

« L'atelier Psycho »

ou

« Atelier d'interrogation collective »

S'interroger sur ce que peut ressentir l'autre

Jeannine Duval Héraudet

À la suite du psychanalyste Jacques Lévine, l'AGSAS¹ a proposé des dispositifs nommés d'une manière globale « Ateliers de réflexion sur la condition humaine », et parmi ceux-ci, « l'atelier philo² » et « l'atelier psycho ».

Dans « l'atelier Philo », l'enfant ou l'adolescent s'affirme, parle en son nom, tout en se positionnant, selon les termes de Jacques Lévine, comme « une personne du monde qui se pose des questions qui concernent tous les humains³ ».

Dans « l'atelier Psycho », le sujet est invité à « se mettre à la place d'un autre », à s'identifier à lui, ce qui renvoie au concept d'empathie⁴, et à s'exprimer en passant par un écrit individuel. Ces dispositifs sont complémentaires. Selon le contexte dans lequel il est proposé, « l'atelier psycho » est parfois renommé par certains, par crainte des représentations négatives qui peuvent être attachées au mot « psycho » et des résistances qui peuvent en découler : « Atelier d'interrogation collective ». Certains intervenants l'incluent sous le titre général « Groupe de parole ». D'où l'importance de clarifier d'emblée auprès du groupe ce qui va être mis au travail.

S'il est tout à fait possible et intéressant de les proposer dans d'autres contextes, ces ateliers ont été conçus à l'origine pour être pratiqués dans le cadre scolaire. En cours, c'est l'enseignant qui parle et les élèves qui écoutent ou qui répondent aux questions que pose cet enseignant. Selon la conception de ces ateliers, la parole des élèves tient une place prépondérante, dans un renversement de situation et un changement de place dans le discours.

Lors de ma longue expérience de formatrice, j'ai proposé une mise en œuvre des « ateliers psycho » à des éducateurs spécialisés en formation initiale, mais aussi à des enseignants du secondaire. Avec les premiers, je m'étais proposé, entre autres thèmes, d'aborder quelques médiations possibles auprès des usagers qu'ils avaient pour tâche d'accompagner. Il s'agissait, auprès des seconds, de stages de formation continue ayant par exemple pour intitulés : « Construire une ambiance de classe propice au travail », « Améliorer la relation aux élèves », « Gestion des élèves en

¹ « Association des Groupes de Soutien au Soutien », ou « Balint enseignants ».

² On peut voir sur ce site le texte qui lui est consacré. (51- « L'atelier de philosophie »).

³ *L'enfant philosophe, avenir de l'humanité ?* 2008, Jacques Lévine (dir.), ESF.

⁴ Selon la définition qu'en donne Carl Rogers, « l'empathie est la capacité à se mettre à la place de l'autre comme si on était cet autre, mais seulement comme si ». Je me réserve de questionner ce concept à la fin de ce texte.

difficulté », « Relation à l'élève - Connaissance de l'adolescent », « Gestion des conflits », « Travail en équipe ». Certains participants ont expérimenté ce dispositif auprès de leurs élèves pendant l'intersession. Ils ont pu ainsi en rendre compte ensuite auprès du groupe de formation, et les exemples présents dans ce texte sont extraits de leurs témoignages.

Quels sont les objectifs d'un « atelier psycho » ?

Cet atelier vise un changement de posture du sujet, en lien avec les autres. Or, le changement, ce n'est pas facile. Les conseils, suggestions et contraintes n'y peuvent rien si le sujet n'a pas lui-même décidé de changer. Le regard de l'autre, pair ou adulte, porté sur soi, ce qu'il renvoie, sont toutefois des leviers puissants de ce changement (l'estime de soi passe par l'estime de l'autre). Lorsque le sujet peut constater quel écho ont ses propres paroles dans un groupe, ce même groupe joue la fonction d'un miroir, déformant il est vrai, mais ce miroir permet le changement.

Les objectifs de « l'atelier psycho », comme ceux « de l'atelier philo », peuvent se décliner ainsi :

- Penser (affirmer ses capacités de penser, éventuellement les découvrir).
- Se penser inscrit dans un groupe, penser sa présence parmi les autres.
- Être en ré-appartenance dans un groupe.
- Développer la capacité d'identification et d'empathie, la capacité de rencontre avec les autres (découvrir que l'on est semblable et différent des autres, y compris lorsque l'on s'exprime à partir de la parole des autres ou en reprenant leurs mots).
- Articuler l'imaginaire de chacun et le symbolique de la parole, en faisant exister du tiers.

Le dispositif

Il est très simple.

Il se fait en groupe.

Il prévoit un passage par un court écrit individuel.

L'intervenant propose à chaque participant de « se mettre dans la peau de quelqu'un d'autre », à partir d'une question : « Qu'est-ce que peut ressentir quelqu'un qui... ? »¹

Un petit papier est donné à chacun.

1^{er} temps (Moment d'introspection)

Chacun est invité à réfléchir un moment, tout seul et en silence.

Chacun écrit sa réponse sur son papier, d'une manière anonyme, en commençant sa phrase par : « Il... ».

Il est annoncé qu'il n'y a pas d'obligation d'écrire.

¹ J'ai pour ma part transformé cette question en « Qu'est-ce que peut ressentir quelqu'un qui... ? ». Personne n'est dans la tête de l'autre et il ne s'agit que d'hypothèses. Je me réserve de reprendre ce point plus loin.

Les papiers sont pliés en 4, ramassés, mélangés. (En plus de renforcer l'anonymat, s'y ajoute ainsi un aspect ludique).

2^e temps (Moment d'écoute de l'expression de chacun)

L'intervenant lit les papiers, l'un après l'autre (en respectant l'anonymat au cas où certains auraient écrit leur nom).

