



COORDINATION FRANCAISE POUR LA DECENNIE  
COMMISSION EDUCATION

# L'apprentissage de la communication

~ ~ ~

Quinze fiches pédagogiques pour  
l'éducation à la non-violence  
et à la paix

*Document réalisé en mai 2006 par Vincent Roussel,  
Responsable de la Commission Education  
Réédition en mai 2009*

Coordination française pour la Décennie  
148 rue du Faubourg Saint-Denis - 75010 Paris  
Tel: +33(0)1 46 33 41 56 - Fax: +33(0)1 40 51 70  
[www.decennie.org](http://www.decennie.org) – [coordination@decennie.org](mailto:coordination@decennie.org)  
Réseau Ecole et Non-violence [www.ecole-nonviolence.org](http://www.ecole-nonviolence.org)

# L'apprentissage de la communication

## A l'école primaire et au collège

# Sommaire

<b>Préambule .....</b>	<b>p. 3</b>
<b>Fiche n° 01 – Expression orale.....</b>	<b>p. 6</b>
(cycle 3, collège)	
<b>Fiche n° 02 – Le cercle de parole (PRODAS).....</b>	<b>p. 10</b>
(cycle 1, cycle 2, cycle 3, collège)	
<b>Fiche n° 03 – Décrire sans juger ou interpréter...</b>	<b>p. 14</b>
(cycle 3, collège)	
<b>Fiche n° 04 – Relativiser son propre point de vue.</b>	<b>p. 22</b>
(cycle 3, collège)	
<b>Fiche n° 05 – Message JE et message TU.....</b>	<b>p. 28</b>
(cycle 3, collège)	
<b>Fiche n° 06 – Obstacles à la communication.....</b>	<b>p. 33</b>
(cycle 3, collège)	
<b>Fiche n° 07 – Les mots qui fâchent.....</b>	<b>p. 41</b>
(cycle 2)	
<b>Fiche n° 08 – Exprimer des messages clairs, précis.</b>	<b>p. 45</b>
(Collège)	
<b>Fiche n° 09 – La Communication non violente.....</b>	<b>p. 51</b>
(cycle 3, collège)	
<b>Fiche n° 10 – Les violences au collèges.....</b>	<b>p. 58</b>
(collège)	
<b>Fiche n° 11 – Défendre son point de vue.....</b>	<b>p. 63</b>
(cycle 2, cycle 3, collège)	
<b>Fiche n° 12 – Les ateliers philo.....</b>	<b>p. 67</b>
(cycle 3)	
<b>Fiche n° 13 – Grille d'auto-évaluation.....</b>	<b>p. 70</b>
(collège, lycée)	
<b>Fiche n° 14 – Le « débat-philo ».....</b>	<b>p. 74</b>
(cycle 3)	
<b>Fiche n° 15 – Messages clairs, prévenir les conflits</b>	<b>p. 80</b>
(cycle 2, cycle 3)	
<b>Modèle de Fiche d'expérience.....</b>	<b>P.87</b>

# L'apprentissage de la communication

## A l'école primaire et au collège

### Préambule

Eduquer à la non-violence et à la paix, c'est tout un programme. Tel était le titre du forum « La non-violence à l'école » qui s'est tenu à Paris dans une salle du palais du Luxembourg le 18 novembre 2005. Il était organisé par la Coordination française pour la Décennie de la promotion d'une culture de la non-violence et de la paix. Celle-ci présentait à cette occasion son programme pour l'éducation à la non-violence et à la paix<sup>1</sup>, rédigé « comme si » celui-ci devait devenir un programme officiel de l'éducation nationale destiné à toutes les classes de la petite section de maternelle jusqu'à la classe de troisième pour une heure d'éducation par semaine et par classe

Ce programme propose aux élèves une formation qui développe chez eux des habiletés psychosociales leur permettant de contribuer à l'amélioration du « bien vivre ensemble ». L'objectif général du programme se résume ainsi : c'est « *l'acquisition par les élèves d'un savoir, d'un savoir-faire, d'un savoir être leur permettant de cultiver des relations pacifiées, coopératives, solidaires et fraternelles avec les autres enfants et avec les adultes et de développer des aptitudes citoyennes les rendant acteurs de la vie démocratique de notre société* »

Dans la liste des compétences à développer, sous la rubrique « compétences centrées sur l'autre », le programme énonce « la communication relationnelle » : « Il s'agit d'enseigner aux élèves à exprimer clairement les faits, idées, sentiments, émotions, besoins et désirs, à être capable d'écoute active, à connaître les risques de malentendus, à être capable d'interpréter les signaux non-verbaux, à savoir questionner pour recevoir de l'information, à savoir pratiquer la re-formulation et décrire le point de vue de l'interlocuteur, à savoir donner du soutien et de la validation à l'expression de l'autre, à savoir utiliser la prononciation et l'intonation appropriée à la situation, à savoir s'exprimer à la première personne, à savoir accomplir des rituels sociaux (par exemple se présenter, remercier) »

Les quinze fiches pour la classe proposent des activités qui visent **l'apprentissage de la communication**. En effet, s'il suffit de mettre ensemble 2 élèves pour qu'ils essaient de communiquer, cela ne le suffit pas pour qu'ils communiquent de façon efficace, encore moins lorsqu'ils se trouvent engagés dans une situation conflictuelle où souvent l'affrontement prend le pas sur la confrontation. La communication est objet d'apprentissage et la meilleure façon d'apprendre la communication est encore de mettre les élèves en situation de devoir communiquer et d'analyser avec eux leurs modes de communication afin de leur proposer des techniques pour les améliorer.

---

<sup>1</sup>Coordination française pour la Décennie, *Programme pour l'éducation à la non-violence et à la paix*, éd. CFD, novembre 2005 – Commander à Coordination française pour la Décennie, 148, rue du faubourg Saint-Denis 75010 Paris, E-mail [coordination@decennie.org](mailto:coordination@decennie.org)

Les habiletés de communication trouveront des applications dans de nombreuses situations qui seront elles-mêmes des occasions de continuer à les perfectionner : à l'école dans l'acquisition de la confiance en soi et de l'estime de soi, plus tard dans les rapports professionnels et dans les rapports conjugaux, dans l'exercice de la citoyenneté dès l'école, dans le domaine du « bien vivre ensemble », etc. Ainsi, la résolution non-violente d'un conflit suppose une communication efficace entre les deux parties en confrontation pour trouver des solutions satisfaisantes pour elles deux. L'issue positive d'un conflit tient en grande partie à la qualité de la communication qui s'établit entre les personnes qui y sont engagées.

Les fiches proposées doivent être adaptées au niveau des enfants auxquels elles s'appliquent. Elles décrivent des activités favorisant l'apprentissage de la communication avec suffisamment de précision.

Certaines sont baptisées « Fiche outil » car elles proposent des méthodes qui peuvent être utilisées régulièrement ou occasionnellement tout au long d'une partie de la scolarité obligatoire :

Fiche 02 : Technique du cercle de parole (méthode PRODAS)

Fiche 05 : Message JE et message TU

Fiche 06 : Obstacles à la communication

Fiche 09 : Processus de Communication non-violente

Fiche 10 : Utilisation du processus de Communication non-violente dans le cadre de réunions de parents d'élèves ou de professeurs.

Fiche 11 : Une méthode d'entraînement à l'argumentation et au débat

Fiche 12 : Les ateliers « philo. »

Fiche 13 : Méthode d'auto-évaluation d'une compétence psychosociale par questionnaire.

Fiche 14 : Le « débat-philo »

Fiche 15 : Des messages clairs pour prévenir les conflits

La Fiche 04 : Relativiser son propre point de vue, propose un travail coopératif sous la forme d'un atelier d'écriture. Vous pouvez vous référer au dossier de fiches sur l'apprentissage de la coopération.

La Fiche 02 présente la technique du cercle de parole du programme de développement affectif et social. Elle peut être utilisée très tôt en école maternelle, pendant des temps courts. Elle offre un cadre à l'expression orale des enfants dans un contexte sécurisé. Cette méthode permet de développer la confiance en soi et l'estime de soi des enfants. Enfin, la pratique régulière de cette méthode pendant les premières années de la scolarité de l'enfant lui apprend à mieux communiquer. C'est une bonne préparation à l'apprentissage de la communication non-violente et de la gestion coopérative des conflits. D'autre part l'enfant pourra participer de façon plus efficace à des conseils de coopération pour la régulation de la vie de classe ou aux conseils de classe et autres réunions, s'il est délégué de classe.

## Conditions d'utilisation de ces fiches pédagogiques

Ces fiches sont mises à la disposition de tous ceux qui veulent réaliser un apprentissage de la coopération avec un groupe de jeunes, que ce soit à l'école ou en d'autres lieux, centre de loisirs, aumônerie, etc.

Vous avez donc la possibilité de photocopier librement ces documents pour cet usage précis.

Si vous décidez d'utiliser ces documents vous serez amenés à les adapter à « votre main » en fonction des capacités des enfants ou des adolescents auxquels vous comptez vous adresser. Vous pouvez vous-même y introduire vos propres idées. Et si vous acceptez de nous les faire connaître et même de nous en donner la libre utilisation, ces fiches pourront évoluer, se multiplier, s'adapter afin de pouvoir se conjuguer à tous les niveaux. Entrer dans une telle dynamique, ne serait-ce pas une occasion de communication efficace pour bâtir un véritable programme d'apprentissage de la communication ?

