui s'apprennent, et le jour où elles feront partie du bagage de base de tout un chacun, le monde sera moins violent et plus harmonieux.

Justement: la connaissance de soi est tellement à la mode que les gens, dirait-on, ne s'intéressent plus qu'à leur bien-être personnel. Tout cela n'est-il pas bien peu solidaire et plutôt mauvais pour l'avenir du monde?

On peut craindre en effet que le succès du développement personnel n'annonce une recrudescence de nombrilisme. Mais je crois que c'est le contraire qui va arriver. L'erreur consiste à croire que si je m'intéresse à moi-même, je ne peux pas m'intéresser à l'autre. Au contraire: si je veux

être au service de l'autre, j'ai besoin d'un minimum de disponibilité intérieure. Les émotions et l'intériorité sont la porte d'entrée dans l'univers de l'autre. Je suis convaincu qu'on ne peut pas offrir aux autres ce qu'on ne peut pas s'offrir à soi-même. A commencer par l'écoute. Et je crois que les gens commencent à le comprendre: si les livres sur la connaissance de soi ont du succès, c'est que les gens ont soif d'authenticité.

Vous croyez à un monde lavé de toute violence?

Non, il y aura toujours de la violence entre humains. Mais on peut viser un monde avec moins de violence. Le jour où nous serons gouvernés par des dirigeants politiques et économiques qui auront appris à mieux se connaître, à développer leur écoute et à savoir s'ils agissent vraiment pour le bien collectif, on aura fait un grand pas en avant.

Concrètement, quel est pour vous le modèle idéal: les compétences émotionnelles intégrées à l'école obligatoire comme une branche à part entière >>>

PROFIL



MARK MILTON

MARK MILTON
 1962 Naissance à Windsor, GB.
 1969 Arrivée en Suisse.
 1994 Directeur de la Main tendue Vaud.
 2000-2010 Président d'IFOTES (Main tendue internationale).
 2002 Création de la fondation Education 4 Peace.
 2004 Cofondateur de People First, coaching.
 2007 1^{er} congrès sur la santé émotionnelle à Prato (I).
 2008 Début du programme Maître de tes émotions.

E-ÉDITION

Le livre qui veut changer le foot

Au départ (2007), *Maître de tes émotions* est un programme, principalement de formation des cadres sportifs; il a vite reçu l'appui de l'Union des associations européennes de football (UEFA) qui y a vu un bon moyen de lutter contre la violence dans le foot. Ses concepteurs de la fondation rolloise Education 4 Peace (e4p) ont notamment formé les entraîneurs de l'AC Cannes dans le cadre de leur projet Foot citoyen. «Au bout de quelques années de succès, nous nous sommes demandé comment faire pour que cette formation soit accessible à tous, y compris aux clubs les plus modestes, explique Mark Milton. Et nous avons créé cet outil, conçu comme attrayant et interactif, destiné à inspirer les fédérations, les entraîneurs, les enfants et les familles.»

Son but: convaincre, en théorie et en pratique, les joueurs et leur entourage que l'attitude constitue une compétence à part entière, «la cinquième compétence», aussi importante que les quatre déjà reconnues que sont la technique, le physique, la tactique et le mental. Importante pour la paix des stades, mais aussi pour la victoire.

Le livre présenté à Didacta la semaine prochaine est électronique et axé sur le foot. Mais la version multisport est déjà en chantier, ainsi que la version papier. L'un des attraits de l'ouvrage est d'être personnalisable par chaque club, qui peut y insérer ses photos, ses témoignages et le placer sous l'égide de son entraîneur. Pour la version standard, le maître en foot n'est pas n'importe qui: Yves Débonnaire, responsable de la formation des entraîneurs suisses et entraîneur national des 15-17 ans. ◦

Une version courte est téléchargeable gratuitement. Renseignements sur le site www.e4p.org/fr



Ça fait du bien.
Burgerstein Vitamines

En vente dans votre pharmacie ou droguerie – Le conseil santé dont vous avez besoin. www.burgerstein.ch



MELANIE GORDON/ROOTS OF EMPATHY

ÉCOLE

Ce matin, j'ai eu leçon de bébé

Ici, de jeunes élèves reçoivent la visite de bien plus petit qu'eux, là, des ados sont initiés à la méditation: les programmes d'éducation à l'empathie sont nombreux et variés.

• Le programme le plus spectaculaire s'appelle **Racines de l'empathie**: il consiste à organiser, dans des classes d'école – de la maternelle à la 2^e secondaire – la visite régulière d'un bébé. Le petit est accompagné d'un parent et d'un enseignant expressément formé, mais l'idée est que le prof, c'est lui: ou plutôt, il est le support vivant qui permet aux enfants, grâce à la médiation de l'enseignant, d'apprendre à lire leurs propres émotions et à y réfléchir. Le bébé – un enfant du quartier – vient 9 fois dans l'année, le formateur 27 fois, pour préparer les visites et les faire fructifier. Trop chou? Pas seulement: efficace, aussi, selon l'évaluation de Kim Schonert-Reichl, chercheuse à l'Université de Colombie-Britannique de Vancouver: les élèves ayant suivi le programme ne sont pas seulement moins agressifs et socialement plus compétents. Ils sont également meilleurs à l'école. Créé en 1996 à Toronto par l'«entrepreneuse sociale» Mary Gordon, cet enseignement en apparence voué à la confidentialité a déjà essaimé dans une large partie du monde anglophone et au Québec, ce qui le rend – fait rare – opérationnel en français

aussi. Depuis cette année, il est disponible également en allemand et touche 200 élèves de la ville de Brême. L'an prochain, Racines de l'empathie fera son entrée en Suisse alémanique, parrainé par le Fonds suisse pour des projets de protection de l'enfance. Le programme s'est développé autant dans les écoles publiques que privées. En Ontario, 80% des districts scolaires l'ont adopté et en Ecosse, après deux ans d'expérimentation dûment évaluée, le Ministère de l'éducation a investi 1,8 million de francs dans un plan de développement à toute la région pour 2013. Un succès remarquable compte tenu de la lourdeur de la mise en place du concept: la collectivité et l'école concernée doivent à chaque fois trouver le bébé, puis l'enseignant prêt à se former. L'organisation leur demande un engagement initial d'au moins trois ans. L'expansion internationale du programme est gérée par un bureau international à Toronto (site en français: rootsofempathy.org/fr).