3^e temps

Les participants expriment leurs ressentis et s'expriment par rapport au dispositif.

4^e temps

Dans le cadre scolaire, l'intervenant peut taper l'ensemble des réponses à l'ordinateur, photocopier la feuille et la distribuer aux élèves pour un rangement dans un classeur (spécifique ou non).

Dans un autre contexte, il est important de s'interroger et de décider de la manière dont on conserve ou non ces réponses.

Quelques exemples de thèmes possibles (parmi bien d'autres) :

« Que peut ressentir quelqu'un... »

1. ... qui a du mal à apprendre ?
2. ... qui a toujours de mauvaises notes ?
3. ... qui se sent exclu ?
4. ... qui arrive pour la première fois dans un groupe ?
5. ... qui est (un garçon – ou une fille) et qui tombe amoureux(se) ?
6. ... qui est vieux ?
7. ... qui a « la haine » ?
8. ... qui s'attaque aux plus faibles ?
9. ... qui cherche toujours à être le plus fort ?
10. ... qui se croit moche ?
11. ... qui veut toujours avoir raison ?
12. ... qui se croit plus intelligent qu'un autre ?
13. ... qui est sans papiers ?
14. ... qui n'a pas d'ami ?
15. ... qui cherche toujours à se faire remarquer ?
16. ... qui est SDF ?
17. ...qui est né de deux parents qui n'ont pas la même religion ?
18. ...qui a un mode de vie très différent de celui de l'école ?
19. ... qui est le souffre-douleur ?
20. ...qui arrive dans une ville nouvelle ?
21. ...qui va se présenter pour la première fois à un travail ?
22. ...dont c'est le premier jour de classe dans une nouvelle école ?
23. ...dont c'est le premier jour de travail ?
24. ... qui n'a pas de portable ?
25. ... qui passe son temps à jouer sur Internet ?
26. etc.

Tous ces thèmes se rattachent en eux-mêmes à l'universel de la condition humaine.

Quand faire un « atelier Psycho » ?

Dans le cadre scolaire, l'heure de vie de classe, par exemple, est propice pour cette activité. C'était le moment choisi lors de la création de ces ateliers. Toutefois, certains enseignants choisissent de le proposer lors des dix dernières minutes de leur cours.

Dans un autre contexte, le moment est choisi en fonction de la disponibilité du plus grand nombre.

L'importance des rituels

Jacques Lévine affirmait : « L'atelier de psychologie prend sa place au même titre que le cours de maths ou de français. Il s'installe dans la classe avec un certain rituel. Les enfants et les adolescents l'attendent, le demandent. C'est à cette condition que son impact sur le groupe pourra se produire et que pourra se développer le changement dans ce même groupe¹. »

Ceci reste vrai, quel que soit le contexte dans lequel il va être proposé. On pourrait dire de même du « Quelque chose à dire » ou de tout autre dispositif. Un outil a besoin d'être proposé à des moments définis et à intervalles réguliers.

Quelques comptes-rendus de séances en formation d'adultes

Il m'a paru intéressant de relater quelques séances, en intégralité ou en choisissant quelques extraits, afin de rendre compte de ce qui peut se jouer dans un tel atelier.

Le premier exemple correspond à un atelier proposé à douze enseignants de collège, lors d'une formation « Travailler en équipe ». Je rapporte ici l'intégralité de ce qui a été exprimé. L'objectif était bien d'inviter à la compréhension de ce qu'un collègue peut vivre, de créer ou de renforcer le lien entre les professionnels, comme un éventuel étayage réciproque face à la difficulté.

Le thème choisi était : *Que peut ressentir un enseignant qui a été insulté par un élève ?*

- De la colère - De l'injustice - Il peut être blessé - Se questionner : « Qui est insulté » ? Le prof, sa fonction ou l'être humain, sa personne ? - Pourquoi en arriver à l'insulte ?
- Tout dépend de l'insulte, et de l'élève qui la profère. Si l'insulte est « généralisante » (ex : « Quel(le) con(ne) et émise par un élève connu comme étant en conflit avec tous les adultes, voire camarades, et violent verbalement, je ressentirais simplement un besoin de le recadrer. Je pourrais juger mon rôle d'enseignant (dialogue, information, sanction, etc.) sans être affectivement touchée. Si l'insulte est plus ciblée (« salope », « pervers », « sale bourge », « sale blanc/blanche », « égoïste », etc.) et vient d'un élève de qui ce n'est pas attendu, j'éprouverais d'abord de la colère, parfois violente, de la déception, et ensuite seulement je pourrais jouer mon rôle de cadre et vecteur.
- Avant l'insulte ; conflit avec l'élève. Donc le professeur est déjà dans un certain état de tension, même s'il essaie de ne pas le montrer. L'insulte crée alors « un blanc », un paroxysme qui déstabilise intérieurement et auquel il faut cependant répondre. Après un moment de silence qui semble long, on se reprend, je me reprends et explicite ce qui se passe. « Qu'es-tu en train de faire ? Tu es en train d'insulter le professeur, de m'insulter et j'estime ce comportement totalement inacceptable qui mérite l'exclusion du cours ». Je demande le carnet de l'élève, je prépare une feuille d'exclusion que je donne à l'élève qui accompagnera l'élève en question. Ensuite, le cours reprend normalement et le problème sera réglé ultérieurement. Essayer aussi de rationaliser pour se sentir moins atteint. A qui va l'insulte ? – A la fonction du prof ? – A la personne ?