**Donc, n'hésitez pas à nous écrire, à nous faire part de vos expériences, de vos impressions, de vos remarques, de vos suggestions, des changements que vous avez apportés, des effets que vous avez observés, etc.**

Cependant, en aucun cas vous ne pouvez utiliser ces fiches à des fins commerciales sous peine de vous exposer à des poursuites. Ces documents sont déposés à l'Institut National de la Propriété Industrielle (INPI.) Ils sont la propriété de la Coordination française pour la Décennie.

Coordination française pour la Décennie  
148, rue du Faubourg Saint-Denis, 75010 Paris  
Tél. 01 46 33 41 56  
Courriel : [coordination@decennie.org](mailto:coordination@decennie.org)  
Site : [www.decennie.org](http://www.decennie.org)

**Apprentissage de la communication : Fiche n° 01**

## Expression orale

**Objectifs :**

- Apprendre à parler assez fort, clairement en articulant.
- Apprendre à écouter attentivement.
- Apprendre à reformuler un message.
- Travailler l'attitude corporelle qui accompagne la parole.

**Mots-clés :** communication – français

**Type de fiche :** Activité

**Niveau scolaire :** CM1, CM2, sixième

**Durée :** 50 minutes

**Nombre de séances :** une ou deux séances

**Matériel :** annexes

**Sources :** Cette fiche s'inspire :

- Du jeu classique pour enfants dit « jeu du téléphone arabe », que nous préférons appeler « jeu du bouche à oreille ». Ce jeu consiste à se transmettre rapidement une phrase de bouche à oreille entre les joueurs, un par un ; le premier inventant la phrase et le dernier récitant à haute voix la phrase qu'il a entendue et comprise (un message) ??
- Du livre de Claude Gagnaire, *Pour tout l'or des mots*, exercices de diction, éd. Robert Laffont, 1996, p.363-369

### **Une première activité : « Le bouche à oreille »**

C'est une activité ludique qui permet au plus grand nombre d'élèves de pratiquer l'expression orale et l'écoute attentive, tout en maintenant durablement l'attention des autres élèves.

1) Donner quelques consignes pour une bonne expression orale et pour une écoute attentive

Parler fort – Regarder celui à qui on s'adresse – Parler lentement – Bien articuler les mots qu'on choisit – Faire des phrases courtes – Choisir une bonne posture – Pour cet exercice demander de ne pas faire de gestes afin que l'attention de l'autre ne soit pas distraite de la parole communiquée – Avoir un visage souriant, détendu – Respirer calmement, etc.

Ecouter attentivement – Regarder celui qui parle - Lui montrer par notre attitude qu'on l'écoute – Par de petits signes de tête, lui manifester que l'on a compris son message ou, au contraire, par un froncement de sourcils ou du front qu'on n'a pas compris une expression – Ne pas interrompre celui qui parle, etc.

2) Expliquer le déroulement du jeu à toute la classe.

L'idéal est de permettre à tous de jouer, aussi deux séances seront sans doute nécessaires.

Vous expliquez qu'il s'agit d'un exercice pour apprendre à mieux s'exprimer, mais aussi à mieux écouter le message émis par une autre personne. Ce message est composé d'une histoire qui contient

une leçon de vie. Il s'agit pour chaque récepteur de retenir la leçon de vie, de comprendre en quoi l'histoire en est une illustration et de mémoriser le plus de détails possibles afin de retransmettre l'histoire le plus fidèlement possible à un autre élève.

3) Mise en œuvre :

- Vous formez un groupe d'environ 8 élèves auxquels vous demandez de se rendre dans une salle voisine.
- Vous racontez la première histoire (voire annexe 1) au reste de la classe. Vous leur demandez de formuler une phrase qui soit une leçon de vie tirée de cette histoire et vous l'intégrez au récit. Vous demandez ensuite aux élèves d'être observateurs de la chaîne des transmissions qui vont avoir lieu, de la qualité d'écoute et d'expression des différents relais et de noter les déformations qui se produisent dans les histoires successives. Si vous le voulez, vous pouvez proposer de les enregistrer à l'aide d'un magnétophone.
- Vous faites entrer le premier élève et vous lui racontez l'histoire en terminant par sa leçon de vie. Par exemple, pour la première histoire : « N'écoutez pas les prophètes de malheurs si vous voulez mener à bien les projets qui vous tiennent à cœur. »
- Celui-ci va ensuite raconter l'histoire, avec ses propres mots, à un deuxième élève que vous allez chercher dans la salle voisine. Puis il regagnera sa place pour observer à son tour le déroulement de la suite. Le deuxième élève racontera l'histoire à un troisième et ainsi de suite jusqu'au dernier qui en racontera une ultime version à toute la classe.
- Ensuite vous donnez la parole aux observateurs pour qu'ils fassent part de leurs remarques sur les points suivants : l'expression orale, l'attitude corporelle et la qualité d'écoute observées, les déformations dans l'histoire remarquées et des leçons qu'ils tirent de l'expérience en ce qui concerne l'art de la communication..
- Vous pouvez suggérer que ce mécanisme de déformation d'un message dans une suite de transmissions joue un rôle important dans le phénomène de « la rumeur »
- Vous pouvez recommencer l'exercice avec un autre groupe d'élèves et une autre histoire, cela jusqu'à ce que tous les élèves aient pu en faire l'expérience. Vous serez attentif à observer si la répétition de l'exercice amène une amélioration dans la qualité de la transmission

**Une deuxième activité : des exercices de diction avec des « virelangues »**

Le mot « virelangue » est un néologisme utilisé par Claude Gagnaire dans son livre *Pour tout l'or des mots*, pour désigner « ces phrases, sans queue ni tête, qui sont à la fois des jeux et des exercices de prononciation. » On en trouve des exemples dans l'annexe 2.

- 1) Préparez des bulletins sur lesquels sont écrites de telles phrases. Vous les mettez dans une boîte ou dans votre chapeau. Vous demandez à chaque élève de tirer du chapeau un papier.
- 2) Chaque élève lit la phrase et s'exerce à la prononcer d'abord silencieusement en la répétant plusieurs fois, jusqu'à ce qu'il soit à l'aise avec elle et même qu'il la connaisse par cœur.
- 3) Vous leur demandez alors, tous ensemble, de la prononcer plusieurs fois à mi-voix, en articulant bien, sans avoir peur de faire des grimaces, pour continuer l'entraînement, à l'image des violonistes d'un orchestre qui accordent leur instrument avant le concert. Veillez à maintenir un niveau sonore raisonnable.
- 4) Demandez ensuite aux élèves de venir, à tour de rôle, dire devant toute la classe, en respectant la consigne écrite, sans que « la langue ne fourche » et de telle sorte que les autres élèves en comprennent le sens.
- 5) Vérifier la compréhension des autres en demandant à l'un d'entre eux de donner le sens de la phrase avec ses propres expressions.

## **Annexe 1 : Deux histoires pour le « jeu du bouche à oreille »**

### ***Première histoire :***

Des grenouilles voyageaient à travers la forêt quand deux d'entre elles tombèrent dans un trou très profond. Les deux grenouilles essayèrent de toutes leurs forces de sauter pour sortir du piège, mais il était si profond qu'elles n'y arrivaient pas.

Les autres grenouilles leur criaient que jamais elles ne pourraient y arriver, que le trou était beaucoup trop profond, qu'elles allaient vite s'épuiser et qu'elles mourraient sûrement. Elles trépignaient sur place et faisaient de grands gestes de désespoir en voyant leur deux compagnes s'acharner à sauter et souffrir ainsi en vain.

L'une des deux grenouilles fut gagnée par leur pessimisme. Elle arrêta de sauter et mourut de chagrin et de désespoir. Mais l'autre grenouille continua à sauter toujours et encore. Elle sautait de plus en plus fort et... elle, d'un dernier coup de rein plus puissant que les autres, réussit finalement à sortir du trou.

Toutes les grenouilles se réjouirent. Elles l'entouraient en lui demandant comment elle avait pu réussir un tel exploit. Quelle ne fut pas leur surprise en l'entendant les remercier très chaleureusement de leur enthousiasme et de leurs encouragements.

C'est alors que les autres grenouilles s'aperçurent qu'elle était sourde.

Leçon de vie : (à imaginer)

### ***Deuxième histoire :***

Il était une fois, dans un pays lointain, un magicien qui avait le pouvoir de réaliser tout ce qu'on lui demandait. Il disait : « Vous recevez de la vie exactement ce que vous lui demandez. Mais vous ne pouvez faire qu'une seule demande. »

Voilà qu'en ces temps-là, les récoltes devenaient de plus en plus maigres, les gens commençaient à souffrir de la faim et tous étaient mécontents du gouvernement. Le magicien se met à voyager à travers tout le pays pour aider les habitants.

