

Danemark : dans les écoles les cours d'empathie sont obligatoires

Posté le [30 août 2016](#) par [Frédérique dumont](#)



Danemark : dans les écoles les cours d' empathie sont obligatoires

Ressentir et comprendre les émotions de son entourage : tel est le but de ces cours uniques au monde... dont la France et d'autres pays devraient s'inspirer.

Pour qu'un gamin ait toutes les chances de s'épanouir, l'apprentissage de la lecture, de l'écriture et des mathématiques est quelque chose d'indispensable. Mais ça ne suffit pas. Il en faut beaucoup plus pour être bien dans ses baskets et dans sa tête. Et ça, les Danois l'ont bien compris :

ce pays est le seul au monde où les écoles enseignent l'empathie ! Et si c'était ça le secret du territoire le plus heureux du monde ?

D'après le [Larousse](#), l'empathie est définie comme « *la faculté intuitive de se mettre à la place d'autrui, de percevoir ce qu'il ressent.* » Autrement dit, l'empathie désigne la capacité des gens à écouter les autres et à comprendre leurs sentiments.



Danemark : dans les écoles les cours d'empathie sont obligatoires

C'est cela qu'apprennent les jeunes Danois de 6 à 16 ans, à raison d'une heure de cours par semaine, et ce depuis une loi de 1993.

Alors, bien sûr, l'empathie ne s'enseigne pas comme on enseigne la grammaire ou la règle de trois. Il n'y a pas de méthode ni de devoirs à rendre. Mais ça s'enseigne quand même.

Lors de ces cours, les élèves sont tout simplement invités à communiquer, à écouter et à échanger entre eux. Par exemple, pour trouver une solution commune à un problème ou alors pour partager un gâteau qu'ils ont fait ensemble.



Ça n'a l'air de rien mais ces moments précieux forgent les enfants pour toujours. Or, par les temps qui courent, ce n'est pas un luxe, c'est juste essentiel.

Une étude menée par [l'université du Michigan](#), démontre en effet que les collégiens d'aujourd'hui sont beaucoup moins empathiques que ceux des années 1980 et 1990.

Raison invoquée ?

L'explosion du narcissisme et le règne du « Moi, je. »

Conséquence de ce renfermement sur soi : selon cette étude, 1/3 des

collégiens seraient déprimés...



Danemark : dans les écoles les cours d'empathie sont obligatoires

Source : [Shutterstock](#)

Apprendre à un enfant à ressentir les émotions de son entourage ne fait donc pas uniquement du bien à l'entourage, mais aussi à l'enfant en question : être empathique augmente ses chances de devenir un adulte heureux, épanoui et équilibré.

Pour conclure, c'est au moins aussi important qu'un cours d'anglais, de mathématiques ou de grammaires!

Si le Danemark trône à la première place des pays les plus heureux de la Terre, ça ne doit rien au hasard. Notre ministère de l'Éducation nationale pourrait en prendre de la graine, non?

Source : [/positivr.fr](#)