¹ *L'enfant philosophe, avenir de l'humanité ?* 2008, Jacques Lévine (dir.), ESF, p. 147

- L'enseignant ressent de la colère, d'abord, car il se sent attaqué en tant que personne. Puis de la tristesse car il croit que son travail n'est pas reconnu. Ensuite, il a envie de réagir alors il se pose, cherche à s'apaiser, à trouver les ressources nécessaires pour comprendre et veut des explications, en rappelant la règle (appel au « tiers »). 3 phases : - Colère – tristesse – réaction vers l'apaisement : il intellectualise l'émotion et cherche le dialogue
- D'abord un choc, une atteinte personnelle face à laquelle il a envie de répondre immédiatement. Puis il se dit qu'il ne devrait pas réagir avec violence... Mais parfois, c'est plus fort que lui (Il a envie de mettre une gifle à l'insolent, mais se retient !) – donc il va hausser le ton, crier (tout en sachant que ce n'est peut être pas la bonne réaction). Parler sous l'effet de l'indignation lui est pénible. Il quitte la salle de classe pour se calmer dans le couloir, et revient devant le groupe ensuite. Là, en essayant de poser sa voix, il a deux possibilités : Il continue son cours (en décidant de régler le problème à la fin de l'heure) ou alors il prend le carnet de l'élève pour y mettre une remarque (Il rédigera le rapport à l'administration ultérieurement).
- Il ressent de la surprise tout d'abord par rapport à une situation exceptionnelle. Il se sent agressé. Il se sent seul. Il pense ne pas être à sa place, ne pas comprendre la situation dans l'instant présent. Il se remet en question, cherche à analyser la situation, doute de sa pratique.
- Si l'insulte est publique (classe) on peut ressentir de la honte. On ressent de l'étonnement, une certaine douleur (comme si on recevait un coup/une gifle), de la colère contre l'élève (Envie de lui répondre de la même façon). On peut se demander ensuite ce que l'on n'a pas su gérer pour en arriver là (ou ce qui a amené l'élève à réagir ainsi, s'il n'est pas en général agressif). On peut aussi relativiser (pour certains élèves l'insulte est presque « naturelle »).
- Un enseignant qui a été insulté par un élève ressent une transgression de son autorité, un malaise vis-à-vis des autres élèves (Je n'ai pas su tenir, montrer quelle est ma place), un besoin de rétablir son autorité, parfois cela peut aller jusqu'à un sentiment de haine / à l'élève qui a proféré l'insulte. Si c'est un parent qui a proféré l'insulte, les sentiments sont différents, peut être plus modérés. Le sentiment de difficulté pour reprendre ensuite l'élève « insulteur » (Comment ça va se passer à la prochaine séance ?). Les sentiments sont variables selon le contexte. Se sentir désavoué.
- (Icône « tristesse »). Surprise au premier abord. – Pourquoi ? Qu'est-ce qui a amené l'élève à employer ce langage ? Quelles suites à donner à ce débordement ?
- L'enseignant peut ressentir tout d'abord de la surprise s'il ne s'y attendait pas. Par contre, si le conflit avait déjà débuté avec cet élève, l'enseignant pouvait y être préparé et là c'est plutôt un sentiment de déception et c'est un échec. Si l'insulte a été faite en présence d'autres élèves, l'enseignant peut ressentir de la honte.
- Il se sent sali par l'insulte. – Il ressent de la colère au début contre l'élève comme personne. – Son impuissance lors du conflit – La nécessité « d'effacer » / réparer ce qui a été fait (l'insulte) - Le besoin d'être reconnu par d'autres comme ne correspondant pas à l'insulte. Un besoin de revalorisation de soi.
- Un enseignant qui a été insulté par un élève ressent : - Une agression envers lui, d'où de la colère, de l'humiliation peut-être – Un besoin de réagir vis-à-vis du groupe-classe qui est spectateur, témoin, d'où une idée d'urgence – L'enseignant insulté a été mis en défaut.

Ce même thème a été proposé à des enseignants de quatre autres collèges et d'un Lycée professionnel. Voici quelques-unes de leurs hypothèses.

- Humiliation, tristesse, blessure narcissique – Honte, sentiment d'être sali, sentiment de ne pas avoir été à la hauteur – Sentiment de l'ingratitude des élèves – Colère – Honte.
- Il s'interroge sur ce qu'il a bien pu faire pour « mériter » cela – Il le prend contre sa propre personne et ça lui fait mal.

