



Roots of Empathy
Racines de l'empathie

Chères familles bénévoles Racines de l'empathie,

Je suis vraiment ravie que vous ayez décidé de faire du bénévolat dans le programme Racines de l'empathie avec votre bébé. Lui et vous allez apporter de la joie et de l'espoir aux enfants à chaque cours. Grâce à votre participation, ceux-ci apprendront en profondeur comment les bébés se développent et apprennent, tout en découvrant leurs propres émotions et celles de leurs camarades de classe.

La pandémie a fait des ravages dans la vie des gens, en particulier dans celle des enfants vulnérables. Nous savons qu'en raison de la pandémie, l'anxiété et la dépression ont atteint des niveaux record chez les enfants du monde entier. Racines de l'empathie soutient la résilience des enfants en leur donnant la possibilité de parler de ce qu'ils ressentent et de se rendre compte qu'ils ne sont pas seuls. Les élèves participant au programme apprennent à demander de l'aide et à s'entraider.

Racines de l'empathie se fonde sur les rapports affectueux entre un parent et son bébé : ils sont à la base du développement de l'empathie. Grâce à votre bébé, les enfants de la classe où vous vous rendez vont acquérir une « littératie affective », car ils seront témoins des émotions de leur « petit prof » au cours de neuf visites mensuelles. Un instructeur ou une instructrice Racines de l'empathie formé(e) à cet effet apprendra aux enfants à reconnaître les signaux émotionnels de votre bébé et à se mettre à sa place. Cet apprentissage par l'expérience et une réflexion approfondie permettront aux élèves de mieux comprendre ce que les autres ressentent, même si ces derniers ne le disent pas. Cette façon de procéder donne également aux enfants les outils qui les aideront à comprendre et à reconnaître leurs propres sentiments (même les plus profonds et les plus troublants), puis à en parler; ils pourront ainsi acquérir une « littératie affective » et développer leur empathie.

Les recherches menées sur trois continents au sujet de Racines de l'empathie confirment l'impact du programme dans les domaines de la santé mentale et du bien-être, de l'apprentissage social et émotionnel et de la prévention de l'intimidation. Il est prouvé que les élèves qui participent au programme Racines de l'empathie sont plus attentionnés, plus serviables, plus inclusifs et plus gentils.

Puisque votre famille est intéressée par Racines de l'empathie, voici quelques détails qui vous aideront à comprendre votre rôle dans le programme au cours de l'année à venir :

- Le programme Racines de l'empathie se déroule du mois d'octobre à la fin de l'année scolaire.
- Votre « petit prof » et vous y participerez en vous rendant en classe environ une fois par mois, pour un total de neuf visites.
- L'instructeur ou l'instructrice Racines de l'empathie communiquera avec vous avant chacun des neuf thèmes pour vous indiquer les types de renseignements que vous devrez partager et les types de questions auxquelles vous pourrez vous attendre de la part des élèves. Par exemple, on vous demandera peut-être d'expliquer pourquoi votre bébé pleure et comment vous le calmez





Roots of Empathy
Racines de l'empathie

ou ce que vous, son parent, ressentez lorsque votre bébé acquiert une nouvelle compétence, comme le fait d'arriver à se retourner.

- Vous recevrez trois t-shirts de « petit prof » Racines de l'empathie, de tailles différentes; nous vous demandons de veiller à ce que votre bébé porte le t-shirt chaque fois que vous vous rendez en classe. Les élèves se souviendront ainsi que votre bébé est le « prof » et qu'il les aide à apprendre.
- À la fin de chaque leçon, l'instructeur ou l'institutrice s'assurera que vous avez été à l'aise pendant la visite et respectera toujours vos souhaits lorsqu'il s'agira de veiller à la sécurité de tous.

À titre de famille bénévole Racines de l'empathie, vous rejoignez des milliers d'autres familles bénévoles qui, avec leur bébé, aident les enfants à développer leur empathie. Pour en savoir plus sur Racines de l'empathie, nous vous invitons à visiter notre site Web (<https://frcan.rootsofempathy.org/>, en français) et à visionner les vidéos suivantes (en anglais) : [***Roots of Empathy***](#), [***BBC On Roots of Empathy***](#) et [***Empathy, more important than ever!***](#) Pour voir le développement de l'empathie en action, rendez-vous sur notre site Web; nous y mettons à votre disposition des vidéos contenant des informations utiles sur l'art d'être parent à l'époque actuelle. Vous trouverez ces vidéos sur cette page : <https://rootsofempathy.org/covid-19-resources/>.

En matière d'empathie, les rapports affectueux font les meilleurs enseignants; nous ne pourrions tout simplement pas offrir nos programmes sans l'incroyable générosité des familles Racines de l'empathie. Merci de partager notre mission de bâtir des sociétés humaines, pacifiques et empreintes de civisme par le développement de l'empathie chez les enfants et les adultes.

Avec reconnaissance,

Mary

Mary Gordon
Fondatrice et présidente, Racines de l'empathie