En chemin il rencontre un paysan qui, par nécessité, s'était mis à mendier. Quand il voit passer le magicien, il tend la main. Le magicien lui dit : « Vous recevez de la vie exactement ce que vous lui demandez. Que lui demandez-vous. » Le paysan lui dit : « Nous ne savons plus cultiver comme il faut avec les maigres pluies que nous avons. Peux-tu me donner un morceau de pain ? » Il reçut exactement un morceau de pain.

En traversant un village de pêcheurs auprès d'un grand lac, il fut abordé par l'un d'entre eux qui lui dit : « Les temps sont durs et nos techniques de pêche ne sont plus adaptées aux conditions climatiques d'aujourd'hui. On dirait que le poisson fuit nos filets et nous avons faim. Etranger, peux-tu quelque chose pour nous ? » Il leur répondit : « Vous recevez de la vie exactement ce que vous lui demandez. Que lui demandez-vous ? » Le pêcheur se mit à réfléchir et lui dit : « Nous voulons apprendre des manières de pêcher qui soient mieux adaptées. » Et, sur le champ, les pêcheurs de ce village savaient utiliser de nouvelles méthodes qui leur procuraient le poisson dont ils avaient besoin pour nourrir leurs familles.

Leçon de vie : (à imaginer)

## **Annexe 2 : Exercices de diction – Les virelangues**

- 1- Les chemises de l'archiduchesse sont-elles sèches, archi-sèches ? Les six chemises fines de l'archiduchesse qui séchaient chez Sacha sont sèches, archi-sèches !
- 2- Dindon dina dit-on du dodu dos d'un dodu dindon. (à dire deux fois)
- 3- Tonton, pourquoi tu tousses ? - Tonton, ton thé t'a-t-il ôté ta toux ? Oui, mon thé m'a ôté ma toux. (à lire deux fois)
- 4- Si ton tonton tond ton tonton, ton tonton tondu sera. (à dire deux fois)
- 5- Combien sont ces six saucissons-ci, et ces six saucisses aussi ? C'est six sous ces six saucissons-ci et six sous ces six saucisses aussi.
- 6- Ciel ! si c'est cinq sous ces six ou sept saucissons-ci, c'est cent cinq sous ces cent six ou cent sept saucissons aussi !
- 7- Si six scies scient six cyprès, ces six cyprès seront sciés. (à lire deux fois)
- 8- Si six scies scient six cigares, six cent six scies scient six cent six cigares. (à dire deux fois)
- 9- Si ces six sangsues-ci sont sur son sein sans sucer son sang, c'est que ces six sangsues-ci sont sans succès.
- 10- Un chasseur sachant chasser doit savoir chasser sans son chien. Le méchant chien chasse en cherchant le chat dans les champs
- 11- Ciel si ceci se sait, ses soins sont sans succès. (à dire deux fois)
- 12- Quand un cordier cordant veut sa corde accorder  
Pour sa corde accorder, trois cordons il accorde  
Mais si l'un des cordons de la corde décorde  
Le cordon décordant fait décorde la corde.
- 13- Gros gras grain d'orge, quand te dé-gros-gras-grain-d'orgeriseras-tu ? Je me dé-gros-gras-grain-d'orgeriserai quand tous les gros gras grain d'orge se dé-gros-gras-grain-d'orgeriseront. !
- 14- Petit pot de beurre, quand te dé-petit-pot-de-beurreriseras-tu ? Je me dé-petit-pot-de-beurreriserai quand tous les petits pots de beurre se dé-petit-pot-de-beurreriseront.
- 15- Trois gros rats gris dans trois gros trous très creux. (à lire deux fois)
- 16- Ton tas de riz tenta le rat ;  
Le rat tenté, le riz tâta !  
Tas de riz, tas de rats. Tas de riz tentant, tas de rats tentés :  
Tas de rats tentés tâta tas de riz tentant !
- 17- Piano, panier. (à dire 10 fois de plus en plus vite)
- 18- Je veux et j'exige. (à dire 10 fois de plus en plus vite)
- 19- Cinq capucins, ceints de leur ceinture, portaient sur leur sein le seing du saint père. (à dire deux fois)
- 20- Je m'excuse et je m'explique. Que chacun sache laisser ses chagrins chez soi.
- 21- Il faut qu'un sage garde-chasse sache chasser tous les chats qui chassent dans son champ. (à dire deux fois)
- 22- Eh bien ! Qu'est-ce qu'il y a d'étrange à ce que je sois chez moi ? (à dire trois fois)
- 23- Un ange qui songeait à changer son visage, pour donner le change, se vit si changé que loin de louer ce changement, il jugea que jamais plus ange, ainsi changé, ne rechangerait jamais, et jamais plus ange ne songea à se changer.
- 24- Les jean-foutre et les gens probes, médisent du vent furibond qui rebrousse les bois, détrousse les toits, retrousse les robes. (Georges Brassens, *Le vent*) (à dire 2 fois)
- 25- Graine, germe, pousse, plant, plante, fleur, fruit (4 fois)

## **Le cercle de parole, méthode PRODAS**

### **Programme de développement affectif et social**

**Objectifs :**

- Développer l'expression orale et l'écoute attentive
- Développer les capacités de l'enfant à parler de lui, de son vécu et de ses émotions sans agresser et à écouter sans juger.
- Mieux se connaître et apprécier les autres
- Construire la confiance en soi
- Etablir des relations inter-personnelles constructives.

**Mots-clés :** communication – estime de soi – français – parole libre – cercle de parole - cercle magique

**Type de fiche :** Outil

**Niveau scolaire :** le cercle de parole peut être utilisé avec des enfants de 3 à 12 ans

**Durée :** entre 15 et 30 min

**Nombre de séances :** régulier

**Matériel :** aucun

**Source :**

Cette fiche s'inspire du programme canadien de développement affectif et social dont la théorie a été développée par Bessell et Uvaldo Palomares et dont les applications pour la classe ont été rédigées par Géraldine Ball. La progression proposée par la méthode PRODAS permet d'aborder, peu à peu, différents éléments constitutifs de la personnalité de l'enfant. L'enfant acquiert l'habitude de réfléchir à sa vie. Cette capacité à mettre des mots sur son vécu devient spontanée et reste efficace en situation de conflit ou de stress. L'enfant acquiert une compétence sociale qui lui permet de prendre sa place de façon plus facile dans le groupe.

**Références :**

- Dr. Harold Bessell, *Le développement socio-affectif de l'enfant*, éd. Actualisation, Québec, 1987
- Véronique Guérin, *A quoi sert l'autorité ? S'affirmer, respecter, coopérer*, Chapitre 8 : une technique, le cercle de parole, éd. Chronique sociale, 2001
- Joëlle Timmermans-Delwart, *Devenir son propre médiateur*, éd. Chronique Sociale, 2004

**Disposition, durée et nombre de participants :**

Comme son nom l'indique, on dispose les participants en cercle. Cela peut se faire éventuellement assis par terre. Si le nombre est important on fera deux cercles concentriques. La durée doit s'adapter à la capacité du groupe et de l'animateur à rester concentrés et à l'écoute. Les cercles de parole réguliers durent entre 15 et 30 minutes. Il est essentiel, si ce cercle a lieu de façon régulière, de choisir le moment de la journée ou de la semaine le plus approprié.

Le nombre de participants peut varier entre 5 et 30 participants. Il est préférable de ne pas dépasser 15, si ce sont des enfants jeunes ou en difficulté.

### **Les règles de la parole :**

- 1- On a le droit de parler à condition que ce soit sur le thème proposé.
- 2- Il n'y a ni évaluation, ni jugement de l'animateur sur ce qui est exprimé.
- 3- On a le droit de se taire.
- 4- Lorsque l'un parle, les autres écoutent jusqu'au bout sans l'interrompre.
- 5- On ne critique pas et on ne se moque pas.
- 6- Quand quelqu'un est en cause, on ne le nomme pas.
- 7- Tout ce qui est dit dans le cercle doit rester dans le cercle (règle de confidentialité)

Ces règles sont rappelées systématiquement avant chaque séance.

Pour que les enfants se sentent en confiance, il est essentiel que l'animateur soit garant du respect de ces règles. Si un ou plusieurs enfants parlent ou bougent de façon gênante, vous le leur signalez afin qu'ils en prennent conscience. Vous leur rappelez la règle de façon calme et non agressive : « *Nathalie et Ibrahim, quand vous parlez en même temps que Sarah, nous avons du mal à l'écouter et ce n'est pas agréable.* » Au besoin vous excluez un enfant du cercle temporairement si cela lui est trop difficile d'y participer.

Pour aider au respect des règles, on peut utiliser les objets suivants le bâton de parole. Celui qui veut parler demande le bâton de parole et ne s'exprime que lorsqu'il l'a en main.

On peut également introduire un sablier, symbole de l'équité dans les temps de parole

L'utilisation d'un magnétophone est possible. Elle donne de la solennité au cercle de parole : pour que l'enregistrement soit correct, il ne faut pas que d'autres parlent en même temps, il faut également apprendre à parler de façon audible. Le micro joue alors le rôle du bâton de parole.

### **Les thèmes abordés dans les cercles de parole :**

La technique du cercle de parole peut être utilisée au cours d'une séance abordant un thème psychosocial. Mettant en jeu la dimension affective elle s'intègre judicieusement à d'autres activités mettant en jeu la dimension cognitive ou sensori-motrice de l'enfant.

