

La Communication Non Violente

Résoudre ses conflits sans violence

Interventions au Collège / Lycée de BORA BORA

Année 2021

Contexte

- La violence verbale et /ou physique est aujourd'hui trop présente au collège.
- Il est parfois difficile pour les élèves de trouver leur place, de gérer leurs émotions et de savoir comment bien réagir en cas de conflits.
- La communication fait parfois défaut dans les familles.

Objectifs du projet

- Développer la Communication Non Violente (CNV) auprès des jeunes de BORA BORA
- Apprendre à résoudre ses conflits sans violence et de manière autonome en utilisant le message clair.
- Apprendre à délivrer un message qui exprime ce qu'un comportement donné éveille comme sentiment pour soi.
- Développer l'empathie
- Donner une structure simple de phrase pour apprendre à l'employer dans des situations désagréables afin d'éviter d'entrer dans un engrenage de la violence.
- Le message clair est utilisé comme technique de prévention et résolution de petits conflits à l'école. Il s'agit d'un échange verbal (basé sur la Communication Non Violente) entre deux élèves en relation duelle visant à la résolution de conflits entre pairs.**

Compétences ciblées

- **Compétences du B.O. :**

- Le respect d'autrui :

- ✓ S'estimer et être capable d'écoute et d'empathie

- Identifier et partager des émotions et des sentiments :

- ✓ Identifier et exprimer en les régulant ses émotions et ses sentiments

- **Compétences du socle commun :**

- Domaine 1 : les langages pour penser et communiquer

- ✓ Comprendre, s'exprimer en utilisant la langue française à l'oral et à l'écrit

- Domaine 3 : la formation de la personne et du citoyen

- ✓ Expression de la sensibilité et des opinions, respect des autres

Ce que nous dit Eduscol...

Ressources EMC

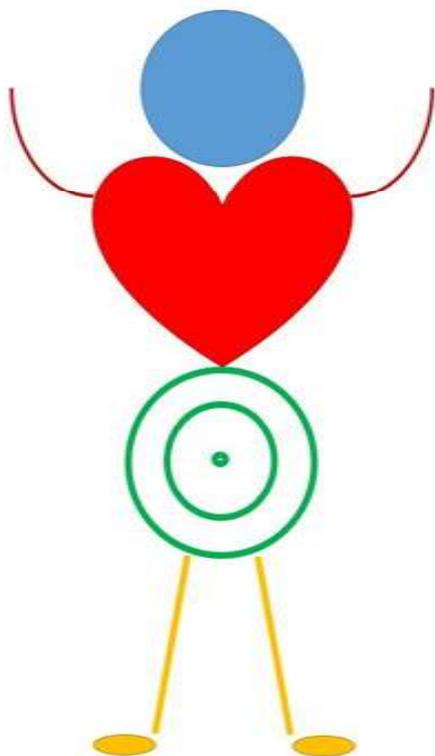
Le message clair est une technique de prévention et de résolution des petits conflits à l'école.

- « Promu au Québec par Danielle Jasmin dans la mouvance de la pédagogie Freinet, le message clair peut se définir comme **un échange verbal entre deux élèves en relation duelle visant à la résolution de petits conflits entre pairs.** »
- « Il peut se dérouler **en classe, dans la cour de récréation** ou dans le cadre des conseils d'élèves : la « **victime** », qui se reconnaît explicitement comme telle, exprime ses sentiments, ses émotions et verbalise ainsi la souffrance ressentie ; l'« **agresseur** », identifié par la victime comme source du malaise ressenti, apprend à tenir compte par **empathie** du point de vue d'autrui et du préjudice causé. »
- « Le message clair vise donc à orienter la discussion vers la **résolution non-violente de petits différends**, à désamorcer de petits conflits entre pairs, dans un esprit de responsabilité, de respect mutuel et de construction de l'autonomie. À ce titre, il apparaît comme un outil pertinent pour **améliorer le climat scolaire** dans le premier degré. »

Le message clair et la communication non violente

Le message clair est une déclinaison simplifiée des pratiques de Communication Non Violente ou CNV (de Marshall Rosenberg, psychologue, 1999) adaptée à des enfants.

Le bonhomme O.S.B.D. pour les 4 clés de la Communication Non Violente



OBSERVER : décrire les faits objectivement, sans jugement, sans interprétation

SENTIMENT : exprimer les sentiments que l'on ressent par rapport à la situation

BESOIN : énoncer nos besoins par rapport à la situation

DEMANDE : proposer une solution, énoncer une demande claire et précise



<http://merveilledeveil.wordpress.com>

Tout conflit part d'un besoin non satisfait exprimé par des émotions.