- Déception : l'intérêt qu'il porte aux élèves, et le temps qu'il consacre pour ses élèves n'est pas reconnu par ses élèves eux-mêmes. – Stress, peur : de perdre sa crédibilité, autorité auprès de la classe.
- De la haine - De l'injustice - De la colère - De l'incompréhension - De la surprise - De la déception.
- Sentiment d'attaque personnelle – Perche tendue pour dialoguer – Colère – Sentiment d'échec, frustration – Envie de comprendre le processus – Envie d'oublier, de ne pas « relever » pour ne pas donner d'importance – Envie de s'arrêter, d'arrêter le cours, la journée – Agir sur l'instant déclencheur – Sentiment d'être souillé(e), dégradé(e), rétrogradé(e), poussé(e) dans un rôle qu'on ne veut pas endosser
- Surprise, déstabilisation, humiliation, fatigue, stress intense, difficulté à reprendre le cours. Je ressens de l'injustice – Après-coup, aller parler avec l'élève afin qu'il s'excuse, ce que j'ai fait, et j'ai encaissé donc l'insulte, pris sur moi le différend pour aller plus pacifiquement avec l'élève insultant. Donc, désir de rétablir positivement la situation.
- Une dévalorisation – Une blessure personnelle – Un sentiment d'incompétence – De la colère – Une négation de lui-même et de son autorité.
- De la colère – Qu'est-ce qu'il a dit pour mériter cela ?
- Une atteinte personnelle et une remise en cause/question : Pourquoi en est-on arrivé là ? – Le besoin d'en parler à ses collègues (de préférence ceux avec lesquels il s'entend bien).
- L'enseignant a mal, il est offusqué, les mots ne sortent pas. Cela dure quelques secondes. Puis la colère monte, il va prendre la parole, la voix tremblante, et réclamer le carnet pour faire une exclusion de cours. La rage au ventre et les larmes aux yeux, il va écrire le mot et faire sortir l'élève.
- Se sent non respecté – De la distance (si possible) ; de la tristesse ; de la colère ; de l'humiliation (surtout s'il n'a pas pu « gérer » la situation) ; une agression qui le vise lui ou ce qu'il représente (c'est différent).
- Une perte de confiance en lui, l'angoisse de ne pas connaître les raisons qui ont fait naître les insultes – De la douleur de ne pas savoir faire, d'être en dehors du groupe.
- Un sentiment d'échec, d'impossibilité à communiquer – Il se sent dépassé. Il réfléchit à qui s'adresse réellement l'insulte – Le sentiment que l'élève s'est mis en tort car il a fait quelque chose d'interdit par la loi.
- La peur – peur que les mots se transforment en acte – le rejet – la colère – l'injustice.
- De la colère, et en même temps de la tristesse – de l'incompréhension, de l'impuissance – il est désabusé – blasé, dépité – choqué. Il appelle au secours.
- Il est en colère - Il peut avoir peur - Il se demande comment il pourra à nouveau travailler avec cet élève.
- Il se sent : Déçu : il n'a rien fait pour mériter cela ! - Impuissant : il ne peut pas l'insulter à son tour ! - Perplexe : quelle est la raison ?
- Il se sent seul. Il a besoin d'être épaulé par la hiérarchie pour que l'offense soit « réparée ». Il est important pour lui de pouvoir s'appuyer sur ses collègues et sur l'institution.
- L'insulte peut viser l'individu ou la fonction, et la réaction ne sera pas la même. L'état de santé physique ou mental déterminera souvent la réaction de l'enseignant.
- Il est blessé dans un premier temps, remis en question, mis en position de faiblesse face au groupe qui regarde et écoute. Il se sent seul.
- Il ressent - le besoin de reprendre le dessus, de reprendre « la main » sur l'insulteur - Le besoin de réparation devant le groupe, de rétablir son autorité - Un besoin de recréer du calme car l'élève qui dépasse les limites verbalement est souvent hors de lui et ne se maîtrise plus ou au contraire provoque. La forte pression du milieu où un enseignant insulté est forcément un mauvais enseignant.

- L'enseignant se sent agressé, défié – Il ressent de la peine et se remet en question – ou – S'il a beaucoup d'expérience, il se retient (et le pense très fort dans sa tête) de l'insulter à son tour.
- Remise en question personnelle « Qu'ai-je fait pour mériter cette insulte ? » - Remise en question de l'élève : « Qu'est-ce qui va pas chez cet élève ? » - Responsabilité « Je dois faire quelque chose, je ne dois pas laisser passer ça » - Tristesse/colère/frustration ... et... « pauvre élève », « petit con » ...

Quel que soit le thème spécifique de la formation, il est indispensable pour un enseignant de s'interroger sur les difficultés de ses élèves et sur la relation avec ceux-ci. Il est intéressant de constater les hypothèses formulées par des enseignants de collège, lorsque la situation est inversée telle que dans la question : « *Que peut ressentir un élève qui a insulté un professeur ?* ».

- C'est sorti tout seul... Il comprend tout de suite qu'il n'aurait pas dû. Il a peur des sanctions, de se faire « gronder » en classe et chez lui. Mais c'est trop difficile de s'excuser devant tout le monde, alors il ne le fait pas et prend un air « rebelle ».
- Colère, injustice, haine, mépris, incompréhension du professeur, pas d'autres possibilités de communiquer, pas d'autre issue.
- L'élève ressent un mal-être, il réagit de cette façon car il ne voit plus comment se faire comprendre autrement. Il doit regretter d'être allé trop loin dans les paroles.
- Sur le moment, j'étais content d'avoir laissé échapper ces paroles ; mais très vite j'ai pris conscience de ce que je venais de dire. J'ai ressenti du regret, mais je ne voulais pas « perdre la face » devant les autres et je n'ai pas osé m'excuser devant mes camarades.
- Il n'y a que deux manières de se rehausser par rapport aux autres : Soit on fait mieux qu'eux, soit on le rabaisse. Ici, c'est la deuxième solution. Je pense néanmoins que c'est l'expression d'un contentieux plus ancien qui ressort à ce moment. Il y a aussi l'influence des médias (insultes à l'arbitre, invectives à l'assemblée nationale, etc.). Ce qu'il ressent ? Je l'ignore...
- Sur le moment, il se sent très fort, plus fort que le professeur. Selon la réaction de celui-ci, il peut ressentir plusieurs choses : S'il est sanctionné, remis à sa place, il peut penser qu'il mérite la sanction et l'accepter ; si le professeur fait comme s'il n'avait pas entendu, il se demande ce qu'il faudra qu'il dise une autre fois pour le faire réagir. il peut être très angoissé. Il ne sait plus où est la limite ; si le professeur « ne tient pas le choc », s'effondre, il peut être très angoissé et coupable. ...Ou bien « c'est comme à la maison » ... Il peut être déçu, perdu...

Au cours des échanges qui suivent cet atelier, il est dit qu'il serait intéressant de proposer le même thème aux élèves : les points de vue des différents protagonistes d'une situation. (C'est d'ailleurs ce qu'ont fait deux des enseignantes pendant l'intersession de la formation).