Elle peut également être mise en place de façon régulière dans la classe afin de développer chez l'enfant des capacités à se connaître, à s'apprécier et à élaborer des relations de confiance et d'estime avec les autres. C'est dans cet objectif que des universitaires ont créé le Programme de développement affectif et social (PRODAS) pour des enfants âgés de 3 à 12 ans. Ce programme aborde les thèmes suivants :

Voici un exemple de thèmes abordés, intégrés à d'autres activités :

#### **Pour se familiariser avec le cercle de parole**

Un moment où je me sens bien

#### **Moi, se connaître soi-même**

Je peux vous parler de quelque chose que je fais bien

Si j'étais un animal, je serais « ... » parce qu'il a telle qualité « ... »

#### **Les autres et moi : je peux recevoir et je peux donner**

J'ai apprécié quelque chose chez quelqu'un et je lui ai dit.

Quelqu'un m'a dit ou montré qu'il m'appréciait.

#### **Les autres et moi : ce que je dis et ce que je fais touche l'autre**

J'ai dit quelque chose qui a blessé l'autre

Quelqu'un a dit ou fait quelque chose qui m'a blessé

#### **L'expression des sentiments et des émotions**

Un jour, j'ai été enthousiaste...

Un jour, j'ai eu peur...

Un jour, j'ai été en colère...

Un jour, j'ai été triste...

Un jour, j'ai été joyeux...

#### L'exploration des besoins

J'ai été attentif aux besoins de quelqu'un

Quelqu'un a été attentif à mes besoins.

#### La communication non verbale : apprendre à faire stop

Je peux vous parler de mon lieu de calme

#### La communication non verbale : la force tranquille plutôt que la force brutale

Un jour, je me sentais fort, déterminé et calme.

#### La communication verbale : dire et écouter

Je peux vous parler de quelqu'un qui m'écoute bien.

Je peux vous parler de quelqu'un que je comprends bien.

#### La communication verbale : apprendre à préciser sa demande et sa réponse

Je peux vous parler d'un moment où j'ai osé demander quelque chose à quelqu'un

Quelqu'un m'a demandé quelque chose et j'ai osé dire « non »

#### Evitons les malentendus

Quelqu'un a cru quelque chose sur moi et ce n'était pas vrai

J'ai cru quelque chose et ce n'était pas vrai.

J'ai pensé quelque chose d'agréable de quelqu'un et ce n'était pas vrai.

J'ai pensé quelque chose de désagréable de quelqu'un et ce n'était pas vrai.

#### Le conflit peut être une crise et une opportunité

J'ai fait quelque chose qui a permis de gérer un conflit.

J'ai fait quelque chose qui a fait « grossir » un conflit.

#### L'exploration de mes réactions et de mes ressources

J'ai réussi à parler d'un problème avec quelqu'un

J'ai eu envie de frapper mais j'ai réussi à m'arrêter.

#### Le processus et les étapes de la médiation

Lors d'une dispute, j'ai trouvé une solution qui convenait à tous les deux.

#### Je suis responsable de ce que je dis et de ce que je fais

Je peux vous parler des conséquences d'un acte dont je suis responsable ou j'ai été responsable

#### De la loi du plus fort à la coopération. L'union fait la force

Quelqu'un m'a aidé à réaliser un de mes rêves

J'ai aidé quelqu'un à réaliser un de ses rêves.

#### L'animation d'un cercle de parole

- **Rappeler les règles :** vous pouvez dire « *Pour que chacun puisse parler le plus librement possible et être entendu par tous, je vous demande que ceux qui ont envie de parler le fassent à tour de rôle. Nous les écouterons sans les interrompre ni faire de commentaire. Nous pourrions poser des questions pour mieux comprendre mais sans donner notre avis. Dans la deuxième partie du cercle de parole, nous pourrions dire ce que nous avons ressenti ou appris en écoutant les autres. Je demanderai aussi à ceux qui parlent de se concentrer sur eux, de dire comment ils se sont sentis dans la situation qu'ils nous décrivent et d'éviter les phrases qui jugent les autres.* »
- **Présenter le thème :** vous présentez le thème sous forme d'une question à laquelle les participants sont invités à répondre. Vous pouvez également avoir annoncé le sujet à la fin du cercle de parole précédent afin de laisser le temps aux participants d'y réfléchir.

Exemples :

- *Pensez à quelque chose que vous avez enseigné à quelqu'un, par exemple, à un enfant plus jeune que vous. Vous lui avez peut-être montré comment attraper une balle ou écrire un mot ou boutonner son manteau. Qui veut bien nous dire ce qu'il a enseigné à quelqu'un de plus jeune et ce qu'il a ressenti dans cette situation ?*

- *Aujourd'hui, nous allons nous exprimer sur le thème suivant : « Pensez à quelqu'un à qui vous voudriez ressembler. Il peut s'agir d'une personne de votre entourage ou d'une personnalité connue, d'un héros de livre ou de film, d'un personnage historique. »*

- **S'impliquer** : Vous pouvez répondre à cette question en votre nom propre. Vous clarifiez ainsi de façon implicite le type de réponse attendu. L'implication de l'adulte est très rassurante pour les enfants et les invite à s'impliquer eux-mêmes.
- **Favoriser l'expression** : Ensuite, vous invitez ceux qui le souhaitent à s'exprimer sur le sujet et les vous les aidez à développer leur réponse.
- **Quand les élèves ont achevé de s'exprimer, proposer-leur de dire ce qu'ils ont ressenti et ce qu'ils ont appris en écoutant les autres** : Ils peuvent en particulier exprimer ce qui a pu les gêner ou les choquer. Ainsi, chaque personne peut prendre conscience qu'elle a été entendue et que les mots qu'elle prononce ont donc de l'importance. Exemple :  
*Était-ce difficile ou facile de répondre à cette question ?*  
*Avez-vous remarqué des ressemblances ou différences dans vos réponses ?*
- **Clore le cercle de parole** : Lorsque plus aucun participant ne souhaite s'exprimer, vous pouvez faire une synthèse de ce que les participants ont remarqué et annoncer éventuellement le thème du prochain cercle de parole.

### **Pour réussir un cercle de parole**

- **Créer un climat sécurisant** : Les enfants aiment participer aux cercles de parole dès qu'ils s'y sentent en confiance. Ils aiment parler d'eux.
- **Les premiers cercles de parole** : Souvent, les enfants sont déconcertés par les premiers cercles de parole. Pour nombre d'entre eux, c'est la première fois où ils sont invités à exprimer une pensée ou un ressenti personnels sans que quelqu'un exprime un jugement. Certains éprouvent de l'appréhension et sont prudents : ils se taisent ou testent la capacité de l'adulte à faire respecter les règles qu'il a énoncées.
- **Écouter** : L'animateur ou l'animatrice écoute avec attention ce que dit chacun et l'aide à clarifier sa pensée et son ressenti. Son écoute conduit les autres à écouter aussi. Certains enfants ne parlent pas pendant plusieurs séances. Il est important d'être à l'écoute de leurs attitudes pour les inviter à parler s'ils semblent en avoir envie. Certains prennent confiance peu à peu dans leur capacité à parler aux autres. D'autres restent très réservés. S'ils ne s'expriment pas, ils réfléchissent et se parlent à eux-mêmes. Ils écoutent les autres, ce qui représente déjà la moitié du travail.
- **Questionner, re-formuler le contenu** : La re-formulation reprend les mots de l'enfant et permet, lorsque le contenu est imprécis, de s'assurer que les participants ont bien compris ce qu'il a voulu dire.
- **Questionner, re-formuler le ressenti** : Au-delà du contenu, l'animateur ou l'animatrice veille à ce que le ressenti soit exprimé. La question suivante : « Comment te sentais-tu dans cette situation ? » permet aux enfants de se centrer sur leurs émotions. La re-formulation consiste à écouter au-delà des mots ce que ressent la personne et à lui proposer un mot qui décrit l'état émotionnel. Si le mot n'est pas juste, la personne, d'elle-même, le refusera ou le modifiera.
- **Inviter les participants à dire « je »** : Certains participants ont du mal à parler d'eux et utilisent sans en être conscient des termes tels que « On », « Il faut », etc.

## **Décrire sans juger, évaluer ou interpréter**

### **Objectifs :**

- Apprendre à observer clairement ce que nous voyons, entendons ou touchons sans interprétations, ni jugements, ni évaluations.
- Distinguer entre ce qui est l'expression d'une observation, l'expression d'un sentiment et l'expression d'une opinion ou d'un jugement.

