

Recommandations aux instructrices concernant les médias

Il se peut qu'à titre d'institutrice ou d'instructeur*, vous receviez un jour une demande de la part d'un média. Il se peut aussi qu'un membre de la profession de votre connaissance souhaite parler du programme. En effet, le programme Racines de l'empathie (en particulier la visite de la famille) est très attrayant pour les médias, qu'il s'agisse des journaux ou des médias radiotélévisés. Ainsi, vous pouvez jouer un rôle dans la promotion de Racines de l'empathie dans votre quartier en accueillant les médias ou une personnalité dans votre classe.

Dans le domaine de relations avec les médias, Racines de l'empathie a certaines recommandations à faire aux mentores, coordonnatrices locales (personnes clés) et au personnel en général.

Si les médias prennent contact avec vous, soit directement, soit par l'intermédiaire de l'école où vous enseignez, communiquez avec votre mentore aussi vite que possible (de préférence dans les 24 heures).

Votre mentore vous posera une série de questions bien précises pour vous préparer et vous aider dans vos relations avec les médias. Elle vous demandera également de remettre au média un feuillet résumant ce qu'il faut savoir sur Racines de l'empathie.

Après la visite des médias, veuillez envoyer à votre mentore et au bureau international (mail@rootsofempathy.org) un exemplaire de l'article imprimé ou la date et l'heure de radio- ou télédiffusion accompagnées des noms de la chaîne et de l'émission.

* Dans ce document, le féminin est utilisé seul pour faciliter la lecture et n'exclut en aucun cas le masculin.

Racines de l'empathie

Mises à jour et rappels concernant la visite de la famille

Accompagnement des instructrices

Note aux mentores : utiliser cette partie de la liste de contrôle pour accompagner les instructrices avant la visite des médias ou de la personnalité.

Tâches de l'institutrice avant la visite

- Vérifier que toutes les décharges pour les photos sont signées (celles des élèves et celle du parent du bébé).
- S'assurer d'avoir à disposition un t-shirt « Prof » pour le bébé pendant la visite de la famille
- S'assurer que le tableau d'affichage de Racines de l'empathie est à jour (doivent y figurer : affichette Racines de l'empathie, photo et nom du bébé, tableau *Taille et poids du bébé*).
- Relire le document **Mises à jour et rappels concernant la visite de la famille**.
- Relire le document **Ce qu'il faut savoir sur Racines de l'empathie**; s'assurer que l'institutrice en ait un exemplaire pour le journaliste.
- Passer en revue les renseignements clés avec le parent, l'enseignante et la direction, si ces personnes le souhaitent (à l'aide de **Ce qu'il faut savoir sur Racines de l'empathie**).
- Demander à l'enseignante d'informer les élèves qu'un journaliste ou une personne invitée va leur rendre visite en classe.
- Revoir le thème à couvrir pendant la visite de la famille.
- Expliquer au journaliste/à la personnalité de la structure de la visite de la famille, le thème à couvrir et de ses liens avec les autres thèmes.
- Appeler le parent du bébé la veille pour confirmer la date et l'heure de la visite.

Tâches pendant et après la visite

Remarque : Ces tâches reviennent à l'institutrice si aucune autre personne représentant Racines de l'empathie n'est présente ce jour-là. Dans le cas contraire, elles reviennent à la personne clé ou à la mentore, ou à toute autre personne représentant Racines de l'empathie. Les tâches doivent être réparties à l'avance.

- Rappeler à l'enseignante que tout élève dont la décharge n'aurait pas été signée devra s'asseoir hors du champ de la caméra ou de l'appareil photo, à un bout de la couverture.
- Accueillir le journaliste ou la personnalité et présenter la personne au parent et au bébé, à l'enseignante et à la direction.
- Remettre au journaliste un exemplaire des **Ce qu'il faut savoir sur Racines de l'empathie**.
- Indiquer au journaliste/à la personnalité les élèves à ne pas photographier ou filmer.
- S'assurer que le bébé porte son « uniforme » (t-shirt « Prof ») avant le début de la visite.
- Remercier les participants (enseignante, direction, parent, journaliste) en personne, ou par courriel ou téléphone.
- Informer la mentore et le bureau international (mail@rootsofempathy.org) de la couverture faite par le média (leur envoyer un exemplaire de l'article ou les détails relatifs à l'émission).

