



# Centre International PhiloJeunes

## Fiche 15

### Travailler l'empathie pour réduire la violence

Auteurs : Michel Tozzi (texte principal),  
Jean-Charles Pettier (situations problèmes)  
Elisabeth Bussienne (références)

Février 2018

# Fiche 15 : Travailler l'empathie pour réduire la violence

## Fiche pour les enseignants-es et éducateurs-rices

La sympathie (étymologiquement « sentir avec »), au contraire de l'antipathie, est un sentiment qui nous rend, spontanément ou après plus ample connaissance, une personne agréable, attirante par son physique, son caractère, son comportement... Par distinction, l'empathie est la capacité de se mettre affectivement et/ou intellectuellement à la place de quelqu'un, pour comprendre ce qu'elle ressent et sa façon d'appréhender le monde. Elle n'est pas une simple identification avec la personne, car elle maintient notre différence. Les psychologues travaillent leur empathie, à la recherche de la bonne distance, assez près pour pouvoir comprendre, mais sans fusionner pour pouvoir aider. Elle est d'autant plus aisée que la personne nous est proche, nous ressemble, que nous avons vécu ou vivons des situations semblables à la sienne ; et d'autant plus difficile avec un inconnu, quelqu'un d'un autre milieu, d'une autre culture, que l'on comprend moins bien. Des clefs de compréhension de nos différences peuvent accroître notre capacité d'empathie, posture qui se travaille donc. L'empathie peut être affective (compréhension des sentiments) mais aussi cognitive (compréhension de ses idées, de sa vision du monde – ce qui ne veut pas dire forcément les approuver) : je me mets à la place de l'autre, mais tout en restant à la mienne (Lacan disait en effet : « Si je me mets à la place de l'autre, l'autre, où il se met ? »).

Nous faisons l'hypothèse que l'absence d'empathie d'un agresseur envers sa victime donne libre cours à sa violence, et ne produit guère de responsabilité vis-à-vis de ses actes, ou de culpabilité. Et qu'inversement la manifestation d'une empathie peut réfréner voire inhiber l'agressivité, rendre plus réflexive et éthique la conduite.

Il est certainement impossible de ressentir et comprendre exactement ce que ressent quelqu'un, être singulier entre tous et façonné spécifiquement par son milieu et sa culture. Les réactions des personnes à un même événement peuvent en ce sens être très différentes. Il reste que même si nous sommes originaux, nous ressemblons à d'autres par bien des aspects. L'empathie est un moyen de connaissance, même imparfait, des sentiments et de la vision du monde de mon semblable ; et par là un type de lien social qui favorise le vivre ensemble, en entraînant le respect et la bienveillance.

Le développement de l'empathie chez les jeunes est donc un enjeu dans la réduction de leur violence. On objectera que l'on peut aussi « comprendre » le bourreau, et pas seulement la victime, et que l'on peut s'identifier à des héros du mal ! Un des enjeux de l'éducation est précisément d'une part de proposer des identifications éthiquement souhaitables, sans tomber, ce qui n'est pas facile, dans une moralisation que rejettent les jeunes ; d'autre part de proposer des éléments de compréhension psychologiques et socioculturels des comportements humains, pour élargir sa capacité à appréhender ceux d'autrui. La littérature, et donc la lecture, est notamment un bon moyen de développer l'empathie avec des personnages pourtant différents de nous.

Nous proposons aux jeunes de donner des exemples d'empathie, dans la vie ordinaire ou dans le monde fictionnel. Puis de définir l'empathie, afin de la distinguer de la sympathie. Enfin d'envisager les conséquences

d'une attitude ou non d'empathie sur les conduites violentes... On peut aussi entrer dans la réflexion par des situations ou des cas. Ou par la littérature...

## Fiche pour les jeunes

T'est-il déjà arrivé, devant une situation difficile à laquelle est aux prises une personne, de te mettre à sa place ? Décris la situation, et ce que tu as ressenti.

Prends l'exemple :

- de jeunes qui se moquent d'un camarade en récréation.
- D'un échec à un examen.
- D'un concours sportif dans lequel la personne a beaucoup investi et n'a pas réussi.
- D'un abandon amoureux.
- De la trahison d'un ami, d'une personne proche.
- D'un accident, d'une maladie. D'un deuil...

