



Racines de l'empathie est un programme scolaire fondé sur les résultats de recherches scientifiques qui s'avère efficace pour faire baisser le degré d'agressivité chez les élèves tout en faisant progresser leurs compétences sociales et affectives. Fondé en 1996, le programme vise à favoriser le développement de l'empathie chez les élèves de la maternelle à la 8e année (2e année du secondaire). Au Canada, l'enseignement est donné en anglais et en français, en milieu rural, urbain ou isolé, y compris dans des communautés autochtones. Racines de l'empathie existe aussi en Nouvelle-Zélande, dans l'île de Man et aux États-Unis.



Racines de l'empathie – Rapport sur les recherches 2009

Cadre de recherche

Les premières évaluations de l'efficacité du programme ont été réalisées après sélection de deux groupes d'enfants, l'un formé de classes participant au programme, l'autre de classes non participantes (groupe témoin). Ces deux groupes ont été appariés selon le niveau, le sexe des élèves et la composition ethnique. Tout le long de l'année scolaire, on a comparé l'évolution du comportement des élèves dans les deux groupes.

Le programme a aussi fait l'objet de deux études sur échantillon aléatoire, ce qui signifie que les classes participantes ne sont pas sélectionnées mais choisies de manière aléatoire. Cette règle d'or en matière de recherche garantit que les facteurs parasites connus et non connus sont répartis également entre les groupes.

Fidélité au programme

Le fait qu'un programme soit mis en œuvre à grande échelle et bien considéré n'implique pas pour autant qu'il ait des effets positifs et atteigne ses objectifs. Il est essentiel d'apporter un soin particulier à l'enseignement pour qu'il se rapproche le plus possible dans les faits de ce qui est voulu par le programme. Racines de l'empathie maintient cette fidélité au programme grâce à un suivi et au mentorat des instructrices et instructeurs.

Méthodes de recherche

Le principal objectif des recherches est d'évaluer les changements dans le comportement social des enfants Racines de l'empathie. Deux types de comportements ont été mesurés.

Tout comportement visant à aider une autre personne est considéré comme un **comportement prosocial** (partage, inclusion sociale, coopération).

Tout comportement visant à faire du mal, à causer une douleur physique ou psychologique est considéré comme de **l'agressivité**. L'évaluation porte sur trois types d'agressivité :

- Agressivité proactive : comportement agressif visant l'obtention d'une ressource (p. ex. un objet ou un privilège) ou dirigé vers un autre enfant dans le but avoué d'intimider ou de dominer celui-ci; elle est souvent assimilée à l'intimidation.
- Agressivité réactive : réponse généralement impulsive à une menace ou provocation perçue comme telle.
- Agressivité relationnelle ou sociale : mal fait aux autres en ayant recours à la manipulation ou en nuisant à leurs relations avec les pairs par la pratique de l'exclusion, du commérage ou des commentaires dans le dos.

Les conclusions sont tirées de mesures de type reconnu effectuées par les élèves et leurs enseignants et enseignantes. La compréhension sociale et affective, l'atmosphère en classe et la connaissance du rôle parental ont également été mesurées.



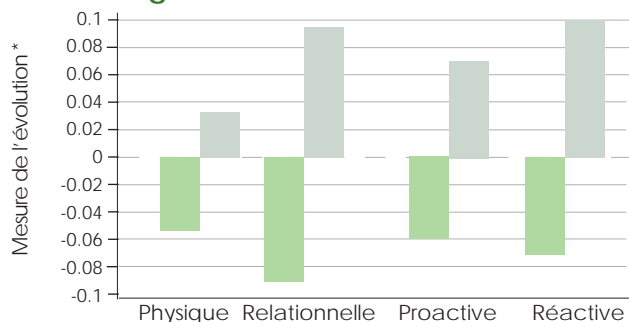


Recherches consacrées à Racines de l'empathie

Des chercheurs de l'Université de la Colombie-Britannique ont joué un rôle moteur dans les premières évaluations de Racines de l'empathie, sous la direction de Kimberly Schonert-Reichl. À partir de l'année 2000, son équipe a mené plusieurs études portant sur différents niveaux scolaires et populations. L'efficacité du programme a également été évaluée par des chercheurs de Enfants en santé Manitoba et de l'Université de l'Alberta.