**Mots-clés :** communication – estime de soi - français – texte libre – bande dessinée

**Type de fiche :** Activité

**Niveau scolaire :** CE2, CM1, CM2, 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>

**Durée :** 50 min

**Nombre de séances :** 2

**Matériel :** annexes

### **Sources :**

Marshall B. Rosenberg, *Les mots sont des fenêtres (ou bien, ce sont des murs)*, éd. La Découverte, 1999

### **Remarques :**

Marshall Rosenberg affirme : « La première composante de la Communication non-violente (CNV) consiste à bien séparer l'observation de l'évaluation. Quand nous mélangeons observation et évaluation, notre interlocuteur risque d'entendre une critique et de résister à ce que nous disons. La CNV est un langage dynamique qui déconseille les généralisations figées et les remplace par des observations circonstanciées. » Ainsi est-il préférable de dire : « Je n'arrive pas à déchiffrer l'écriture de Jean. » plutôt que : « Jean écrit comme un cochon. »

Pour faire progresser un dialogue, il est préférable de commencer par des questions sur les faits et les mots qui facilitent ce genre de questions sont : qui, où, quand, comment, combien, etc. (éviter pourquoi)

### **1) Première séance : séparer observation et évaluation**

a. Expliquez l'importance pour une communication efficace est de formuler des phrases qui ne mélangent pas les observations objectives relatives à des faits précis avec des évaluations ou des interprétations. Dans chaque cas évitez tout jugement. Donnez des exemples de phrases qui permettent aux élèves de mieux comprendre votre propos.

Remarquez que lorsqu'on veut analyser les raisons d'un conflit qu'on a vécu, il n'est pas facile de bien se souvenir des faits et comportements qui en ont été à l'origine.

b. Préparez une liste de 10 phrases choisies dans la liste suivante (vous pouvez insérer vos propres phrases) :

- 1- Hier, Lahcen était en colère contre moi sans aucune raison.
- 2- Hier soir, Ahmed s'est rongé les ongles en regardant la télévision..

- 3- Fatimata ne m'a pas demandé mon avis pendant la réunion
- 4- Mon père est un homme généreux.
- 5- Claire travaille trop.
- 6- Manuel est agressif et violent.
- 7- Nadia est arrivée la première à l'école tous les jours de la semaine.
- 8- Il arrive souvent que mon frère ne se brosse pas les dents.
- 9- Luc m'a dit que le jaune ne m'allait pas.
- 10- Ma tante se plaint chaque fois que je parle avec elle.
- 11- Le prof ne nous rend jamais nos devoirs comme il nous l'annonce.
- 12- C'est la troisième fois cette semaine que tu te disputes avec moi.
- 13- Ma meilleure copine ne me parle plus.
- 14- Ils se moquent toujours de moi à cause de mes grandes oreilles.
- 15- Tu as pris mon vélo sans me demander mon autorisation.
- 16- Mamadou est un garçon très courageux mais un mauvais footballeur.
- 17- Vincent est un paresseux qui ne réussira jamais à l'école.

c. Temps de travail personnel

Vous demandez aux élèves :

- De lire les phrases et de cocher celles qui leur semblent être des observations neutres,
- De dire pourquoi les autres comportent à leur avis, une évaluation, un jugement ou une interprétation,
- De les reformuler, en y ajoutant éventuellement des éléments nouveaux, pour qu'elles deviennent des observations neutres.

d. Temps de mise en commun

Vous animez la mise en commun qui doit permettre d'échanger les arguments et d'aboutir à une classification des phrases qui fasse consensus.

e. Travail sur les mots : jamais – toujours – chaque fois – tout le temps – personne

Faites remarquer que ce sont des mots qui favorisent l'expression d'une observation mêlée d'évaluation :

Par deux vous demandez aux élèves de rédiger une phrase qui soit l'expression d'une observation mêlée d'évaluation utilisant un de ces mots, puis d'une autre qui utilise le même mot pour exprimer une observation neutre.

Mise en commun des phrases trouvées.

**2) Deuxième séance : Travail de rédaction « ce que je vois, ... ce que je pense » à partir de dessins**

Pour cette séance, quatre exercices sont proposés en annexe. Vous en choisissez un ou deux suivant le développement que vous voulez leur donner.

Il est proposé aux élèves de rédiger deux textes.

Le premier texte décrit le dessin de façon objective. Il s'intitule : « Ce que je vois... » Lors de la lecture commune des textes, il s'agira de détecter ce qui est évaluation. Par exemple, si l'un lit : « Il a attaché son chien à l'échelle » vous laissez les autres remarquer que rien ne permet d'affirmer que c'est son chien.

Le deuxième texte s'intitule : « Ce que je pense... » Il est normal qu'il y ait plusieurs interprétations parfois très différentes. Est-ce que le monsieur qui tient le chat dans son dos a l'intention de faire une mauvaise plaisanterie en lâchant le chat pour provoquer une catastrophe ou bien est-ce que le monsieur cache le chat dans son dos pour le protéger ? Il arrive que la grande majorité des élèves décrivent la première interprétation.

C'est une prise de conscience importante pour les élèves : on arrive à se mettre d'accord sur la description sans interprétation des faits, alors qu'il est possible d'avoir plusieurs points de vue valables quant à leur interprétation.

Comment connaître la vérité ? Il faudrait pouvoir interroger le monsieur qui tient le chat dans son dos. Comme c'est impossible, il faudrait pouvoir interroger le dessinateur lui-même : quelle intention a-t-il mis dans ce dessin ?

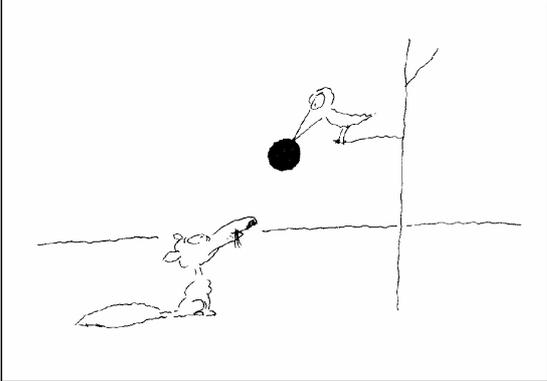
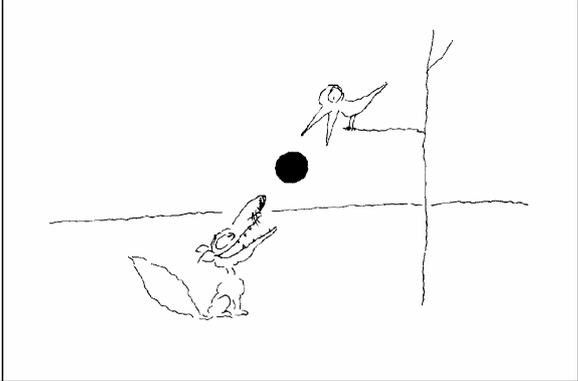
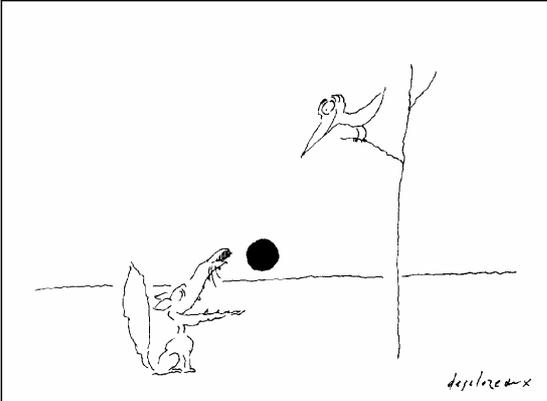
On peut connaître ses intentions de Desclozeau pour les deux séries dessinées, puisqu'on peut connaître le dessin manquant

Pour le quatrième dessin, l'interprétation devrait pouvoir faire consensus.

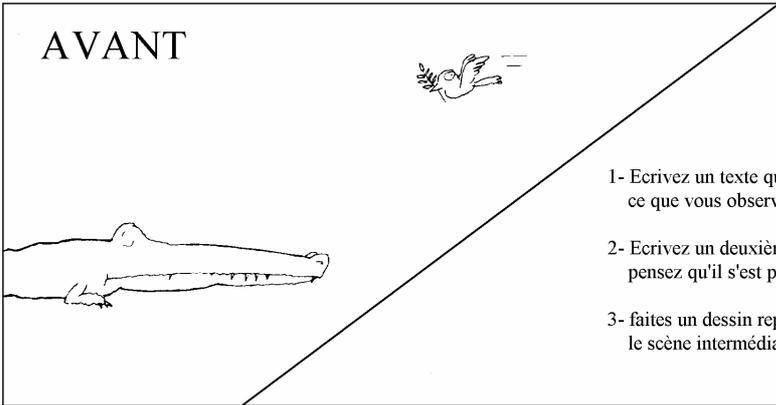
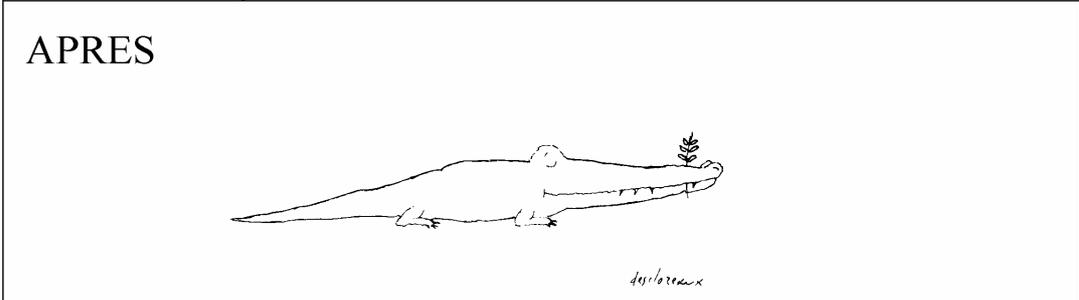
Prendre un temps de débat pour permettre l'intégration des leçons tirées de l'exercice : « Que nous apprend un tel exercice sur les situations de conflits ? Peut-on comprendre pourquoi certaines de ces situations dégénèrent en violence ? Quel enseignement en tirons-nous pour favoriser une issue non-violente à ces conflits ?

