

LES MESSAGES CLAIRS

Circonscription SELESTAT

17 janvier 2020



Analyser un document

Les messages clairs

LORSQUE JE SUIS CONTENT

1 - « Ce que tu as fait m'a fait plaisir. Je vais te faire une explication... »

2 - On décrit ce que l'autre a fait :

Ex. : « Quand tu joues avec moi... »
« Quand tu m'aides à travailler... »
« Quand tu me consoles... »
... etc ...

3 - On explique ses émotions, ses sentiments :

Ex. : « ... ça me fait plaisir. »
« ... ça me fait du bien. »
« ... ça m'aide à faire attention. »
...



LORSQUE JE SOUFFRE

Avant d'interpeler le groupe au conseil en rédigeant « j'ai un problème, je cherche une solution... »¹

1 - « Ce que tu as fait m'a fait souffrir. Je veux te faire une explication... »

2 - On décrit ce que l'autre a fait :

Ex. : « Quand tu te moques de moi ... »
« Quand tu me fais tomber ... »
« Quand tu ne m'aides pas... »
... etc ...

3 - On explique ses émotions, ses sentiments :

Ex. : « ... ça me fait du mal. »
« ... ça me met en colère. »
« ... ça me fait de la peine. »
... etc ...

4 - On vérifie que l'autre a bien compris :

« As-tu compris ? »

5 - L'agresseur répond à la question.

Si l'agresseur ne répond pas, n'a pas compris ou refuse l'explication, l'agressé peut formuler son problème au conseil.



¹ Cf. l'article de Danièle Jasmin paru dans Vivre le primaire, Vol 13 n°1 novembre 1999 : Précisions sur le conseil de coopération.

d'après JASMIN DANIELE. « Le conseil de coopération », Chenelière.



Le message clair est un dispositif de **résolution de petits conflits entre les élèves, de manière autonome**, à l'aide d'une structure langagière canonique et structurante.

Objectifs généraux:

- Permettre aux élèves de comprendre ce qui peut se jouer lors d'un conflit : les rôles des personnes impliquées dans un conflit et l'importance des émotions.
- Permettre aux élèves de résoudre leurs conflits de manière autonome par la pratique du « message clair ».



Bien être à l'école

Action de prévention

Démarche de projet

Niveau global (école si possible)

Former des citoyens autonomes et responsables

Mieux apprendre

Messages clairs

Quelles réflexions menées en équipe, avec les élèves, avec les parents.

Développement des compétences psycho sociales

Gestion du temps et des espaces

Messages clairs

- Coopération
- Travail sur les émotions
- Education à l'empathie
- Développement de l'estime de soi et des autres
- Développement des relations interpersonnelles
- Ateliers réflexion condition humaine

- Type de pédagogie mise en place
- quelle prise en compte de la parole des élèves
- quelles postures des enseignants
- travail d'entraînement

Réflexion sur la pédagogie

Les CPS : le cartable des compétences psycho-sociales;
IREPS pays de Loire, fiches pratiques, outils
<http://cartablecps.org/page-17-0-0.html>

Avoir conscience de soi

Avoir de l'empathie pour les autres

Savoir gérer ses émotions

Savoir gérer son stress

Savoir communiquer efficacement

Etre habile dans ses relations

Savoir résoudre les problèmes

Savoir prendre des décisions

Avoir une pensée critique

Avoir une pensée créative



Pour être efficace : dans l'idéal, en faire un outil d'école pour être utilisé en cour de récréation.

Initier une large partie des élèves aux messages clairs pour que chaque enfant puisse être amené A L'UTILISER et A LE RECEVOIR dans un même niveau de compréhension du message.



***La culture de la sensibilité permet
d'identifier et d'exprimer ce que l'on
ressent, comme de comprendre ce que
ressentent les autres. Elle permet de se
mettre à la place de l'autre.
(Programmes d'EMC 2018)***

Technique des messages clairs (

-Explicitée dans les ressources
d'accompagnement des programmes d'EMC de
2015

(https://cache.media.eduscol.education.fr/file/EMC/03/2/Ress_emc_conflicts_messages_clairs_509032.pdf)

- En lien avec le pilier 6 du socle commun
- S'appuie formellement sur une triple
formulation qui doit faire l'objet d'un
apprentissage par les élèves

- PRATIQUES D'EDUCATION NON-VIOLENTE

AFFIRMATION DE SOI



Travail sur l'estime de soi et des autres

L'identité : se construire comme un être à la fois unique et semblable, construire une image positive de soi.