• Répandu uniquement en terres anglophones et plus classique dans sa forme, le

programme **Value-based Education**, créé par l'ex-enseignant britannique Neil Hawkes, se flatte d'être celui qui connaît l'expansion la plus rapide de sa catégorie, auprès des écoles et des collectivités publiques. Comme son nom l'indique, il promeut une éducation basée sur les valeurs éthiques et l'empathie, notamment via des techniques de développement de l'écoute. Il donne lieu à un label de qualité Value-Based School prisé en Grande-Bretagne (values-education.com).

• A mentionner aussi, le **Mindfulness in Schools Project**, dont l'objectif rien de moins qu'ambitieux est d'initier, en neuf leçons, des classes d'adolescents à la méditation de pleine conscience. Ses créateurs – britanniques eux aussi – s'appuient notamment sur un matériel filmé attractif et affirment réussir à intéresser et à pacifier les classes les plus turbulentes et «cyniques». Le programme dispose de plusieurs centaines de formateurs de par le monde et est en voie de traduction en plusieurs langues, dont le français (mindfulnessinschools.org). ◦

>>> comme en Grande-Bretagne? Ne risque-t-on pas alors de vider de sa substance un enseignement qui ne peut être dispensé que par des personnes particulièrement motivées?

Je n'ai pas encore de conviction arrêtée là-dessus. La plupart du temps, dans les pays où les compétences émotionnelles ont fait une percée à l'école, ce sont des intervenants extérieurs spécialisés qui visitent tel ou tel établissement. Ce dont je suis sûr en tout cas, c'est qu'aujourd'hui, on devrait pouvoir attendre de tout enseignant qu'il ait un minimum de compétences socioémotionnelles: cette formation devrait faire partie de son cursus. Quant aux enfants, qu'est-ce qui est souhaitable ou non, faisable ou pas, à l'école ou hors d'elle? La question reste ouverte. Pour sonder les attentes en Suisse, nous avons élaboré un questionnaire à l'occasion de Didacta: nous invitons toutes les personnes intéressées, enseignants, parents, élèves, à y répondre en ligne sur notre site (www.e4p.org). ◦

SALON DIDACTA, MENU VARIÉ

Des stands classiques mais aussi un forum avec plus de 70 conférences, animations et débats sur le thème «L'école de demain»: c'est le programme du nouveau salon de l'éducation et de la formation Didacta Suisse Lausanne, qui ambitionne de devenir un rendez-vous incontournable des professionnels. Les nouvelles technologies de l'information, comme support ou comme objet d'enseignement, seront présentes dans plusieurs interventions, notamment dans une table ronde sur les MOOCs animée par Patrick Jermann, chargé de cours à l'EPFL (jeudi 21 à 12 h). Mais pas seulement, le menu est très divers. La conseillère nationale vaudoise Josiane Aubert se penchera sur les perspectives d'enseignement de la musique (mercredi 20 à 15 h 30), la RTS présentera son portail-ressource RTSdécouverte

accordé au Plan d'études romand (mercredi 20 à 10 h), le professionnel de la restauration Hans Boesch parlera des «Dernières tendances de la restauration scolaire» (jeudi 21 à 11 h 30), l'enseignante Dominique Eberlin dévoilera «Les atouts de la dyslexie» (jeudi 21 à 15 h) et Antje Kolde, coauteur de moyens d'enseignement romand, explorera l'avenir de l'enseignement du latin (vendredi 22 à 14 h). La fondation Education 4 Peace organise quant à elle une conférence de Thomas d'Ansembourg intitulée «Notre façon d'être adultes fait-elle envie pour nos jeunes?» suivie d'un débat sur le thème: «Education et savoir-être, quel rôle pour l'école de demain?» (jeudi 21 à 19 h). ◦

Renseignements et programme: www.didacta-lausanne.ch
Didacta, du 20 au 22 novembre, Expo Beaulieu, Lausanne.

Journée Portes ouvertes bachelors & masters 27 novembre 2013

Nos masters:

FACULTÉ DES LETTRES
ET SCIENCES HUMAINES

Lettres et sciences humaines
Sciences sociales
Etudes muséales
Logopédie
Archéologie
Master bilingue en histoire

FACULTÉ
DES SCIENCES

Biologie des parasites
et écoéthologie
Physiologie et écologie
des plantes
Informatique
Mathématiques
Hydrogéologie et géothermie
Biogéosciences

FACULTÉ DES SCIENCES
ÉCONOMIQUES

Finance
Journalisme
Psychologie du travail
et des organisations
Développement international
des affaires
Politique économique
Statistique
Systèmes d'information
Méthodologie d'enquête
et opinion publique

FACULTÉ
DE THÉOLOGIE

Théologie

FACULTÉ
DE DROIT

Avocature
Business and Tax Law
Droit public
Droit de la santé
et des biotechnologies
Droit du sport
Droit international
et européen
Droit social
Droit de l'entreprise
et de l'innovation
Master bilingue en droit
Double Master of Law



unine
UNIVERSITÉ DE
NEUCHÂTEL

Nos bachelors: www.unine.ch/bachelor

www.unine.ch/jpo