## Annexe 1 – Exercices à partir de dessins : ce que je vois, ce que je pense

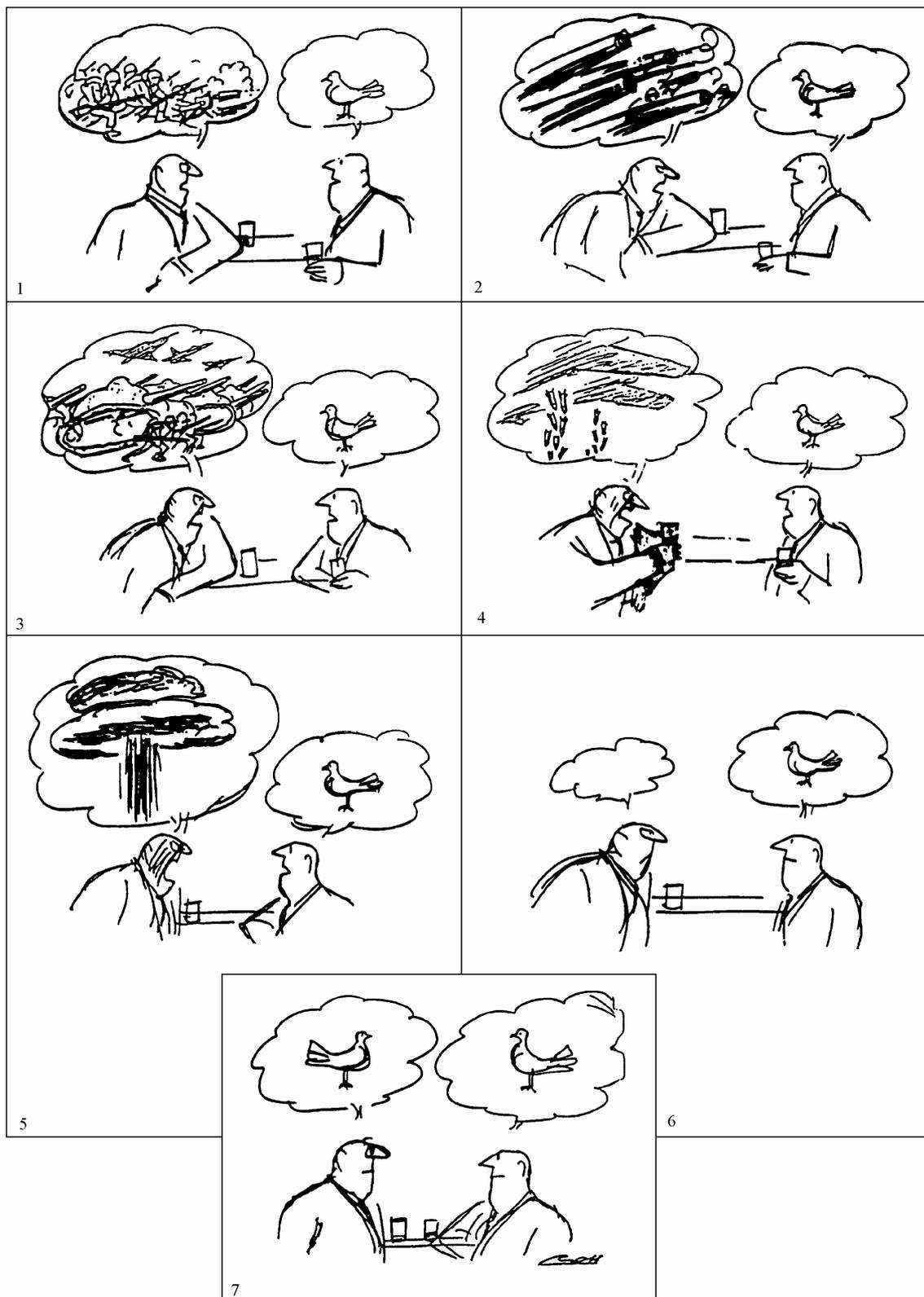
### Exercice n°1

	
 <p style="text-align: right;"><i>deplareaux</i></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1- Ecrivez un texte qui décrit objectivement ce que vous observez sur les dessins</li><li>2- Ecrivez un deuxième texte sur ce que vous pensez de la scène représentée. Pourquoi l'oiseau semble-t-il sourire ?</li><li>3- Dessinez un dessin représentant, selon vous, la scène suivante.</li></ol>

### Exercice n°2

<p>AVANT</p> 	<ol style="list-style-type: none"><li>1- Ecrivez un texte qui décrit objectivement ce que vous observez sur les dessins</li><li>2- Ecrivez un deuxième texte sur ce que vous pensez qu'il s'est produit entre les deux scènes.</li><li>3- faites un dessin représentant, selon vous, le scène intermédiaire</li></ol>
<p>APRES</p>  <p style="text-align: right;"><i>deplareaux</i></p>	

Exercice n°3



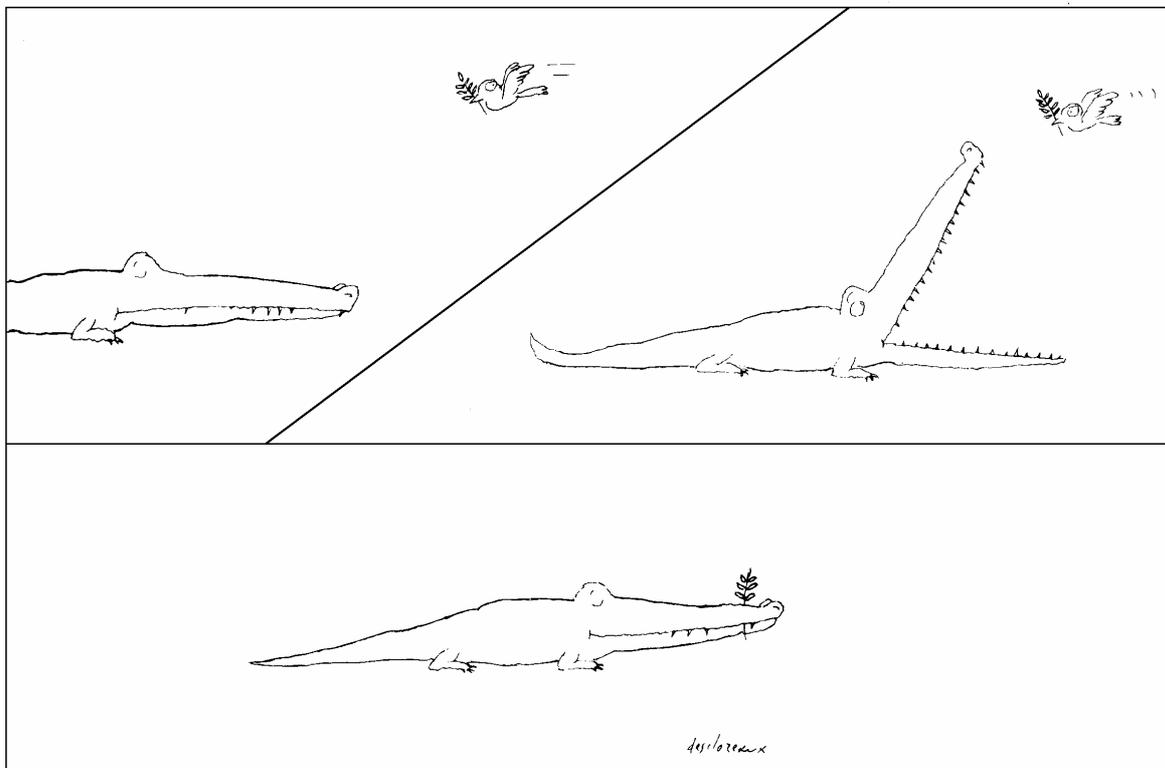
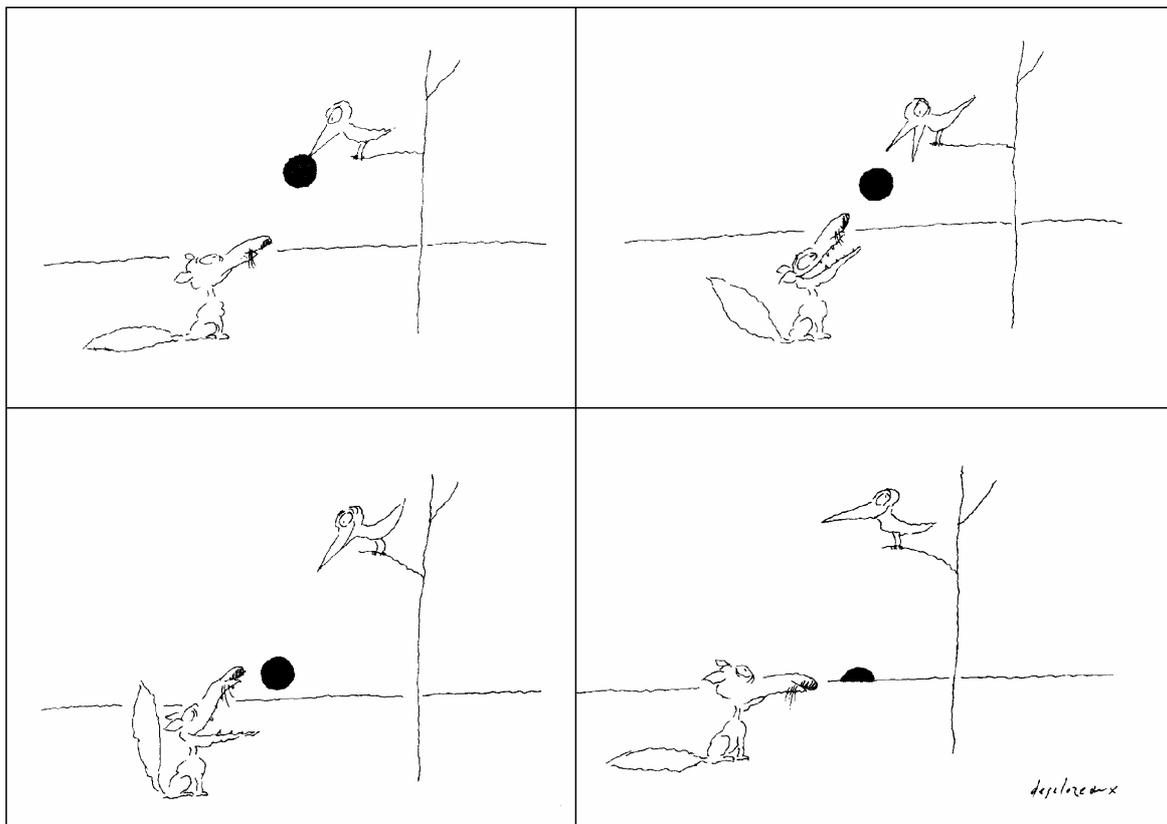
Décrire ce que vous voyez – Quelle leçon tirez-vous de cette bande dessinée sans paroles ?  
– Ecrire un dialogue qui remplace les dessins dans les bulles.