Qu'est-ce qui fait que tu comprends ce que ressent la personne quand tu te mets à sa place ?

On appelle cela être en empathie avec une personne.

Peux-tu citer un cas de ces situations difficiles dans un album ou un roman que tu as lu ? Que comprends-tu du ressenti du héros devant son épreuve ?

Même question devant le héros d'un film.

Qu'est-ce que se mettre à la place de quelqu'un ? Comment cela se manifeste-t-il ?

Quand est-ce facile ? Prends l'exemple de quelqu'un de proche. D'une victime.

Quand est-ce difficile ? Et pourquoi ? Prends l'exemple d'un ennemi, d'un bourreau, d'un inconnu, de quelqu'un qui t'est indifférent...

Peut-on éprouver de l'empathie pour quelqu'un qui ne nous est pas sympathique ? Si c'est difficile, pourquoi ?

Quelle différence fais-tu entre la sympathie et l'empathie ?

Comment définirais-tu l'empathie ; être en empathie avec quelqu'un ?

Peut-on avoir de l'empathie pour un enfant qui vit à l'autre bout du monde et que l'on ne connaît pas, si par exemple il vient de vivre un tremblement de terre, s'il ne mange pas à sa faim, s'il vit dans un pays en guerre ? Pourquoi ?

Quelle conséquence cela peut-il entraîner sur les comportements d'avoir de l'empathie pour quelqu'un ? Pour un groupe ?

Imagine un agresseur qui éprouve de l'empathie pour sa future victime ?

Faut-il développer ou non le sentiment d'empathie chez les humains ?

Est-ce que cela peut ou non réduire la violence entre les hommes ?

Une meilleure connaissance d'autrui, d'un individu, d'un peuple, d'une culture peut-elle ou non développer le sentiment d'empathie ?

### Un cas :

Lors de son procès à Jérusalem en 1951, un haut responsable nazi, Eichmann, a tenté de fuir sa responsabilité d'avoir contribué à anéantir des milliers de juifs, en disant qu'il ne faisait qu'obéir aux ordres...

Penses-tu qu'il était en empathie avec ces juifs ? Les considérait-il encore comme des êtres humains ? Que penses-tu de son argument : j'étais un fonctionnaire zélé qui appliquait à la lettre les ordres que l'on me donnait ?

Est-ce qu'à ton avis, s'il avait eu de l'empathie pour les enfants qui partaient dans les camps de concentration, il aurait pu davantage réfléchir à la portée morale de ses actes ?

Quel est l'intérêt d'avoir de l'empathie envers des victimes ?

### Un autre cas :

Un chercheur, Milgram a demandé à des étudiants, prétextant une expérience en psychologie, d'envoyer des décharges d'électricité de plus en plus fortes sur certaines personnes. En fait c'était simulé, et les personnes étaient des comédiens qui criaient, ce qu'ignoraient les étudiants. La majorité des étudiants a continué à obéir à l'ordre d'augmenter les décharges, alors qu'ils voyaient les personnes se torturer de plus en plus de douleur.

Qu'est-ce que cet exemple prouve ? Comment se fait-il à ton avis que cette majorité d'étudiants ait continué à électrocuter les gens, alors qu'ils étaient libres d'arrêter ?

Pourquoi, à ton avis, une minorité l'a-t-elle refusé ? En quoi l'empathie a-t-elle pu les aider à résister aux ordres ?

## Situations problèmes

### Situation n°1

Dans cette classe, les élèves semblent ne pas s'entendre... Par exemple, Paolo n'apprécie pas du tout Claude : son air sûr de soi, ses jeux, sa façon de rire, de travailler en classe... rien ne va, quoi !

Pourtant, aujourd'hui, il s'est passé quelque chose de bizarre en classe : chacun devait écrire une chose importante pour lui, expliquer pourquoi, etc.

Puis la maîtresse lisait les textes sans dire qui l'avait écrit, et on échangeait dessus... Un des textes a touché Paolo : il était question d'un animal, le texte le décrivait, expliquait pourquoi il était si amusant, touchant... Paolo était très touché, cela lui donnait presque envie de pleurer... Il a appris ensuite que c'était le texte de... Claude ! Du coup, il a eu envie de...