Racines de l'empathie

Mises à jour et rappels concernant la visite de la famille

Qu'est-ce que Racines de l'empathie?

Racines de l'empathie est une organisation caritative primée qui offre aux enfants des programmes axés sur l'empathie. Elle a pour vision de changer le monde, un enfant à la fois. L'organisation Racines de l'empathie, considérée comme un modèle d'innovation sociale, offre deux programmes : un programme phare du même nom pour les enfants de l'école primaire (Racines de l'empathie) et Semilles de l'empathie, son « petit frère », un programme destiné aux enfants de trois à cinq ans en milieu de garde. Ces deux programmes permettent de réduire considérablement le degré d'agressivité des enfants tout en améliorant leurs compétences sociales et affectives, et en faisant progresser l'empathie.

Mission

Racines de l'empathie a pour mission de bâtir des sociétés humaines, pacifiques et empreintes de civilité en cultivant l'empathie chez les enfants et les adultes.

Histoire et portée

Le programme Racines de l'empathie a été créé en 1996 par Mary Gordon à Toronto, au Canada. Il est devenu une organisation caritative sans but lucratif en 2000. À ce jour, plus de 700 000 enfants dans le monde ont participé à un programme Racines de l'empathie.

Le programme Racines de l'empathie est offert à des élèves de la maternelle à la 8e année (2e année du secondaire) partout au Canada, en anglais et en français, et en milieu rural, urbain ou isolé. Il touche également des enfants dans plusieurs pays du monde : États-Unis d'Amérique, Nouvelle-Zélande, Irlande du Nord, République d'Irlande, Écosse, Angleterre, pays de Galles et Allemagne. Un certain nombre d'autres pays travaillent au futur lancement de Racines de l'empathie. On a dit de Racines de l'empathie que c'était « le rameau d'olivier que le Canada offre au monde ».

En 2008, l'Assemblée des Premières Nations a adopté une résolution de soutien à Racines de l'empathie et Semilles de l'empathie, programmes qui « correspondent aux visions du monde et aux enseignements traditionnels des Premières Nations ». Ces deux programmes sont offerts dans un nombre croissant de communautés des Premières Nations ainsi qu'à des enfants autochtones en milieu urbain ou rural partout au Canada; l'organisation travaille par ailleurs avec des peuples autochtones au niveau international.

Racines de l'empathie est l'un des trois gagnants d'un prix international Changemakers décerné par l'organisation Ashoka

Fonctionnement de Racines de l'empathie

Dans le programme Racines de l'empathie, un parent et son bébé (âgé de 2 à 4 mois au début) résidant dans le quartier se rendent dans une classe neuf fois pendant l'année scolaire. Une instrutrice qualifiée accompagne la famille pour guider les élèves dans leur observation de la relation entre le bébé et sa mère ou son père. L'instrutrice se rend aussi dans la classe avant et après chaque visite de la famille pour renforcer les apprentissages. Une année Racines de l'empathie compte 27 visites en classe au total.

Dans le programme, le bébé est le « prof ». À chaque visite, l'instrutrice amène les élèves à observer la manière dont le bébé grandit et se développe tout le long de sa première année de vie. Les enfants observent également la relation affectueuse entre parent et enfant, et étudient les réactions du parent aux émotions du bébé et ses réponses aux besoins de son enfant. La relation d'attachement entre un bébé et son parent est un modèle d'empathie idéal.

Racines de l'empathie

Mises à jour et rappels concernant la visite de la famille

Les élèves apprennent à se mettre à la place du bébé et à nommer les émotions de celui-ci; l'institutrice les aide ensuite à extrapoler pour mieux comprendre leurs propres sentiments et les sentiments des autres. Cette « littérature affective » (compréhension et vocabulaire des émotions) jette les bases de classes plus humaines, où les élèves se sentent en sécurité et sont les acteurs du changement. Ils sont alors mieux outillés des points de vue social et affectif et bien plus susceptibles de s'opposer à la cruauté et à l'injustice.