Exercice n°4



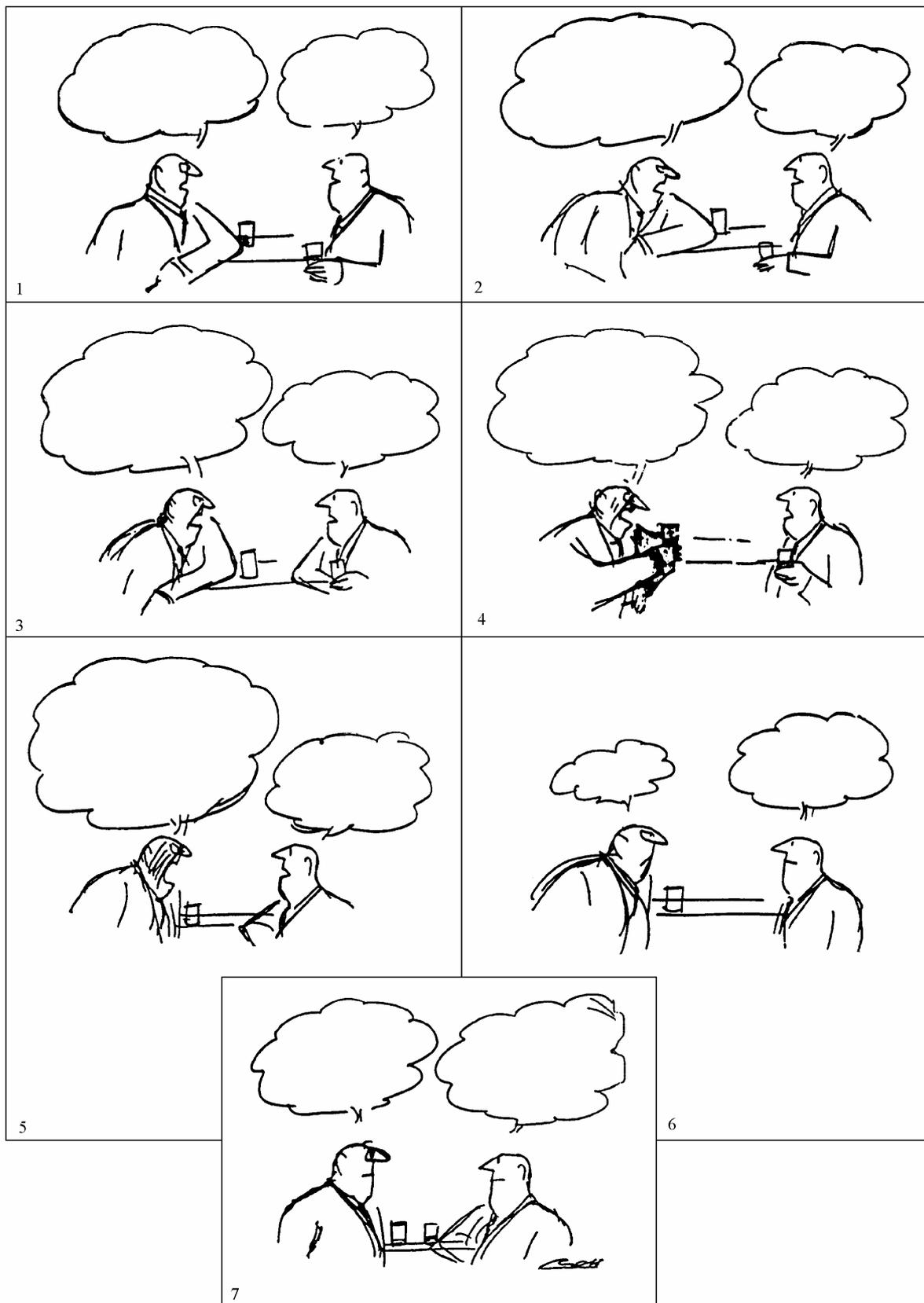
- 1- Dans un premier temps vous décrivez ce que vous voyez, objectivement
- 2- Dans un deuxième temps vous dites ce que vous pensez : que va-t-il se passer ?
- 3- Faites un dessin représentant, selon vous, la scène suivante.

**Annexe 2 – Les dessins numéro 1 et 2 complets**



Source : Desclozeaux, *L'oiseau-moqueur*, éd. Albin Michel, 1977

**Annexe 3 : Imaginez le dialogue**



## Relativiser son propre point de vue

### **Objectifs :**

- Apprendre à relativiser son point de vue pour se mettre à l'écoute de celui des autres.
- En situation de conflit prendre le recul nécessaire pour exprimer son point de vue sur l'objet de la confrontation et écouter celui de l'autre.

**Mots-clés :** communication – français – groupe coopératif - conte

**Type de fiche :** Activité

**Niveau scolaire :** CM1, CM2 – sous forme d'ateliers d'écriture au collège

**Durée :** 1 heure

**Nombre de séances :** 1, 2 ou 3

**Matériel :** annexes

### **Sources :**

- Site [www.planetenonviolence.org](http://www.planetenonviolence.org) de l'association Voix de Paix en Méditerranée.. Cette association est née en 2002 dans le but d'apporter sa contribution au développement d'une culture de la non-violence et de la paix. E-mail : [vpaixmed@tiscali.fr](mailto:vpaixmed@tiscali.fr)
- Programme de développement affectif et social PRODAS, guide de l'animateur, deuxième cycle, éd. Actualisation, Québec 1985, pages 200-203

### **I. Première séance :**

#### 1) Annoncez aux enfants le thème de la séance :

« Nous allons apprendre à exprimer nos points de vue sans toutefois affirmer péremptoirement qu'ils sont la seule façon valable de voir les choses. En situation de confrontation, il n'est jamais prudent de crier : « Non c'est moi qui ai raison ! » car cela ne peut qu'envenimer le conflit et le faire dégénérer dans la violence.

- D'abord je peux me rendre compte ultérieurement de mon erreur comme dans ce dialogue : pourquoi m'as-tu donné une claque sur la tête ? – Parce que tu m'as dit « Ta gueule ! » - Mais non, je t'ai dit « Ma gomme » Dans une telle situation, il vaut mieux présenter des excuses et rire ensuite de la méprise

- On peut aussi s'apercevoir que nous avons tous deux raisons et qu'après avoir exprimé mon point de vue, j'aurais eu tout intérêt à m'ouvrir au point de vue de l'autre. »

Comme exemple, vous pouvez lire le conte, *Le roi face-de-miroir*, en annexe 1

« Nous allons faire un atelier d'écriture dans le but de nous aider à comprendre cela. »

2) Présentation du thème de l'atelier d'écriture

Vous choisissez un objet sur lequel il s'agira d'écrire un texte en partant de différents points de vue. Ces textes seront écrits en travail coopératif.

L'objet choisi ici, pour l'exemple, est l'arbre.

Dans l'annexe 2 vous trouverez plusieurs façons, non exhaustives, d'aborder la description de l'arbre en se mettant à la place de différents personnages.