Sentiment de sécurité : En référence au « climat » de la classe et de l'école.

Sentiment d'appartenance : Image que renvoie le groupe classe

Expression des émotions

Comprendre le sens des émotions et savoir les accueillir.

Le message clair

Enrayer un conflit naissant par l'expression de ses émotions.

APPRENDRE A S'EXPRIMER



Lieux et temps d'échanges

Le quoi de neuf

Dispositif où chacun peut parler de ce qu'il souhaite ou présenter un objet et répondre aux questions qu'on lui pose.

Le conseil de coop : C'est un lieu de parole institutionnalisé.

Le résultat de recherches : Recherches mathématiques, recherches expérimentales ..., enquêtes (préparatoire à un débat), exposés (conférences d'enfants), marché de connaissances ...

Le débat

Les capacités travaillées à travers un débat permet de structurer une attitude non violente.

- être dans l'échange
- respecter les autres intervenants
- convaincre sans s'imposer
- être dans l'écoute

... ..

APPRENTISSAGE DE LA LIBERTE ET DE LA RESPONSABILITE



Par le tutorat

Un enfant accepte pour un temps donné et avec un objectif précis d'accompagner un de ses camarades afin qu'il devienne autonome dans le domaine du tutorat.

Créer des espaces de liberté

- **La libre circulation** : dispositif de libre circulation par la mise en œuvre d'un permis et de règles communes pour une liberté raisonnée.

Donner des responsabilités

- **Assumer un rôle** : Présidence, gardien du temps, reformulateur ...

- **Assumer une tâche**



Coopérons dès l'École

REGULATION ET DEMOCRATIE PARTICIPATIVE



Par la médiation

Processus qui permet, lors d'un conflit, l'intervention de jeunes de même statut mais extérieurs et formés, pour dépasser le rapport de force et trouver une solution sans perdant ni gagnant.

Espaces et temps de régulation

Le conseil de coop : Temps de production de règles reposant sur le principe de démocratie directe, donnant lieu à la construction d'une organisation réglementaire originale de gestion des conflits et des difficultés.

Construction du rapport à la loi

Construire la différence entre :

- le négociable et le non négociable,
- l'interdit, le permis et l'obligatoire,
- le droit et le devoir,
- la sanction de la réparation ,
- la faute de l'erreur...

Une triple formulation

- l'énoncé des faits qui permet de situer et clarifier le moment du différend ;
- l'expression des émotions et des sentiments induits par la situation ainsi que des besoins ;
- une demande de retour de la part de l'interlocuteur visant à la résolution du conflit. C'est en effet celui qui a énoncé le message clair qui détermine si le différend est réglé ou

.non.

Les étapes pour les élèves

- **Je préviens l'autre** : *j'ai un message clair à te dire/je veux te faire un message clair ou ce que tu m'as dit/fait m'a fait souffrir et je vais te faire un message clair. Es-tu prêt(e) à m'écouter ?*
- **J'explique pourquoi** :
 - *Quand tu te moques de moi...*
 - *Quand tu me pousses...*
 - *Quand tu fais du bruit pendant que je travaille...*
- **Je dis ce que je ressens** : *j'ai de la peine / mal / peur... Je suis en colère / énervé...*
- **J'exprime mon besoin** : *... car j'ai besoin de (calme pour travailler / d'être en sécurité / de progresser en...)*
- **Je vérifie que l'autre a bien compris** : *as-tu bien compris ?*
- **Je propose une solution** : *j'aimerais que tu ne te moques plus de moi / j'aimerais que tu ne recommences plus / que tu me présentes des excuses / que tu fasses une réparation.*

OCCE67



17 janvier 2020

Ressources

<https://www.icem34.fr/ressources/classe-cooperative/les-messages-clairs/313-formation-messages-clairs-a-l-ecole-bolivar>

- Séquence formation pour les cycle 2
- Séquence formation pour les cycles 3
- Messages clairs et socle commun
- Séance classement message clair en positif et négatif
- Mise en place formation à l'école en septembre 2010
- Des entrainements
 - Pour initier l'empathie

Evaluation et Brevet

17 janvier 2020

Proposition de séquence

Séance 1 : Recueil des représentations

- Définir et comprendre les notions de conflit et de violence.