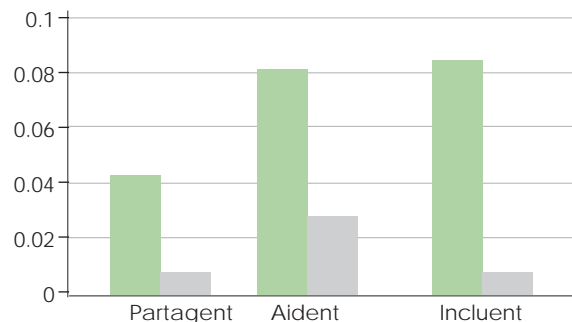
Résumé des conclusions tirées de l'évaluation des résultats

Conclusion principale no 1 : Diminution de l'agressivité



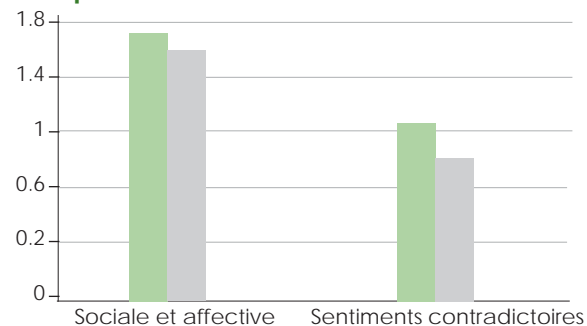
Les participants au programme Racines de l'empathie présentent une diminution de l'agressivité entre le pré-test et le post-test, tandis que l'agressivité augmente chez les enfants du groupe témoin.

Conclusion principale no 2 : Des enfants plus soucieux des autres



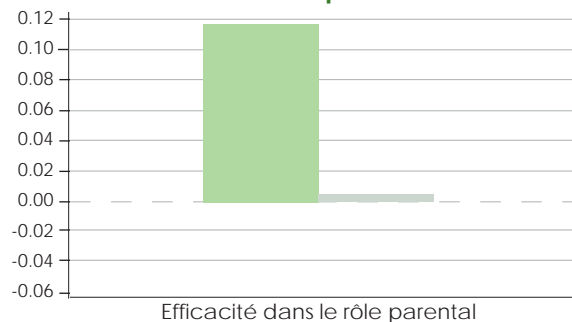
Les élèves Racines de l'empathie font part d'une augmentation importante des comportements prosociaux chez leurs camarades.

Conclusion principale no 3 : Meilleure compréhension sociale et affective



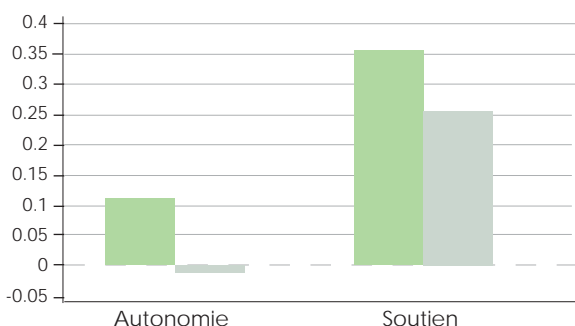
Les élèves Racines de l'empathie présentent une meilleure compétence sociale et affective que ceux du groupe témoin et comprennent mieux les sentiments contradictoires).

Conclusion principale no 4 : Meilleure connaissance du rôle parental



Les élèves Racines de l'empathie ont sensiblement plus de connaissances que les autres sur la façon d'aider les bébés et ont davantage confiance dans leur capacité d'être parent.

Conclusion principale no 5 : Classe perçue comme accueillante



Les élèves des classes Racines de l'empathie se sentent davantage soutenus par leurs camarades et enseignant, et plus autonomes, que les enfants du groupe témoin.

Conclusion principale no 6 : Résultats durables

En 2001, le comité ministériel pour Enfants en santé, au Manitoba, commande une étude aléatoire et une étude de cohorte portant sur le programme : les chercheurs concluent que l'agressivité a diminué et que les comportements prosociaux ont augmenté dans le groupe Racines de l'empathie immédiatement après la fin du programme, et que ces résultats se sont maintenus ou ont encore progressé pendant les trois années suivant la fin du programme.²

*Les mesures de l'évolution sont fondées sur différentes échelles de mesure des concepts. Pour en savoir plus sur les mesures et les échelles, adresser un courriel à research@rootsofempathy.org

« Le programme m'a permis de découvrir le côté sensible et bienveillant de tous mes élèves sans exception. J'ai pu en savoir plus sur eux dans un contexte d'apprentissage "non scolaire". Je serais ravie d'accueillir ce programme dans ma classe de nouveau et je le recommande chaudement à mes collègues. »

Une enseignante

Tendances dans les classes Racines de l'empathie :