### Question pour décrire

Quels sont les différents personnages de l'histoire ? Quelle est la situation de départ : dans la classe en général ? Pour Paolo ? ? Quel est l'exercice proposé par la maîtresse ? Que se passe-t-il alors pour Paolo ?

### Questions pour faire du lien

T'est-il déjà arrivé de changer d'idée sur quelqu'un ? Qu'est-ce qui t'a fait évoluer ?

T'est-il déjà arrivé d'être touché par un texte écrit par quelqu'un qui parlait de sa vie ? T'est-il déjà arrivé d'être touché par la situation de quelqu'un : dans ta famille ? Dans la rue ? Comment cela s'est-il passé ? Est-ce que cela t'a conduit à changer d'attitude à son égard ?

Lorsque tu as été touché, comment cela a-t-il fait à l'intérieur de ta tête, de ton corps ? Qu'est-ce qui change en réalité alors ?

### *Question pour faire des hypothèses, se prononcer*

Que penses-tu que Paolo puisse avoir envie de faire, à présent ? Si tu étais à sa place, ferais-tu quelque chose de différent avant et après la lecture de ce texte ?

À ton avis, le fait que la maîtresse n'ait pas au départ dit qui était l'auteur a-t-il pu changer la façon de voir de Paolo : à quoi ne faisait-il plus attention du coup ? Penses-tu que la maîtresse ait pu faire exprès de procéder de cette façon-là ?

### *Questions pour aller vers l'idée d'empathie (par comparaison, opposition, généralisation)*

Qu'est-ce que le prénom « Claude » a de particulier pour quelqu'un qui lit l'histoire ? Le fait que l'on ne sache pas si c'est une fille ou un garçon peut-il changer notre façon de ressentir cette histoire ? Que Claude puisse être soit une fille, soit un garçon, peut-il changer quelque chose au fait que Paolo puisse l'apprécier, le ou la comprendre ? Selon toi, est-ce que l'on comprend mieux les personnes qui sont du même sexe que soi ?

Paolo n'est pas un prénom « français » traditionnel : cela changerait-il quelque chose au problème de se comprendre si Paolo venait d'un autre pays, ou s'il était d'une autre culture que Claude, que s'il avait été éduqué en France, selon toi ?

On peut ressentir de l'empathie, de la sympathie, de l'antipathie... : as-tu des exemples qui nous permettraient de comprendre la différence entre ces trois mots ?

Est-il possible de ressentir de l'« empathie » pour quelqu'un qui n'est pas de la même culture que soi ? Est-ce que notre éducation peut changer, d'après toi, la façon dont on peut ressentir et apprécier quelqu'un ? Est-il important d'avoir de l'empathie pour les gens : cela pourrait-il poser problème parfois ? Peut-on parfois avoir « trop » d'empathie ? Selon toi, quelle serait la « bonne » façon d'avoir de l'empathie ?

Si tu devais tirer une leçon de l'histoire de Paolo, quelle serait-elle ?

### *Situation n°2*

Julien et Amel sont frère et sœur, et vraiment très différents. Julien semble ne pas du tout s'intéresser aux autres : il peut leur arriver n'importe quoi, il reste très « froid », il ne s'en soucie pas, il continue ses activités comme si de rien n'était, comme si les autres n'existaient pas...son indifférence peut parfois être gênante, voire problématique quand, par exemple ....

Amel est quant à elle toujours très touchée par ce qui arrive aux autres. Qu'une personne semble être inquiète et elle s'inquiète pour elle, s'en occupe, oublie tout ce qui la concerne au point parfois d'arriver en retard à ses rendez-vous, voire de les manquer. Son souci de se mettre à la place des autres peut parfois être gênant, voire problématique quand, par exemple....

Quand quoi ?

### *Questions pour décrire*

Quels sont les personnages de cette histoire ? Qu'ont-ils de semblable ? Qu'ont-ils de différent ?

### *Questions pour faire du lien*

As-tu un exemple d'une situation où une personne t'a semblé se comporter comme Julien ? Un exemple d'une situation où une personne t'a semblé se comporter comme Amel ?

T'est-il arrivé à toi aussi parfois de te comporter comme l'un ou comme l'autre ?