Les recherches consacrées à Racines de l'empathie

Dix années de recherches universitaires indépendantes menées dans plusieurs pays montrent invariablement que le programme fait diminuer considérablement l'agressivité et améliore la compréhension sociale et émotionnelle chez les élèves participants. Comparativement aux enfants qui ne participent pas au programme Racines de l'empathie, les élèves qui l'ont suivi sont plus gentils et coopératifs et ils intègrent mieux les autres élèves au groupe; ils sont par ailleurs moins agressifs et moins susceptibles d'intimider les autres. Il a été prouvé que ces effets positifs se prolongent pendant des années.

Mary Gordon

Entrepreneure sociale, éducatrice, auteure et championne de la cause des enfants de réputation internationale, Mary Gordon a créé des programmes novateurs inspirés par le pouvoir de l'empathie : elle a fondé Racines de l'empathie en 1996 et créé Semaines de l'empathie en 2005; en 1981, elle a mis en place le plus ancien et important programme canadien pour l'alphabétisation familiale et le rôle parental en milieu scolaire, qui est devenu un modèle de meilleures pratiques et fait partie des politiques gouvernementales de l'Ontario.

Madame Gordon donne des conférences dans le monde entier et a été consultante auprès d'organisations telles que l'Organisation mondiale de la Santé, les Nations Unies et la Fondation Nelson Mandela. Elle s'est entretenue plusieurs fois avec le dalaï-lama. Elle est membre de l'Ordre du Canada et de l'Ordre de Terre-Neuve-et-Labrador, et a reçu la Médaille du jubilé et la Médaille du jubilé de diamant de la reine Elizabeth II. Mary Gordon a été élue « Innovatrice Ashoka » en 2002 et « Ashoka Globalizer » en 2011, année durant laquelle la Fondation des Prix Ernest C. Manning l'a nommée meilleure innovatrice sociale du Canada en lui remettant le prix de distinction David E. Mitchell.

Pour en savoir plus, veuillez visiter www.rootsofempathy.org

Racines de l'empathie

Mises à jour et rappels concernant la visite de la famille

Lorsque vous animez une visite de la famille, veuillez garder à l'esprit les points suivants :

- **Chanter La chanson de bienvenue/La chanson du départ (notre hymne international)** – Il est important de commencer et de clore chaque visite de la famille par la routine familière du chant pour préparer les élèves, le bébé et l'enseignement lui-même; cette routine favorise la participation des enfants et la formation de liens avec le bébé. Il est également recommandé de chanter les deux chansons pendant la visite préparatoire et l'après-visite en maternelle et en 1^{re}, 2^e et 3^e années. Il importe de faire savoir aux élèves que lorsqu'ils chantent une chanson au bébé, les neurones du nourrisson se développent et s'interconnectent, et que la répétition des chansons renforce ces connexions. L'expérience du chant active aussi des structures neuronales dans le cerveau des enfants et elle instaure chez eux le sentiment d'être lié aux autres et le sentiment d'appartenance. En plus de la *Chanson de bienvenue* et de la *Chanson du départ*, veuillez chanter 3 chansons de votre choix pendant chaque visite de la famille. Ainsi, les enfants s'impliqueront davantage et amélioreront leur capacité de concentration (fonction exécutive), la solidarité sera renforcée et les enfants qui ont du mal à réguler leurs émotions, ainsi que le bébé, bénéficieront de cette stratégie naturellement calmante.

- **Les élèves debout** – Faites mettre les élèves debout pour chanter *La chanson de bienvenue* et *La chanson du départ* pendant que le parent et le bébé (vêtu du t-shirt – uniforme scolaire « Prof ») font le tour de la couverture pour saluer chaque enfant (ou lui dire au revoir). Nous en sommes venus à la conclusion que le bébé a besoin d'un minimum de 3 secondes pour fixer son attention sur l'enfant qui se trouve devant lui. À la fois le bébé et les enfants retirent un bénéfice de ce contact visuel et tactile; c'est pourquoi il est important que les élèves aient l'occasion de regarder le bébé dans les yeux et de le toucher d'une manière ou d'une autre. Cette possibilité procure des émotions aux élèves ce qui ancre leurs apprentissages et améliore leur mémoire. Même des enfants qui pouvaient manquer d'enthousiasme au début du programme finissent par avoir hâte de vivre ce « tête-à-tête » avec le bébé. Ce lien est d'ailleurs tout aussi fort pour le bébé : une fois que le bébé s'est accoutumé à cette routine, vous vous assurez qu'il regarde chacun des enfants l'un après l'autre lorsqu'il fait le tour de la couverture. Nous savons que les enfants attachent un grand prix à ces moments d'intimité et s'en souviennent pendant longtemps. En effet, ils se sentent singularisés quand le bébé les regarde.