- Jusqu'à 78 % des élèves ont plus de comportements d'aide
- Jusqu'à 74 % des élèves acceptent davantage leurs pairs
- Jusqu'à 71 % des élèves sont davantage capables de se mettre à la place des autres
- Jusqu'à 69 % des élèves partagent davantage
- Jusqu'à 65 % des élèves ont davantage de comportements prosociaux
- Jusqu'à 39 % des élèves présentent une diminution de l'agressivité sociale

Évaluations des résultats de recherches à ce jour :

Université de la Colombie-Britannique – Évaluation des 1^{re} à 3^e années (2000-2001)

Enfants en santé Manitoba – Étude aléatoire (2001 à 2004)

Université de la Colombie-Britannique – Évaluation nationale (2001-2002)

Université de la Colombie-Britannique – Évaluation rurale / urbaine (2002-2003)

Université de la Colombie-Britannique – Étude aléatoire (2003-2004)

Université de l'Alberta – Projet impliquant toute l'école (2006)

Université de l'Alberta – Projet relatif à la 1^{re} année (2006)

Université de la Colombie-Britannique – Évaluation des 5^e et 6^e années (2008)

« Dans les pays industrialisés comme dans les pays en voie de développement, on remédie généralement en priorité aux conséquences immédiates de la violence [...] Ces actions sont importantes et doivent être renforcées partout où cela est possible, mais c'est dans la prévention primaire de la violence qu'il faut investir bien davantage, c'est-à-dire dans des mesures qui empêchent que la violence survienne. »

Organisation mondiale de la santé (prévention)

Évaluations du programme Racines de l'empathie

Les chercheurs ont évalué non seulement les effets du programme sur les enfants mais aussi le curriculum Racines de l'empathie lui-même.

Université du Missouri St. Louis

Aux États-Unis, Marvin Berkowitz a passé en revue les programmes de formation du caractère. Selon le rapport de recherche, « Racines de l'empathie réduit les comportements antisociaux comme l'intimidation et d'autres formes d'agressivité, renforce les comportements prosociaux et favorise la compréhension sociale et affective. Il s'agit là d'objectifs de la formation du caractère. »⁴

Service des programmes d'études Canada

Racines de l'empathie est un programme recommandé de la maternelle à la 8^e année (2^e année du secondaire), qui favorise la compréhension du développement humain, de la diversité et du caractère unique de chaque être humain.

Institut d'études pédagogiques de l'Ontario (OISE)

Le curriculum Racines de l'empathie a été évalué par Carol Rolheiser et Debra Wallace de l'Institut d'études pédagogiques de l'Ontario, Université de Toronto. Selon elles, « le curriculum couvre complètement et également les cinq composantes essentielles de l'enseignement social et affectif (telles qu'énoncées par le CASEL*) : conscience de soi; conscience sociale; gestion de soi; aptitudes relationnelles; prise de décision responsable. »³

*CASEL : organisme américain de promotion de l'apprentissage social et affectif

« Racines de l'empathie apprend au monde à aider les autres davantage, à être plus gentil et pacifique. » Élève Racines de l'empathie de 6^e année

Signification des résultats

Apprentissage social et affectif

Les recherches dans ce domaine montrent que les élèves qui participent aux programmes d'apprentissage social et affectif comme Racines de l'empathie présentent, comparativement aux élèves qui n'y participent pas :

- des aptitudes sociales et affectives sensiblement meilleures
- un niveau de stress et de dépression moindre
- une meilleure opinion d'eux-mêmes, des autres et de l'école
- un meilleur comportement en société et en classe
- moins de problèmes de comportement et moins d'agressivité
- une meilleure moyenne générale et de meilleurs résultats aux tests de connaissances normalisés⁵

Agressivité

- Les enfants agressifs sont davantage à risques d'être associés plus tard à l'un des problèmes suivants : abus d'alcool, toxicomanie, accidents, violence, dépression, tentatives de suicide, violence conjugale et négligence et mauvais traitements infligés aux enfants.⁶
- L'agressivité est un facteur de risque connu en ce qui concerne les difficultés scolaires et la probabilité réduite d'obtenir un diplôme.⁷

Sécurité du nourrisson et prévention des mauvais traitements

Les élèves Racines de l'empathie apprennent aussi d'importantes notions concernant la sécurité des nourrissons. Dans les questionnaires individuels, 99 % des élèves Racines de l'empathie rapportent avoir appris qu'il est dangereux de secouer un bébé. Ils connaissent également plus de stratégies que les autres pour aider les bébés en pleurs et croient davantage en leur capacité d'être un bon parent.