Les 5 étapes du message clair pour les élèves

Les phrases « modèles »

1. Est-ce que tu veux faire un message clair ?

2. Quand tu as.....
(tu expliques ce qui s'est passé)

3. Ça m'a
(tu expliques ce que tu as ressenti)

4. Je voudrais
(tu fais une demande claire à l'autre)

5. Est-ce que tu as compris ?
(tu vérifies que l'autre a bien compris)

Explications associées

→ Demande de l'accord à l'autre pour exprimer un message clair

→ **Observations** et présentation des faits

→ Expression des **Sentiments** ressentis

→ **Demande** claire pour satisfaire son **Besoin**

→ Vérification que l'autre a bien compris



Le conflit doit être résolu après la 5^{ème} étape.

Si ce n'est pas le cas (refus d'écouter le message clair, de dire pardon...), l'enseignant peut intervenir dans un rôle de médiateur.

Les avantages du message clair

Les avantages

Pour les élèves

- Développer l'**autonomie** dans la gestion de leurs conflits, **apprendre à s'affirmer**, à se défendre
 - Les inciter à **communiquer et avec bienveillance**
 - Apprendre à **exprimer oralement leurs émotions**
 - Développer leur vocabulaire
 - **Elèves agresseurs** : développer l'**empathie** et **apprendre à écouter l'autre**, à comprendre son point de vue (voir qu'il peut être différent du sien)
 - **Elèves victimes** : ne plus rester victime sans rien dire et **se défendre avec les mots**
- Il est important pour les élèves d'exprimer leur mal-être, leur frustration. Le conflit ne doit pas être évité.

Pour les enseignants

- Être plus **disponible** pour les apprentissages
- Apaiser les relations entre élèves et **améliorer ainsi le climat scolaire**

Les limites du message clair

Les limites

- Le message clair ne peut concerner que de petits conflits quotidiens (moquerie, détérioration d'un objet, etc.). **Lorsqu'il y a danger, menace, violence, l'intervention d'un adulte est bien évidemment nécessaire.** (cf la séance 2 de la séquence)
- Certains élèves seront moins réceptifs que d'autres et **il faudra parfois du temps** pour que les élèves se sentent à l'aise avec la démarche.
- **Les familles ne sont pas toujours sensibilisées** à ce type de communication.

Place de l'enseignant

L'enseignant doit être **impliqué au quotidien** et a un vrai rôle à jouer. En premier lieu, il doit être **un modèle dans la communication non violente**.

1 - Inciter les élèves à pratiquer la Communication Non Violente

2 - Prévoir un coin dans la classe pour pratiquer le message clair

3 - Aider les élèves à reformuler, leur fournir le vocabulaire adapté

4 - Sécuriser les échanges (paroles, gestes) si nécessaire

6 - Accompagner les élèves si besoin (en tant que médiateur)

5 - Rester neutre, même physiquement, ne pas se placer en arbitre ou sauveur

L'enseignant peut parfois gêner la résolution pleine et entière du conflit. Sa position pourrait frustrer un des élèves.

Déroulement de la séquence

Séance	Objectif	Durée	Matériel
1	Définir les différents types de violence (ainsi que ses origines)	1h	Feuille vierge + Trace écrite
2	Identifier quelles sont les « bonnes » réactions face à un conflit (jeux de rôles)	1h	Cartes avec des situations + Fiche élève + exercices
3	Construire la structure du message clair à partir de la CNV	1h	PC + vidéoprojecteur + Fiche élève + affiche
4 et 5	S'entraîner avec des situations données + sensibilisation au harcèlement (jeux de rôles)	1h	Cartes avec des situations

Pré-requis : connaître les émotions et les sentiments (joie, tristesse, colère, peur, honte...) ainsi que le vocabulaire associé.

Des ajustements pourront bien évidemment se faire en fonction du travail réalisé avec les élèves.

Avancement du projet

- **Ecole de FAANUI** : 6 classes ont été formées (CM1, CM2 et également CE2).
 - Bilan réalisé la semaine dernière. Bons retours.
 - ✓ 92% des élèves déclarent avoir pratiqué le message clair depuis la formation (réalisée il y a 3 mois).
 - ✓ 72% des élèves trouvent que l'ambiance de classe s'est améliorée (100% des enseignants).
- **Ecole de NAMAHA 3** : les 10 classes de CM1 et CM2 ont été formées.
- **Ecole d'ANAU** : formation reportée (nouvelle période à définir avec la directrice).
- **CJA** : 20 élèves sont en cours de formation.
- **Collège** : formation de certains enseignants et des classes de 6ème prévue sur cette fin d'année scolaire 2020 - 2021.