

## L'empathie

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir.

Au préalable, un travail a été initié en classe sur les émotions et le cerveau.

Objectif séance 1 :

- Comprendre ce qu'est l'empathie.

Durée : 55 min

Matériel : affiche pour les réponses, post-it.

Déroulement :**1. Activité d'accroche : lecture BD (mallette NAH livret 3/le groupe/séquence 2)**

5 min - Questions :

- « Que ressent Emma ? »
  - « Que ressentez-vous ? »
  - « Grâce à quoi ressentez-vous ces émotions ? »
- ⇒ **L'empathie.**

**2. Comprendre l'empathie : visionnage d'un documentaire sur l'empathie (mallette NAH livret 4/les émotions/séquence 3).**

[nonauharcelement.ac-versailles.fr/wp-content/uploads/sites/189/2020/01/Séance-1\\_1.mp4](http://nonauharcelement.ac-versailles.fr/wp-content/uploads/sites/189/2020/01/Séance-1_1.mp4)

20 min - Questions :

- « Qu'est-ce que vous avez retenu, qu'est-ce que vous pouvez dire sur l'empathie ? »
- « Comment se manifeste-t-elle ? »
- « Quelle est la différence entre la compassion et l'empathie ? »
- « Que faut-il faire pour être empathique ? »
- « Pour vous, est-il important de travailler sur l'empathie à l'école ? Pourquoi ? »

**3. Reconnaître les émotions des autres : activité (mallette NAH livret 3/le groupe/séquence 3)**

15 min - *Phrase au tableau + post-its (en groupe ou individuel)*

- Ecrire au tableau la phrase « Bonjour, je m'appelle ..., je suis en classe de ..., à l'école de Bréval. »
- Ecrire sur un post-it chacune des émotions suivantes : joie, tristesse, colère, surprise, peur, énervement, fierté.

Consigne : « Maintenant, vous allez tirer au sort une émotion. Vous allez ensuite exprimer la phrase du tableau en fonction de l'émotion que vous avez tirée au sort. »

Les autres élèves doivent deviner cette émotion.

**4. Trace écrite :**

- « Qu'est-ce qui vous a permis de reconnaître les émotions exprimées ? »
- « Pourquoi est-il important d'être attentif aux émotions d'autrui ? »
- « Qu'est-ce que l'empathie ? »

L'activité est issue de La mallette NAH : <https://nonaharcelement.ac-versailles.fr/la-mallette/>