1. Schonert-Reichl, K. A., Smith, V., Buote, D. et Jaramillo, A. (2007). « Relational and contextual considerations in the evaluation of a school-based social emotional competence promotion program », in B. Sokol (prés.), *Social interaction and the contexts of socio-moral development*. Symposium présenté à l'assemblée annuelle de la Société Jean Piaget, Amsterdam, Pays-Bas, (juin).

Schonert-Reichl, K. A. (2008). « The school-based promotion of children's social and emotional competence: Delimiting processes and mechanisms ». Conférence invitée, Zigler Center in Child Development and Social Policy, Université Yale, New Haven, Connecticut, (décembre).

2. Santos R. G., Chartier M. J., Whalen, J. C., Chateau D., Boyd L. « Effectiveness of the Roots of Empathy (ROE) Program in Preventing Aggression and Promoting Prosocial Behavior: Results from a Cluster Randomized Controlled Trial in Manitoba ». Affiche présentée à la Conférence sur les sciences comportementales (Banff Conference on Behavioral Sciences), Banff, mars 2008.

3. Rolheiser, C. et Wallace, D. (2005). « The Roots of Empathy Program as a Strategy for Increasing Social and Emotional Learning ». OISE.

Les élèves Racines de l'empathie apprennent comment se développe le cerveau d'un bébé. Presque tous les élèves (97 %) disent savoir qu'il est important pour la croissance du bébé et le développement de son cerveau que ce bébé soit aimé et qu'on prenne soin de lui.

Comportement prosocial

Les chercheurs ont découvert que l'importance du comportement prosocial des élèves de 3e année est un meilleur prédicteur des résultats scolaires cinq ans plus tard que ne l'est leur réussite scolaire.⁴

Conclusion

Jusqu'à présent, les effets de Racines de l'empathie sur les enfants ont été évalués jusqu'à trois ans après la fin du programme. Les résultats montrent une augmentation de la compréhension sociale et affective et des comportements prosociaux et une diminution de l'agressivité, comparativement aux enfants non participants. Les enfants deviennent plus soucieux des autres, qu'ils aident plus, ils sont plus gentils et ils se sentent davantage acceptés par leurs pairs. Par ailleurs, ils ont une meilleure connaissance du rôle de parent. À elles seules, ces qualités sont importantes; mais elles ont aussi des implications positives à plus long terme pour le bien-être futur des enfants.

Nos résultats suggèrent que Racines de l'empathie constitue un facteur protecteur contre l'agressivité et permet d'espérer qu'on enrayera un jour les cycles intergénérationnels de la violence et de l'exercice inadéquat du rôle parental. Les résultats des recherches sur l'efficacité du programme débouchent sur des conclusions invariablement positives, quels que soient les années d'études, les zones géographiques, les échantillons, les méthodologies et les sources de données.

4. Berkowitz, M. et Bier, M. (2005). « What Works in Character Education: A Research Driven Guide for Educators ». Character Education Partnership.

5. Payton, J., Weissberg, R., Durlak, J., Dymnicki, A., Taylor, R., Schellinger, K. et Pachan, M. (2008). « The positive impact of social and emotional learning for kindergarten to eighth-grade students ». CASEL.

6. Tremblay, R., Nagin, D., Séguin, J., Zoccolillo, M., Zelazo, P., Boivin, M., Pérusse, D. et Japel, C. (2004) « Physical aggression during early childhood: trajectories and Predictors ». *Pediatrics*, 114, e43-e50.

7. Vitaro, F., Brendgen, M., Larose, S. et Tremblay, R.E. (2005). « Kindergarten disruptive behaviours, protective factors, and educational achievement by early adulthood ». *Journal of Educational Psychology*, 97 (4) : 617-629.

8. Caprara, G., Barbarelli, C., Pastorelli, C., Bandura, A. et Zimbardo, P. (2000). « Prosocial foundations of children's academic achievement ». *Psychological Science*, 11 (4), 302-306.

Nous avons pour mission de bâtir une société plus humaine, pacifique et empreinte de civilité en cultivant l'empathie chez les enfants et les adultes.

Notre vision : changer le monde, un enfant à la fois.



Roots of Empathy
Racines de l'empathie

250 Ferrand Drive, Suite 800
Toronto, ON CANADA M3C 4B6
tel: 416-944-3001 fax: 416-944-9295
Charitable Number: 89643 4818 RR0001
Roots of Empathy is a registered trademark.
research@rootsofempathy.org
www.rootsofempathy.org