- **Toujours demander la permission au bébé** – Avant de soulever le bébé, de faire de l'exercice avec lui ou de jouer avec lui, demandez : « Est-ce que je peux te prendre dans mes bras, te faire faire de l'exercice, jouer avec toi? » Le message envoyé aux enfants est le suivant : « Vous avez des droits et votre corps vous appartient. » Vous indiquez clairement que vous respectez le bébé et de la même manière, les élèves.

- **L'utilisation des jouets pour bébé** – Lors des visites de la famille, vous pouvez utiliser n'importe quel jouet Racines de l'empathie pour faire la démonstration du développement du bébé, de son tempérament, des neurosciences et de l'attachement. Les jouets sont un moyen de faire observer aux enfants les aptitudes croissantes du bébé. Ainsi, nous vous demandons d'utiliser certains jouets avec le bébé avant même qu'il ne soit capable d'y réagir. Par exemple, lors de la première visite, le bébé n'aura pas conscience que vous lui avez mis le hochet de poignet ou le cherche-pied. Lors des visites suivantes en revanche, il se peut que le bébé s'emploie à ôter le hochet de son poignet, tout en n'étant pas encore capable de coordonner ses mouvements pour ôter le cherche-pied. Les jouets permettent de développer les capacités d'observation des élèves. Lorsque vous présentez un jouet, demandez : « Comment le bébé réagit-il? », « Que ressent le bébé? », « Que remarquez-vous? » ou encore « Vous souvenez-vous que le bébé n'était pas encore capable d'attraper le cube la dernière fois? Maintenant, il peut le secouer. »

- **Un jouet à la fois** – Nous l'avons dit, vous pouvez utiliser n'importe quel jouet Racines de l'empathie lors de chaque visite, pourvu que vous n'en utilisiez qu'un à la fois. En effet, les élèves eux-mêmes sont attirés par ces jouets colorés qu'ils essaient fréquemment d'attraper; c'est un facteur de distraction. Le bébé lui aussi peut être distrait et trop stimulé par une abondance de jouets sur la couverture. Votre objectif est d'intéresser le bébé avec un seul jouet. Racines de l'empathie a choisi ces jouets parce qu'ils ne présentent aucun risque, sont faciles à nettoyer, polyvalents, bien adaptés au développement de tout jeunes bébés comme de bébés plus âgés, et qu'ils peuvent servir à mettre en évidence les capacités de résolution de problème d'un bébé. Si vous utilisez les mêmes jouets tout le long du programme, les élèves auront l'occasion de remarquer les changements qui s'opèrent dans le développement du bébé et l'évolution de ses compétences d'une visite de la famille à l'autre. C'est pour cette raison qu'il ne faut utiliser aucun autre jouet que ceux fournis par Racines de l'empathie. Nous demandons aux parents de ne pas apporter de jouets de la maison.