Séance 2 : Les réactions face à la violence

- Comprendre que l'on peut régler un conflit sans entrer dans la violence.

Séance 3 : L'intervention d'un tiers dans une situation de conflit

Comprendre l'importance de la neutralité du « médiateur ».

Séance 4 : Résoudre seul ses conflits

- Analyser et construire le processus du message clair.

Séance 5 : Quelle attitude choisir face à un problème

- Utiliser le message clair, l'aide d'un tiers ou attendre le Conseil de classe ?

Séance 6 : Entraînement à la résolution autonome des conflits

- Entraînement à la pratique du message clair.

Séance 7 : Evaluation de la formation

- Evaluation et remise du diplôme.

Une démarche claire

Fiches de préparation, démarches, outils
site EMC PARTAGEONS défi messages clairs

<https://www.emcpartageons.org/2019/10/11/defi-message-clair-reedition-2019/>

Intéressant et important : les propositions de ce site prennent en compte les élèves à besoins particuliers, ce qui, entre autres, permet aussi de mieux comprendre et « gérer » ces élèves.

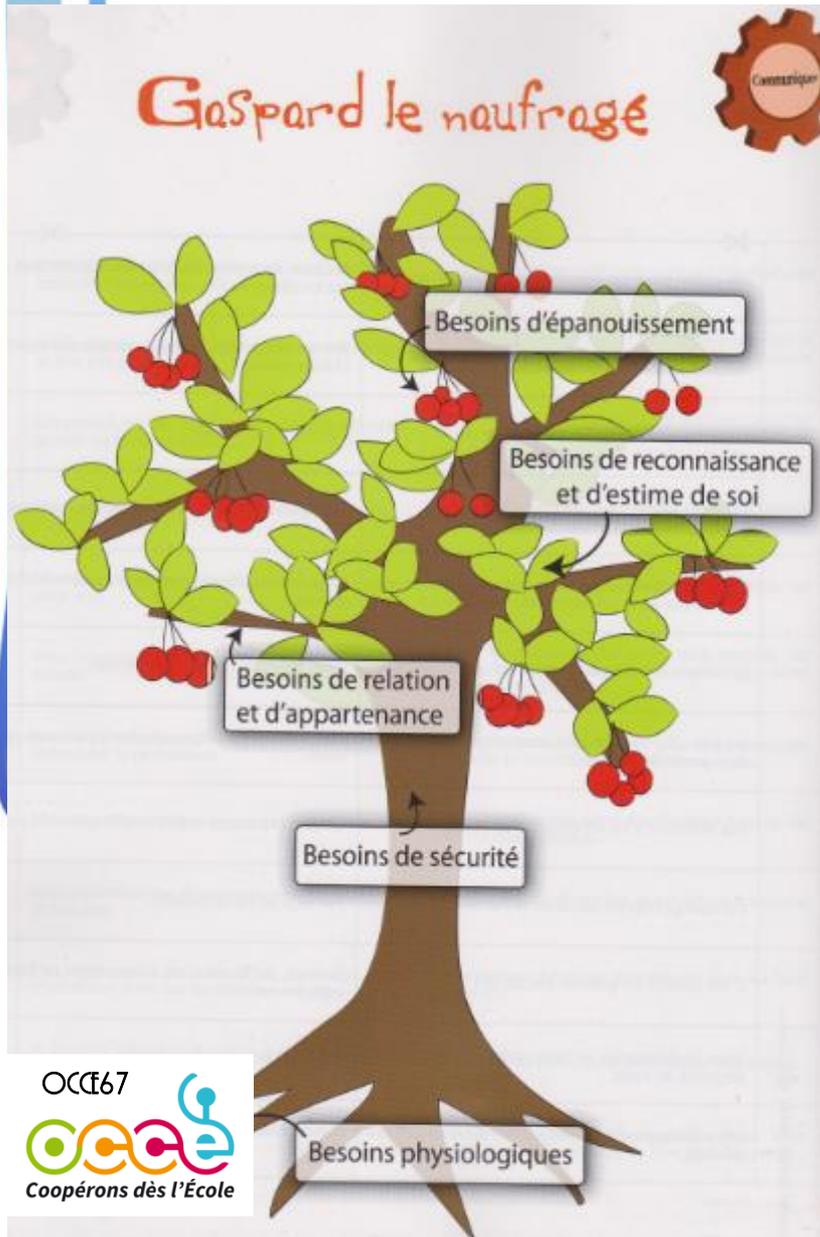


Comment je me sens ?

-  Joyeux
-  Détendu
-  Fier
-  Satisfait
-  Enthousiaste
-  Confiant
-  Surpris
-  En colère
-  En souffrance
-  Découragé
-  Aggressif
-  Soucieux
-  Présent

-  Triste
-  Tendu
-  Envieux
-  Déçu
-  Plein de regrets
-  Dans le doute
-  Gêné
-  Confus
-  Dans une impasse
-  Fatigué
-  Débordé
-  Déprimé
-  Absent

Besoins inspirés de la pyramide de Maslow



J'ai besoin de...

Tableau des besoins 

Besoins physiologiques 	Besoin de manger	
	Besoin d'air	
	Besoin de calme	
	Besoin de mouvement	
	Besoin de sommeil	
	Besoin de boire	
Besoins de sécurité physique et affective 	Besoin de sécurité	
	Besoin de confiance	
	Besoin d'ordre	