Quelques séances avec des élèves

« *Que peut ressentir un élève qui perturbe les cours ?* »

(Classe de 6^e)

- Un élève qui perturbe les cours ressent de la tristesse.
- Il perturbe les cours pour qu'on s'intéresse à lui ou qu'on s'occupe de lui.
- Il devrait dire dans sa tête « Je devrais pas faire à sinon j'aurais des punitions ».
- Cet élève est excité, anxieux, perturbé, désorienté.
- Un élève qui perturbe les cours ressent de la honte.
- Un élève qui perturbe les cours a des problèmes parce qu'il n'arrive pas à se concentrer.

- Un élève qui perturbe les cours ne ressent presque rien car il est habitué à les perturber.
- Un élève qui perturbe les cours cherche qu'on s'intéresse à lui et veut que le cours devienne un cirque.
- Un élève qui perturbe les cours ressent de la colère et de la joie.
- Il ressent : MRD !!
- Un élève qui perturbe les cours ressent qu'il a le droit de tout faire sans autorisation.
- Il ressent qu'on ne s'intéresse pas à lui, qu'il s'ennuie.
- Un élève qui perturbe les cours se sent énervé après avoir été grondé par le professeur. Il se sent trahi par ses camarades.
- Il ressent de l'amitié quand les autres rigolent. Il ressent de la colère ou de la tristesse quand il se prend des mots dans le carnet.
- Un élève qui perturbe la classe ressent qu'il fait n'importe quoi à chaque heure de cours. Je suis un ancien perturbateur de cours.
- Ça fait rire, c'est amusant et puis c'est entre la classe et les autres perturbateurs. Ça montre qu'on n'a pas peur du professeur.
- Un élève qui perturbe les cours ressent qu'il n'est pas intéressé par les autres ou qu'il n'est pas apprécié.
- L'élève ne veut pas travailler et veut devenir voyou.
- Je suis un élève qui perturbe la classe, parce que le prof de..., il m'a fait « Soit tu travailles, soit tu vas taper le fer à l'usine ».
- Un élève qui perturbe les cours ressent de l'indifférence envers ceux qui sont perturbés, il ressent de l'indifférence envers le cours qu'il ne peut écouter et il ressent de l'étonnement et de l'injustice lorsqu'il est puni. Pourtant, au fond de lui, il sait qu'il a tort.
- Un élève qui perturbe les cours ressent une angoisse, il est énervé ou fatigué. Il ne se sent pas bien où il est. Il n'aime pas les gens qui l'entourent.
- Un élève qui perturbe les cours ressent qu'il est malhonnête et qu'il fait arrêter la classe entière.
- Un élève qui perturbe les cours ressent ne pas être intéressant, que le professeur ne s'occupe pas de lui, alors il fait n'importe quoi, il se sent intéressant, on s'occupe de lui.

À partir d'un fait relaté dans la consultation de classe, une enseignante a proposé ce thème à deux classes de 5^e, en SEGPA. Voici quelques-unes des réponses obtenues, suite à la question :

« Que peut ressentir un élève à qui tous les jours on prend un aliment dans son plateau ? »

- C'est pénible pour lui. Il va se sentir mal.
- Je suis stressé pour aller au collège car je me dis : « Ils vont recommencer ». J'ai peur que ça recommence ».
- Il sera dégoûté.
- Ben, il a pas de chance, surtout si c'est tous les jours. Il a moins de nourriture.
- Je ressentirais pas grand-chose, mais on paie pas la nourriture pour les autres personnes.
- Je pense qu'il en aurait marre et qu'il irait voir la CPE ou un surveillant pour dire ce qu'ils font tous les jours.
- L'élève ressent de la haine ou de la tristesse, ou il ressent de la peur, alors ils va laisser faire.

- Je le tape parce que c'est pas lui qui paye, c'est mes parents, ou je lui dis qu'il me repasse ce qu'il m'a pris.
- Je suis en colère.
- Il ressent de la colère, il en a marre.
- Je me sentirais mal et impuissant face aux autres. Et de la colère.
- Je ressentirais de la haine, une colère.
- Il se sent mal.
- Il se sent menacé dans la cantine. Je serais pas content. Je verrais tous les autres manger et moi je pourrais pas manger ce que je voulais, ça serait injuste.
- Il peut pas manger tranquille. S'il rouspète, il se fait taper.
- Je vais le dire aux surveillants.

Remarques de l'enseignante : Ils ont fait cet atelier très sérieusement. La manière dont on présente ce dispositif au départ est très importante.

Une enseignante témoigne : « J'ai proposé à des 6^e juste avant les vacances de février : « Que peut ressentir un élève qui est gêné par le bruit dans la classe pendant le cours ? », puis j'en ai proposé un autre le jour de la rentrée. La question était : « Que peut ressentir un élève qui a des bonnes notes ? ». J'ai constaté que les élèves le réclament et l'attendent. Ils ont même exprimé : « Quand est-ce qu'on se mettra à la place d'un professeur qui ressent quelque chose ? »

Face à la même demande, deux enseignantes ont proposé deux thèmes successifs : « Que ressent un élève quand il n'est pas écouté ? », puis, lors de l'atelier suivant : « Que ressent un prof quand il n'est pas écouté ? »

C'est aussi la démarche qu'a adoptée cette enseignante, les élèves de 5^e faisant preuve de lucidité mais s'autorisant aussi à de l'humour. Ceci nous informe sur les bonnes relations qui existaient sans doute avec ce professeur d'allemand, et sur le fait qu'il ne s'agissait pas d'un premier « atelier psycho » !