### *Questions pour faire des hypothèses, se prononcer*

Si tu devais choisir, préférerais-tu avoir un ami ou une amie comme Julien ou comme Amel ? Si tu pouvais choisir, préférerais-tu être comme Julien, ou comme Amel ? Penses-tu que tes amis ou amies préféreraient que tu sois comme Julien ou comme Amel ?

À ton avis, pourquoi l'indifférence de Julien peut-elle être gênante ou problématique : pour les autres : qui ? Aussi pour lui ? As-tu un exemple d'une situation où l'indifférence de Julien devient un vrai problème pour les autres ? Un exemple où elle serait problématique pour lui ?

À ton avis, pourquoi l'attitude de Amel peut-elle être gênante ou problématique : pour les autres : qui ? Aussi pour elle ? As-tu un exemple d'une situation où l'attitude de Amel devient un vrai problème pour les autres ? Un exemple d'une situation où elle serait problématique pour elle ?

### *Question pour aller vers l'idée d'empathie (par opposition, comparaison, généralisation)*

Si tu devais essayer de trouver une limite à la façon d'être de Julien, quelle serait-elle selon toi (il peut être indifférent, mais pas si...) ?

Si tu devais trouver une limite à la façon d'être de Amel, quelle serait-elle selon toi (elle peut être touchée pas les autres, mais pas au point de...) ?

Si on imaginait que Julien et Amel aient un autre frère et une autre sœur :

- un frère qui ne serait pas du tout comme il faut être selon toi, du point de vue de l'empathie. As-tu un exemple d'un comportement qu'il aurait ?

- une sœur qui est exactement comme il faudrait être selon toi, du point de vue de l'empathie. As-tu un exemple d'un comportement qu'elle aurait ?

À l'aide des exemples de Julien, d'Amel, de leur frère et de leur sœur, pourrais-tu essayer de décrire la façon dont il faut être « empathique », selon toi ?

Si tu devais apprendre à quelqu'un à avoir cette empathie, comment t'y prendrais-tu ?

## Documentation pour accompagner la réflexion

**Dole, Antoine.** *Naissance des cœurs de pierre.* Actes Sud, junior, août 2017.

On utilisera le début du roman, page 5 à 9 jusqu'à : « Tu verras, c'est une libération ».

1 – Que sait-on du monde dans lequel vivent Jeb et sa mère, Niline ? (Faire la différence entre ce qui est sûr parce qu'explicite dans le texte, et ce qui relève de l'hypothèse interprétative).

2 – Que peut-on dire de la relation entre la mère et le fils ?

En tenant compte de ce que vous venez de répondre et des autres indications fournies par le texte, quelles hypothèses pouvez-vous faire sur la différence entre adultes et enfants dans ce monde ?

3 – Jeb doit « entrer dans le Programme » et sa mère l'emmène pour cela chez un « préparateur ». Une partie des autres enfants de son âge ont déjà rempli cette formalité. D'après l'ensemble du passage, quelles hypothèses peut-on faire sur ce qu'est ce Programme, son but ? Quel regard, plutôt positif ou plutôt négatif, portez-vous sur ce « Programme » tel que vous l'avez compris ?

4 – Le « Programme » a pour rôle d'effacer les sentiments et les émotions : plus de disputes ni d'agressivité entre les humains, plus non plus d'amour, d'amitié, d'empathie, juste une indifférence polie. Diriez-vous comme Niline que « c'est une libération » ? Pourquoi ?

## CRÉDITS ET REMERCIEMENTS

Correction et la mise en forme, Claudine Bédard et Catherine Audrain.

Validation du matériel, les élèves, leurs enseignantes et enseignants des établissements scolaires membres de PhiloJeunes au Québec et en France.

### Mention légale

Édition maison

Droits réservés - Centre International PhiloJeunes. NEQ – 1171679906.

Toute reproduction, en totalité ou en partie, est sous autorisation seulement et devra faire mention des auteurs et référer le Centre International PhiloJeunes. Toute copie ou reproduction des logos est strictement interdite.

### Notes

Ce document est en processus de validation, toutes personnes intéressées à se joindre au projet PhiloJeunes sont priées de contacter Catherine Audrain :

[catherine.audrain@philojeunes.org](mailto:catherine.audrain@philojeunes.org)

[www.philojeunes.org](http://www.philojeunes.org)

Une formation PhiloJeunes est requise pour participer aux projets.