

# Racines de l'empathie

## MESSAGES DE MENTORAT DE MARY



LETTRE n° 1

Chers instructeurs et instructrices\* Racines de l'empathie,

Quelle période enthousiasmante de l'année! Vous vous préparez à commencer votre programme Racines de l'empathie, qui va changer le monde, un enfant à la fois. Bientôt, les couvertures Racines de l'empathie seront dépliées sur le plancher de milliers de classes partout au Canada et ailleurs dans le monde.

### Questions possibles à votre mentore



L'un des côtés les plus délicats, mais aussi les plus gratifiants du rôle d'institutrice Racines de l'empathie est d'occuper la place du chef d'orchestre dans une symphonie de relations. Le travail avec les membres de l'orchestre – la famille Racines de l'empathie, la mentore, l'enseignante, la direction et la coordonnatrice locale (personne clé) – réclame d'importants efforts de coordination, et vous vous posez peut-être de nombreuses questions, dont celles-ci :

- Mon école n'a pas trouvé de bébé de 2 à 4 mois pour moi. Que dois-je faire?
- Je n'ai pas les brochures *Renseignements sur le programme destinés aux parents et aux écoles*. J'en ai besoin pour mes réunions avec la direction et l'enseignante, et avec la famille, avant de commencer à enseigner. Que faire?
- Je viens de rencontrer mon enseignante, qui m'a demandé si je pouvais accueillir dans son programme Racines de l'empathie des élèves ayant des besoins particuliers d'une autre classe. Que faire?
- Mon enseignante souhaite savoir pourquoi nous nous renseignons sur le profil de la classe en remplissant la *Fiche de renseignements généraux sur la classe*. Que dois-je lui répondre?
- Quand dois-je distribuer à mes élèves les *Formulaires de décharge de responsabilité* pour les photos, les vidéos et les dessins?

Si vous ne pouvez pas répondre à ces questions ou si vous vous en posez d'autres, prenez contact avec votre mentore, qui vous offrira son soutien et ses conseils.

### Sur la couverture verte



#### Les exercices pour bébé

À cette période de l'année, votre bébé Racines de l'empathie est très jeune. C'est le moment opportun pour lui présenter, ainsi qu'aux élèves, des exercices pour bébé.

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

Les exercices pour bébé aident les nourrissons à se détendre. Ils permettent aussi aux élèves de :

- Découvrir le bébé en observant sa manière de réagir aux exercices.
- Se faire une idée du tempérament du bébé (p. ex., première réaction).
- Observer l'attachement et « l'accordage affectif » (réponse sensible aux besoins du bébé) entre le parent et le bébé. Assurez-vous à l'avance que le parent est à l'aise pour faire la démonstration des exercices devant les élèves.
- Observer les réactions du bébé avec vous, l'institutrice, lorsque vous faites les exercices plutôt que le parent. Guidez les élèves dans leur observation en leur demandant par exemple : « Quelles différences y a-t-il entre les réactions du bébé face à moi et ses réactions face à son parent? » (expressions du visage, langage corporel, vocalisation). Cette question aide les enfants à observer l'importance de l'attachement et de l'accordage affectif entre parent et nourrisson.

Obtenez toujours l'autorisation du bébé avant de commencer les exercices. Faites observer le consentement du bébé (sourires, contact visuel, bras et jambes détendus, mains ouvertes) : vous permettez ainsi aux élèves d'interpréter les signaux envoyés par le bébé. Celui-ci est capable d'exprimer un « non » dès l'âge de 2 mois. Un bébé dit « non » par l'expression de son visage (en détournant le regard), en raidissant le corps et les membres ou en grognant. Si à un quelconque moment, le bébé résiste ou indique qu'il n'apprécie pas les exercices, vous devez vous interrompre. Par ce « message », les enfants sont informés que le bébé dit « non ». Il faut passer à autre chose pour respecter ce qu'il dit. En tenant compte ainsi de la volonté d'un nourrisson, vous indiquez aux enfants que vous les écoutez et les respectez eux aussi : vous leur envoyez le message qu'un enfant est une personne qui a des droits, tout comme le bébé Racines de l'empathie.



Lorsque vous faites des exercices avec le bébé, soyez en phase avec ses préférences. Certains bébés préfèrent des gestes, des sons et des mouvements fluides et doux, tandis que d'autres les préfèrent plus saccadés, énergiques et rapides.

Pour en savoir plus sur la manière de faire des exercices avec le bébé, consultez la section correspondante de votre *Guide des ressources à l'usage des institutrices*.

**L'empathie est la capacité de comprendre ce que ressent une autre personne.**



## L'action empathique



« Une fois où j'ai aidé mon amie qui était triste... Je jouais avec mes amies. Mon autre amie a demandé si elle pouvait jouer aussi, mais elles ont dit non. Alors, j'ai quitté la partie et je suis allée jouer avec elle. »

La démarche de Racines de l'empathie est universelle. Plutôt que de cibler et d'isoler les intimidateurs, les enfants agressifs ou les victimes de l'intimidation, nous faisons participer tous les enfants de la classe, y compris donc, les témoins accidentels et les curieux. Quel que soit le lieu d'enseignement, le programme donne aux enfants les moyens de lutter pour la justice et de dénoncer l'injustice, en particulier l'intimidation. Le dessin de Tabassum montre que les témoins involontaires et les curieux peuvent devenir les courageux défenseurs de la justice en refusant la cruauté et l'injustice.

Avec respect,

*Mary Gordon*

Mary Gordon  
Fondatrice et présidente, Racines de l'empathie



Roots of Empathy  
Racines de l'empathie