« *Que peut ressentir un professeur qui corrige un devoir à la maison bâclé ?* »

- Il ressent de la colère ; le professeur est déçu, car les élèves n'ont pas assez suivi en classe pour pouvoir avoir une bonne note.
- Il ressent de la tristesse, il s'inquiète.
- Il ressent une envie de la déchirer, de la brûler et de redonner quelques dernières cendres scotchées sur une feuille avec un 0/20 en riant méchamment OU de la remettre dans son sac en écrivant une observation peu appréciée par les élèves et un 0,5/20.
- L'ÉNERVEMENT ! Mais aussi, il est content : il met « 0 » à tout le monde et c'est réglé...Il lance son bureau par la fenêtre. Il fait du yoga pour se calmer. Il va lire. En gros, il est énervé !!
- Le professeur ressent qu'il a fait apprendre sans faire apprendre, que ses élèves se la coulent douce. Il pense que sa classe n'avancera pas. Il est déçu de mettre des mauvaises notes, qu'il les fait travailler pour rien. Il n'a pas envie de corriger le travail.
- Le professeur peut avoir un sentiment de honte, de colère ou/et de désespoir. Je pense qu'il doit être déçu (aussi) de cette élève. S'il y en a plusieurs, peut-être qu'il peut péter un plan B.
- Il est en colère car il est sûr que ses élèves auraient pu avoir une bonne note s'ils avaient réfléchi.
- De l'énervement parce que les élèves ne travaillent pas et que ça sert à rien de leur expliquer le devoir.

- Un professeur qui corrige un devoir à la maison bâclé pense que les élèves en ont rien à ... et qu'il perd son temps à préparer le devoir.
- Le professeur pense que l'élève est débile et qu'il n'aime pas l'Allemand parce qu'il trouve que c'est ennuyeux.
- Il ressent de la colère et une envie de tuer ses élèves un par un.
- Il est énervé car c'était à la maison. Il veut le déchirer ou ne pas le corriger ou mettre zéro. Il se dit que l'élève aurait pu faire mieux car il aurait pu chercher chez lui. Il veut mettre une baffe à l'élève et lui crier dessus ; il n'en croit pas ses yeux.
- Le professeur est déçu de voir le mauvais travail des élèves en sachant qu'il (elle) leur a expliqué et voit que c'est un peu comme du temps perdu (les explications).

L'enseignante ajoute un commentaire : « Les élèves connaissaient leurs mauvais résultats. Je leur avais rendu le travail deux jours avant la consultation, sans commentaire ni correction - en leur annonçant que nous en parlerions plus tard. Ils voyaient, bien entendu, que je n'étais pas très contente des résultats !

Concernant le « Plan B » : ils me connaissent bien ! J'avais effectivement prévu de les refaire travailler sur le devoir – en classe cette fois-ci, avec une fiche d'aide. »

Dans le même esprit, ce professeur d'anglais a proposé à ses élèves de 3^e : « Que peut ressentir un professeur quand il constate que la moitié des élèves n'a pas fait son travail ? ». On retrouve chez ces jeunes de la compréhension pour le prof, des processus d'identification entre élèves, de l'humour, et même des conseils à l'enseignante, voire un petit message très personnel quant au stress de celle-ci !

- De la colère.
- Qu'il a travaillé pour la moitié de la classe, ça peut être vexant de travailler pour rien pour l'autre moitié.
- Oh my God !
- Il est énervé et ça lui fait beaucoup d'oublis à écrire sur les carnets.
- De la haine, de la colère.
- Il est énervé.
- Il a envie de nous taper.
- Il n'est pas content.
- Il ressent de la joie de mettre un mot pour faire punir les élèves. Ça sert à quoi que vous donniez du travail ? Et les élèves vont se faire gronder par leurs parents.
- Il serait énervé.
- Si j'étais à sa place, je serais en colère.
- Énervé et en colère. Il doit ressentir que ceux qui n'ont pas fait leurs exercices sont des idiots.
- Il ressent de la colère et il s'en prend aux élèves.
- Il ressent de la colère mais on est en France et l'anglais ça sert à rien.
- Il est excité, dépassé, furieux, énervé.
- Il rigole intérieurement et extérieurement il pète un plomb.
- À mon avis, il a envie de prendre une hache et de découper tous les élèves, d'en faire du hachis et de revendre à Findus dans le but de faire de nouvelles lasagnes toujours plus délicieuses.

- Il est vexé, il a travaillé pour rien (mais j'ai l'impression que depuis le retour d'Angleterre vous êtes souvent énervée).
- Il doit être énervé mais je ne mettrais pas des heures de colle pour ça.

Il n'est pas possible de retranscrire ici davantage de séances, mais au cours de nos rencontres en formation, les enseignants ont témoigné d'un certain nombre d'autres thèmes qui ont obtenu des réponses particulièrement intéressantes. Parmi ceux-ci citons : « Que peut ressentir un élève qui est gêné par le bruit pendant les cours ? », « Que peut ressentir un professeur qui aimerait faire progresser la classe et qui sent que certains élèves lui sont hostiles ? », « Que peut ressentir un élève qui se sent (à juste titre ou non) mal aimé d'un professeur ? »

Les effets constatés par quelques animateurs de cet atelier¹

Des constats généraux

D'une manière générale, les enseignants ont déclaré avoir été très surpris par la richesse des productions de leurs élèves, qu'ils ont qualifié « d'analyses très fines ». Les hypothèses de compréhension avancées (y compris à propos des ressentis possibles des enseignants) les ont surpris agréablement.

