

FOCUS



Kit empathie

Aujourd'hui, découvrons un nouvel outil !

Le kit empathie est un ensemble de ressources pédagogiques conçu pour aider les enseignants à développer l'empathie chez leurs élèves. Il vise à renforcer les compétences psychosociales des élèves et améliorer le climat de classe.

cycle 1

cycle 2

cycle 3

Objectifs du kit empathie:

- Sensibiliser les élèves aux émotions et aux besoins des autres;
- Développer des compétences sociales et relationnelles (écoute active, respect, gestion des conflits);
- Encourager la coopération et réduire les comportements agressifs;
- Créer un environnement de classe bienveillant.

POURQUOI?

COMMENT?

Sa construction s'appuie sur les préconisations de Santé publique France qui recommandent de commencer par travailler les compétences intrapersonnelles (émotionnelles et cognitives) pour ensuite développer les compétences interpersonnelles (CPS sociales). Ce kit se décline en 3 volumes. Du volume 1 au volume 3, les CPS explorées sont de plus en plus complexes.



Et si vous testiez dans votre classe?

Dans tous les volumes, pour chaque compétence travaillée, nous retrouvons:

- Un éclairage scientifique
- Les bénéfices à travailler cette CPS en classe
- Des exemples d'activités à proposer aux élèves avec des ressources pour l'enseignant et des ressources à imprimer pour les élèves

Les +

- Temps de bilan: **retour réflexif** systématique en fin de séance
« Qu'avez-vous appris aujourd'hui à travers cette activité?... »
- Des pistes de différenciation
- Des activités pour tous les cycles
- Les ressources

Consulter le bilan de l'expérimentation des cours d'empathie à l'école [ici](#)



3 volumes:



Volume 1:

Compétences cognitives:

- Accroître sa compréhension de soi
- S'auto-évaluer positivement

Compétences émotionnelles:

- Accroître sa connaissance des émotions
- Accroître sa compréhension des émotions

Compétences sociales:

- Communiquer de façon constructive
- Communiquer de façon empathique



Volume 2

Compétences cognitives:

- Connaître ses buts personnels
- Renforcer son attention

Compétences émotionnelles:

- Identifier ses émotions
- Réguler ses émotions (agréables et désagréables)

Compétences sociales:

- Communiquer de façon efficace et positive
- S'affirmer par le consentement et le refus



Volume 3

Compétences cognitives:

- Atteindre ses buts et gérer ses impulsions
- Résoudre ses problèmes de façon créative et efficace

Compétences émotionnelles:

- Réguler son stress
- Exprimer ses émotions de façon constructive

Compétences sociales:

- Développer des liens et comportements pro-sociaux
- Résoudre des conflits de façon constructive et savoir demander de l'aide