	Besoin de protection	
	Besoin de soin	
	Besoin de respect	
	Besoin de fiabilité	
Besoins de relation et d'appartenance 	Besoin d'écoute	
	Besoin de faire partie d'un groupe	
	Besoin de coopération	
	Besoin d'échange	
	Besoin de contribution/participation	
	Besoin d'avoir des amis	
	Besoin de consolation	
	Besoin de soutien	
Besoin d'affection		
Besoin de tendresse		
Besoins de reconnaissance et d'estime de soi  	Besoin de compréhension	
	Besoin d'appréciation	
	Besoin d'être fier de moi	
	Besoin de défi/stimulation	
	Besoin d'amusement	
	Besoin d'autonomie (choisir, décider moi-même, faire tout seul)	
	Besoin de justice	
	Besoin de connaissance de soi	
	Besoin de paix	
	Besoin de célébrer	
Besoins d'épanouissement 		

17 janvier 2020

Quel est mon besoin ?

d'être seul

de me reposer

d'aide

de changer d'air

de reconnaissance

de convivialité

de célébrer

de nature

de me défouler

d'encouragement

de calme

de tendresse

de prendre soin
de moi

d'une discussion
pour y voir clair

de sens

d'un beau challenge

de rigoler

de demander pardon

de pleurer

de soutien

TABLEAU DES EMOTIONS

NOS EMOTIONS



PEUR

TRISTESSE



DÉGOUT

JOIE



COLERE

SURPRISE



NOS BESOINS

PROXIMITÉ/CÂLIN/ TOUCHER

PROTECTION/ SÉCURITÉ

APPRÉCIATION/
CONSIDÉRATION

EMPATHIE/ COMPRÉHENSION

AMOUR

RECONNAISSANCE

RESPECT

SOUTIEN

MOUVEMENT/ EXERCICE

AMUSEMENT/ RIRE

PAIX/ CALME

ORDRE

REPOS

NOURRITURE/ BOISSON

HARMONIE/ ENTENTE

CRÉATIVITÉ/ EXPRESSION
ARTISTIQUE

www.apprendreapprendre.fr

Qu'est-ce qui t'a amusé ?

Qu'est-ce qui t'a rendu fier.e ?

Qui as-tu aidé ?

Par quoi as-tu été surpris.e ?

Comment as-tu pris soin de toi ?

Qui t'a aidé.e ?

Quelles idées nouvelles as-tu eues ?

As-tu donné une preuve d'amitié ?

As-tu reçu une preuve d'amitié ?