

L'empathie chez l'enfant



Un enfant qui sait comprendre et en reconforter d'autres aura plus de facilités à se faire des amis et sera un meilleur ami qu'un enfant qui ne possède pas ces capacités. L'apprentissage de l'empathie est un élément crucial du développement social et émotionnel de l'enfant. L'empathie, c'est-à-dire la capacité à tenir compte du ressenti de l'autre, est au coeur de chaque interaction sociale efficace. Les parents et les autres adultes peuvent soutenir les enfants dans l'apprentissage de l'empathie.



Comment parents et enseignants peuvent-ils promouvoir un comportement empathique chez l'enfant ?

- **Faites comprendre aux enfants que les mots ou actes blessants ont un effet sur les autres.**

« Regarde comme Jessie se sentait quand tu l'as poussée. Tu sais comment ça fait quand quelqu'un te pousse. Aide-la à se relever, et on discutera ensemble du problème. »

« Bryce à l'air triste parce que tu as cassé la tour de briques qu'il était en train de construire. Aidons-le à reconstruire sa tour. »
- **Montrez clairement aux enfants quels comportements sont considérés comme positifs.**

« Je suis contente que tu aies aidé Martin à ramasser ses jouets. Je sais qu'il était content que tu l'aies aidé. On voit que tu es un bon ami ».

« Tu as vu que Sophia pleurait quand sa maman est partie, et tu lui as apporté un mouchoir et sa poupée préférée. Ca montre que tu faisais attention à elle ».
- **Faites vous-même preuve d'empathie.**

Eduquez par l'exemple : par vos preuves de gentillesse, votre façon de parler des problèmes des autres et votre respect pour les sentiments d'autrui, vous témoignez de l'importance de l'empathie. « Mme. Hanson doit être triste parce que son animal est mort. Allons voir si on peut lui remonter le moral ».
- **Fournissez aux enfants des occasions de travailler et jouer ensemble.**

Par des jeux et activités qui privilégient des comportement coopératifs, les enfants apprennent à tenir compte des besoins et sentiments des autres dans leur poursuite d'un but partagé. Par exemple, des jeux tels que une version coopérative de chaises musicales, ou des activités artistiques comme la création d'une peinture murale ou la construction d'une ville en briques, peuvent aller dans ce sens.



Freins au développement de l'empathie chez l'enfant

- **Des expériences précoces**

Un bébé qui n'a pas développé de liens forts avec ses parents, qui a subi des violences physiques ou qui a été sujet à une discipline sévère peut avoir du mal à tenir compte du ressenti d'autrui plus tard dans la vie. Il pourrait avoir besoin de plus de soutien pour développer ses capacités empathiques.
- **Les violences dans les médias**

L'exposition à des représentations de violences dans les médias (films, séries, jeux vidéos...) peut réduire la sensibilité des enfants au ressenti d'autrui. Les enseignants pourront suggérer des contenus sans comportements violents.

English Title: Kids Who Care



Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education