Quant aux élèves « ils ont écouté ce que chacun avait écrit, dans un silence absolu ». « Dans les classes les plus terribles, il y a un silence incroyable, de la 6^e à la Terminale... ». « Il ont été très étonnés par ce qu'ils ont produit puis entendu ».

Quels ont été les effets constatés sur les élèves ?

« Cela a un effet de développement des capacités de réflexion de l'élève, de l'écoute de soi et de l'autre, d'ouverture à l'autre, d'acceptation de cet autre dans sa différence, de respect de cette différence. »

« C'est la possibilité offerte pour chacun d'exprimer ses affects, ses ressentis, ses émotions. »

« Cela participe à une meilleure affirmation de soi, confiance en soi, estime de soi, parce qu'on se regarde dans le miroir de l'autre. »

« J'ai appris qu'il ne fallait pas prendre des thèmes trop « brûlants » (encore que l'on ne sait jamais où l'on met les pieds !). Tout ce qui suscite une émotion trop forte ne permet pas de prendre la distance nécessaire pour être empathique. La question était ce jour-là : "Que ressent quelqu'un dont le meilleur ami est dans le coma ? " C'était aller trop loin car trop précis et c'était ce que vivait un élève. Il aurait été plus prudent peut-être de formuler : " ...qui a un ami qui est très malade". »

F. « J'avais proposé en classe de 3^e, et donc avec des adolescents de 15 ans environ : "Que ressent quelqu'un qui se sent isolé dans la classe ? ". Ça a super bien fonctionné. Des mots forts sont sortis : suicide, exclusion, invisible, ne pas exister malgré tout ce qu'on fait pour exister, transparent, haine, le vide. J'ai senti ensuite que les trois adolescents isolés commençaient à se sentir mieux dans la classe. A. a presque dit merci le même soir. Elle a dit : « Ah, ce soir, ça va mieux... J'ai compris que si je n'allais pas vers les autres, ils ne viendraient pas vers moi. » ; J. est revenu sur sa place à la maison, dans sa fratrie. Il a dit qu'il arriverait bientôt à dire à sa mère qu'il n'avait pas eu la moyenne en anglais. J'ai fait faire ensuite un texte sur

¹ Ces réflexions et notes ont été partagées lors de la deuxième session et après expérimentation du dispositif par un certain nombre de participants, auprès de leurs élèves.

l'autobiographie (c'est au programme). Je pense que cela a fait lien ? Pour moi, cela a été une expérience éprouvante car certains ont livré des choses très dures. »

« Chez les enfants comme chez les adultes qui l'expérimentent, on trouve des 'Je', 'Il', 'Elle', 'On'... ».

« Par l'existence de ces seules 10 mn, quelque chose bouge... Il a existé un espace pour faire bouger des positionnements parfois figés, répétitifs, d'échec, etc. ».

« J'ai proposé un premier "atelier Psycho" : "Que ressent quelqu'un qui se fait toujours remarquer ? " parce que c'était le cas en effet de quelques élèves dans la classe. À ma grande surprise, j'ai constaté que dès le cours suivant, personne ne cherchait plus à se faire remarquer. »

« "L'atelier Psycho" permet de prendre une nouvelle place dans la classe, même si c'est anonyme... L'élève lui-même peut être amené à modifier ses représentations en écoutant les autres. »

Il est souligné que se répètent des ressentis de honte et d'impuissance de la part des élèves. Si l'enseignant a « le pouvoir » des mots sur le carnet, les élèves, face au rejet, au sentiment de leur peu de valeur, de ne pas être écoutés, entendus, expriment souvent leur impuissance.

Quels ont été les effets constatés sur le groupe ?

« Alors qu'avant, nous co-animions les ateliers avec une collègue, l'avant dernière année j'ai travaillé en solo. Au conseil de classe, il a été constaté : 'C'est fou ce que cette classe a changé'. J'avais raconté aux élèves, en septembre, une rencontre estivale sur la plage avec un jeune garçon, Jacques, qui était inquiet pour sa rentrée scolaire. J'ai évoqué à haute voix le fait qu'il devait être en classe actuellement. Nous sommes partis ainsi pour le premier atelier Psycho : « Que peut ressentir Jacques aujourd'hui ? »

« La classe en est modifiée, lorsqu'ils ont vécu cela... ».

« Cela fait partie des outils de ré-appartenance à un groupe qui devient progressivement suffisamment bon... ».

« Faire exprimer le ressenti du ressenti de quelqu'un d'autre, cela crée des liens dans la classe. »

« Cela permet le règlement d'un certain nombre de conflits dans le groupe classe. »

« On constate chez les élèves la fierté d'appartenir à cette classe » (L'atelier devient un miroir déformant positivement de leur classe).

« Cela aide à la construction et à l'amélioration des liens entre les élèves. »

« Nous avons pu remarquer que lorsque l'atelier de psychologie, ou l'atelier de philosophie, est proposé à la classe immédiatement après qu'un incident s'y est déroulé, les élèves s'emparent alors de ces espaces pour dire ce qu'ils pensent de l'incident et quel que soit le sujet de l'atelier. A ce moment-là, il vaut mieux utiliser un autre outil (Un dispositif de régulation de classe par exemple). »

Et l'intervenant dans tout ça ?

« Si l'adulte a la responsabilité de poser le cadre (énoncé du dispositif), il en est aussi le garant. »

« En tant qu'adulte, nous devons accepter de nous taire un moment pour laisser place à la parole des élèves. »

Certains ont repéré qu'ils ont éprouvé quelque difficulté à ne pas intervenir en tant qu'enseignant.

Face à ces témoignages encourageants, certains enseignants qui n'avaient pas osé se lancer, ont décidé de tenter l'expérience avec leurs élèves ou bien en échangeant une de leurs classes avec un collègue, pendant le temps de l'atelier.