Racines de l'empathie

Mises à jour et rappels concernant la visite de la famille

- **Parler du tempérament** – Le tempérament représente la manière de réagir aux personnes et aux situations. Il y a neuf traits de tempérament. Pendant chaque visite de la famille, cherchez des occasions d'attirer l'attention des élèves sur au moins 3 traits de tempérament du bébé. Vous aurez alors l'occasion de poser aux enfants des questions sur leur propre expérience de ces traits de tempérament. Ces questions expérientielles qui font le lien entre les traits de tempérament du bébé et ceux des élèves favorisent le développement de l'empathie, les enfants découvrant et comprenant la manière dont leurs camarades voient le monde.
- **L'institutrice sur la couverture verte** – Les raisons de vous faire asseoir sur la couverture avec le parent et le bébé sont nombreuses. En vous tenant proche du bébé et du parent, vous pourrez faire la démonstration de la relation d'attachement et saisir les occasions offertes par le très sage « professeur » qui évolue sur la couverture verte. En restant aux côtés du parent et du bébé, vous pourrez exploiter les signaux envoyés par le bébé et certaines formes subtiles de communication (expressions du visage, langage corporel), et vous pourrez ainsi faire de nombreux liens prévus par le curriculum concernant le tempérament, les neurosciences et l'attachement / « l'accordage affectif » (la formation des liens d'affection). Assise sur la couverture, vous verrez par ailleurs d'un coup d'œil tous les élèves, remarquerez ceux d'entre eux qui ne sont pas concentrés ou sont inattentifs et pourrez favoriser la participation en posant des questions directes pour faire sortir de leur réserve des élèves plus discrets. Cette stratégie est également utile pour soutenir les élèves qui se laissent plus facilement distraire et peuvent perturber une visite de la famille. En les asseyant à côté de vous, vous garderez un œil sur eux et vous assurerez qu'ils participent activement à la leçon.
- **Conserver le sac Visite de la famille à portée de main** – En plaçant la trousse Visite de la famille par terre à côté de vous ou derrière vous, vous ferez en sorte que la visite progresse sans interruptions, puisque tout le matériel d'enseignement, dont les jouets, sera facilement accessible. Si au contraire, vous devez vous lever pour prendre les jouets, le déroulement de la visite sera moins fluide et il ne sera pas possible de répondre adéquatement, c'est-à-dire sur-le-champ, aux signaux envoyés par le bébé.
- **Les parents sur la couverture verte avec le bébé** – Pendant la visite, le(s) parent(s) comme le bébé doit (doivent) être assis sur la couverture. Il est plus facile de mettre l'accent sur l'attachement / « l'accordage affectif » du parent et du bébé lorsque ceux-ci sont très proches l'un de l'autre. En effet, le bébé regarde souvent le parent, s'adosse à la jambe de maman, touche le corps de papa pour se rassurer ou enfouit son visage entre les genoux du parent. Ce contact physique témoigne du besoin du bébé de se sécuriser avant de pouvoir s'amuser avec les jouets ou les élèves pendant la visite. Ces moments d'interaction subtile entre parent et bébé, comme le nombre de fois où le bébé regardera le parent dans les yeux, seront perdus si la distance entre parent et enfant est trop grande; l'importance et l'impact de cette relation sur le développement du cerveau font partie des leçons de neurosciences inscrites dans le curriculum.
- **Les enfants assis en U autour de la couverture verte** – En faisant asseoir le bébé et le parent à une extrémité de la couverture, vous permettrez à tous les enfants de les voir en même temps et favoriserez la participation active de ceux-ci. Les jeunes enfants, dont le temps de concentration est plus court que celui des grands, peuvent se laisser distraire pendant une visite de la famille; or, la gestion de la classe est bien sûr plus facile quand tous les élèves participent. Quand les enfants sont proches du bébé et quand la vue est bien dégagée, leur point de vue et leurs observations concernant la croissance et le développement du bébé sont plus précis et plus détaillés.
- **L'enseignante dans le cercle** – Faites en sorte que l'enseignante soit assise parmi les élèves autour de la couverture. Quand elle ne prend pas de photos, demandez-lui de s'asseoir au bord de la couverture avec les élèves, ou juste derrière eux.
- **Faire participer l'enseignante** – Invitez l'enseignante à se joindre à la conversation, mais seulement si elle se sent à l'aise pour parler d'elle. Par exemple, lors de la visite de la famille du thème 3, si l'enseignante a des enfants, elle peut dire ce qu'elle a ressenti quand ceux-ci ont perdu leurs dents de lait, ce qu'elle mettait dans le sac de son bébé pour les soins, ou quel(s) type(s) de couches elle utilisait. Si l'enseignante n'a pas d'enfants, elle peut se souvenir du moment où elle a perdu sa première dent et confier ce qu'elle a ressenti. N'oubliez pas de demander à l'avance à l'enseignante si elle est assez à l'aise pour raconter des expériences personnelles.
- **Obtenir les commentaires du parent** – Il est important de recueillir les impressions du parent (ou des parents) juste après chaque visite en lui demandant simplement comment la leçon s'est déroulée à son avis.