Quelques réflexions à propos du concept d'empathie

Joseph Rouzel rappelle que l'origine grecque du mot « empathie » est *pathos*, qui signifie maladie¹. Il souligne également que ce terme est fortement imprégné d'idéaux religieux, de compassion, voire de charité. Alors que ce concept est très souvent utilisé dans les métiers de l'éducation et de l'aide, Joseph Rouzel met également en garde contre le poids intrusif d'un fantasme fusionnel, entraînant une relation de dépendance du côté d'un aidé (ou d'un élève) et un risque de suggestion inconsciente du côté du professionnel. C'est la critique qui est souvent formulée à l'égard du concept d'empathie, bien que Carl Rogers ait pris la précaution d'en préciser les limites : « L'empathie est la capacité à se mettre à la place de l'autre comme si on était cet autre, mais seulement comme si ». L'identification imaginaire à l'autre doit buter sur des limites symboliques.

Nous pouvons soutenir que dans cet atelier, le cadre posé et la confrontation issue des paroles de chaque-un jouent ce rôle de tiers symboliques.

Une autre question s'impose à la réflexion : pouvons-nous vraiment ressentir ce que ressent l'autre ? On ne pense qu'à partir de soi. Nous écoutons l'autre à travers nos filtres et nos représentations, à partir de ce que nous avons appris, y compris grâce à l'expérience de notre vie, à partir de ce que nous en avons fait, donc de ce que nous avons reconstruit. C'est pourquoi la même situation peut résonner d'une manière très différente en chaque participant d'un groupe. Nous sommes des sujets irrémédiablement séparés, des êtres différents, et c'est ce qui fait la richesse d'un groupe. Les témoignages précédents, en provenance des animateurs, le mettent bien en évidence.

Lorsque la question posée touche le sujet, un « Je » lui échappe, malgré la consigne de l'anonymat. Nous pouvons cependant soutenir que cette transgression du cadre posé : « quelqu'un qui... », a permis à ces sujets d'exprimer ce qui les encombrait, ce qui pouvait les faire souffrir, et qu'ils ont pu être entendus par leurs pairs, et enfin, d'être éventuellement d'être mieux acceptés, car personne n'a été dupe...

Roger Muchielli, de son côté, définissait l'empathie comme une synthèse de la décentration (sortir de soi et de son propre système d'opinions ou de valeurs, gage d'objectivité) et de l'implication (participation à un vécu étranger à soi). Il ajoutait qu'il s'agit d'une attitude spéciale envers autrui constituée par :

- La présence, au sens psychologique fort.
- L'attention centrée sur ce qu'éprouve affectivement l'autre.
- L'effort de compréhension de ce qu'il exprime en excluant l'entraînement affectif personnel (amour, sympathie, hostilité, antipathie) autant que le jugement.

¹ Joseph Rouzel, 2020, *La relation d'aide en éducation spécialisée*, Dunod, p. 195.

Il précisait que c'est un acte par lequel un sujet sort de lui-même pour comprendre quelqu'un d'autre sans éprouver pour autant les mêmes émotions que l'autre, une sorte de sympathie froide, la capacité de pénétrer dans l'univers subjectif de l'autre tout en gardant son sang-froid et la possibilité d'être objectif.

Qu'est-ce que cette « sympathie froide » ? Elle exclut tout ce que la théorie psychanalytique a démontré de l'importance du transfert entre deux sujets. En effet, nous ne pouvons rencontrer l'autre qu'en étant touché par lui, donc, en éprouvant des émotions, et celles-ci sont toujours liées à notre propre histoire.

Prendre en compte toutes ces réserves possibles n'annule pas pour autant, à mon avis, l'intérêt de cet atelier.

J'ai été très intéressée par une conférence donnée le 31 mars 2017 à Hyières, par le psychologue Omar Zanna, qui interrogeait : « Le sens de l'autre s'enseigne-t-il ? ». Il avait rencontré en prison des jeunes qui avaient entre 16 et 18 ans, et il avait pu constater chez ceux-ci une absence de responsabilité morale. « J'ai été puni, ça suffit ».

De nombreuses études concernant les sujets violents mettent en évidence que ceux-ci ne s'interrogent pas sur ce que ressent l'autre qu'ils frappent, insultent, humilient. Cet autre est mis en place d'objet sur lequel leurs pulsions violentes se déchargent. Frapper quelqu'un c'est frapper quelque chose (quand on a pété les plombs). L'enfant ou l'adolescent violent a une très mauvaise perception des émotions des autres. Pour lui, c'est souvent comme dans les jeux vidéo, il y a de la violence et on se relève ensuite. Dans la violence conjugale, c'est un peu ce qui se joue aussi. Celui qui a frappé s'excuse souvent après.

Omar Zanna regrettait le fait que ni la société, ni le système juridique français ne créent pas toujours les conditions de la prise de conscience des dommages pour les autres et même pour soi. Il insistait enfin sur la nécessité de différencier :

- La compassion qui est le mauvais côté de la sympathie.
- La sympathie qui entraîne la contagion.
- L'empathie qui demande du travail.

L'émotion doit aussi être apprivoisée. La capacité d'empathie n'est donc pas innée. Elle se construit, grâce à l'environnement éducatif. Certains sujets n'ont pas connu des circonstances favorables pour cette construction. Il est donc important de proposer des situations sous forme ludique afin de construire, consolider ou restaurer le sentiment d'empathie chez chacun.

« L'atelier psycho », comme les dispositifs qui prennent en compte et valorisent la parole de chaque sujet au sein du groupe, participe de cette construction de soi et du lien avec un autre à la fois semblable et différent de soi.