3) Former des groupes de quatre élèves en travail coopératif :

Vous leur distribuez une fonction pour aider au travail coopératif. Il y aura un animateur, un scribe chargé d'écrire le texte sous la dictée des autres, un secrétaire chargé de noter les remarques finales pour faire un bref rapport de coopération, un responsable du niveau sonore et du chronomètre.

Vous distribuez à chaque groupe le point de vue à partir duquel il va devoir rédiger un texte sur l'arbre et vous accordez 20 minutes pour le réaliser.

4) Vous donnez les consignes suivantes :

« Utilisez vos connaissances et laissez libre cours à vos imaginations et à vos créativité :

- Dans un premier temps, vous vous mettez dans la peau du personnage qui vous est attribué et vous échangez vos idées.
- Puis, à tour de rôle, vous dictez une phrase au scribe et vous continuez jusqu'à ce qu'il y ait au moins six phrases.
- Vous faites un retour réflexif sur la manière dont vous avez vécu la coopération. »

5) En groupe-classe, lectures des textes rédigés :

Les textes sont lus les uns après les autres sans commentaires. Chacun doit comprendre les points de vue des autres textes.

6) Demandez enfin : « Quels enseignements peut-on tirer de cet exercice ? »

Vous demandez aux secrétaires de coopération de vous remettre leurs rapports.

## **II. Deuxième atelier d'écriture**

1) Lire l'histoire du petit chaperon rouge, racontée par le loup : voir l'annexe 3

2) Mener une discussion avec les élèves.

- Demander aux élèves d'exprimer comment ils se ressentaient à l'égard du loup, du petit chaperon rouge, de la grand-mère et du bûcheron avant d'entendre cette histoire.

- Comment se ressentent-ils après avoir entendu cette version des faits ?

- Que pensent-ils de la réalité de ce qui s'est passé ?

- Est-ce facile de se faire une opinion affirmée ? Evoquer la situation des jurés lors d'un procès en cours d'assise. Après avoir écouté les témoins, les avocats de la défense et les avocats de l'accusation, ils doivent se faire une opinion suffisamment éclairée pour prononcer un jugement qui va décider du devenir d'une personne.

- Qu'est-ce que les réflexions échangées nous apprennent quant aux situations conflictuelles dont nous sommes acteurs ou témoins ?

3) Choisir un thème pour l'atelier d'écriture

Il s'agit de choisir une histoire, un conte ou une fable où il y a un méchant bien caractérisé. Cela peut être une des sœurs adoptives de *Cendrillon*, la reine dans *Blanche neige*, le loup dans *les trois petits cochons*, l'ogre dans *le petit Poucet*, le lion dans *les animaux malades de la peste* fable de Jean de Lafontaine, le loup dans *le loup et l'agneau* ou des personnages de l'histoire de France. Demander aux élèves de trouver d'autres exemples.

Il s'agit de réécrire l'histoire, en imaginant le point de vue du dit « méchant » personnage

4) Organiser un travail coopératif

Vous pouvez comme précédemment proposer un travail coopératif. Il s'agit d'être suffisamment imaginatif et convaincant pour que le scénario rende le « méchant » beaucoup plus sympathique. L'histoire est ensuite rédigée collectivement et le groupe peut choisir d'en rendre compte à la classe soit en la lisant, soit en la jouant sous forme d'une saynète. Au besoin le travail pourra être terminé en dehors de l'école.

**III. Troisième séance pour exploiter les productions obtenues et pour en tirer les leçons de vie**

## **Annexe 1 : Les aveugles et l'éléphant**

Un jour, le roi Face-de-Miroir décida de réunir tous les savants de son royaume afin qu'ils lui expliquent la vérité de la vie et lui disent le sens de l'existence.

Les savants arrivèrent un à un dans le palais, ils s'installèrent dans une grande salle avec leurs livres, leurs papiers, leurs porte-plumes. À la question du roi: « Quelle est la vérité de la vie ? », chacun répondit :

- Moi, je connais la vérité. Écoutez-moi, je vais vous l'expliquer.

Mais tout de suite, il y eut un autre savant pour s'écrier:

- Un instant ! tout ceci n'est que mensonges. Moi, je connais la vérité. et je vous affirme que...

Alors un autre savant exigea le silence, car lui, il pouvait répondre à la question du roi. Mais personne ne le laissa parler. En fait, chacun criait :

- Je sais ce qui est le vrai et tout le reste est mensonge !

Bientôt, ils en vinrent à des insultes, puis chacun essaya de taper sur la tête de son voisin avec ses livres de sagesse. Dans la grande salle du palais régnait un beau tumulte.

D'abord le roi s'en étonna puis il s'en amusa. Enfin, il alla trouver son ministre et lui dit :

- Allez dans la ville, rassemblez tous les aveugles de naissance que vous y rencontrerez. Ensuite, conduisez-les jusqu'ici.

C'est ce que fit le ministre et bientôt il amena un groupe d'aveugles. Le roi demanda alors qu'on fit venir un éléphant. Quand la bête se tint devant les aveugles, on guida leurs mains vers l'animal et le roi leur demanda : « Dites moi ce qu'est un éléphant. ».

Le premier dit : « Moi, je connais la vérité. Un éléphant, c'est un gros serpent très fort et très musclé. »

Un autre s'écria tout de suite : « Un instant ! tout ceci n'est que mensonge. C'est un tronc d'arbre solide et rugueux. »

Le troisième exigea le silence en affirmant que c'est une corde fine et lisse.

Un autre les traita d'incultes et dit sentencieusement : « Un éléphant, c'est une voile chaude et épaisse. »

Mais pas du tout dit un cinquième : « L'éléphant c'est un bâton froid et lisse. »

Quand on donna la parole au dernier il jura par tous les dieux qu'un éléphant c'est un grand mur qui palpète.

Et les savants assistèrent à cette scène étonnante : les aveugles de naissance se disputaient, chacun accusant les autres de mensonge et tous affirmant qu'eux seuls connaissaient toute la vérité sur l'éléphant.

Alors, le roi leur dit : « Vous avez tous dit vrai ! Mais chacun de vous ne détient qu'une part de la vérité. Oui, mon éléphant est fait d'un mur qui palpète, c'est son ventre. Il a quatre troncs d'arbres solides et rugueux, ce sont ses pattes. La corde fine et lisse c'est sa queue. Il a deux grandes voiles chaudes et épaisses, ce sont ses oreilles. Il a deux bâtons froids et lisses, ce sont ses défenses d'ivoire. Le gros serpent très fort et très musclé, c'est sa trompe ! C'est tout cela un éléphant et bien d'autres choses encore !

Et le roi les congédia tous.

Conte inspiré de : Thalie De Molènes, *17 contes du bouddhisme*. Edition, Castor Poche Flammarion. Paris 2000. Ce conte est disponible sur le site <http://www.oasisfle.comm/index.htm>

## **Annexe 2 : Plusieurs façon de percevoir un arbre**

- 1- Le bûcheron voit dans un arbre une source de revenu
- 2- Le luthier y voit un futur instrument de musique
- 3- Le charpentier y voit une pièce maîtresse d'une future toiture
- 4- Le pêcheur y voit une belle barque.
- 5- Le biologiste un foyer pour les millions d'organismes et micro-organismes.
- 6- L'écologiste un régulateur vital du climat pour son rôle d'assimilateur du carbone présent dans l'air
- 7- Le botaniste y voit l'œuvre prodigieuse de la nature.
- 8- La fourmi y voit son Everest
- 9- Le pompier une source potentielle de danger
- 10- Le pyromane y voit le départ d'un futur feu.
- 11- Le peintre y voit l'objet de sa future nature morte.
- 12- Le poète une ode à la terre.
- 13- Le sculpteur le matériau de son futur chef d'œuvre.
- 14- Le promeneur y voit un coin d'ombre où s'asseoir.
- 15- L'enfant un terrain de jeu
- 16- L'oiseau y voit un bel endroit pour se reposer.
- 17- L'écureuil...
- 18- Le sportif qui aime faire de « l'acrobranche »...
- 19- ...

### **Annexe 3 : Le loup raconte sa rencontre avec le petit chaperon rouge**

Ma maison, c'est la forêt. C'est là que j'habite et j'en prends grand soin. Un bon matin, j'étais en train de ramasser des déchets qu'un campeur avait laissés traîner, lorsque j'entends quelqu'un approcher. Vite, je me cache derrière un arbre pour voir ce qui se passe : une petite fille à l'air bien ordinaire marche sur le sentier, un panier d'osier à son bras. Elle porte des vêtements très étranges : elle est habillée tout en rouge et elle a un capuchon sur la tête. On dirait qu'elle ne veut pas que les gens la reconnaissent. Tout en me méfiant, je m'approche d'elle pour la questionner un peu. Je demande son nom, où elle s'en va à cette allure, d'où elle vient, etc. Elle me raconte alors qu'elle va voir sa grand-mère et qu'elle lui apporte à manger. Je me dis qu'au fond elle a l'air bien honnête, mais n'empêche qu'elle est dans ma forêt et qu'elle a l'air un peu bizarre à cause de sa façon de s'habiller. Je la trouve un peu suspecte et je me méfie d'elle. Je vais lui donner une bonne leçon pour lui faire comprendre qu'on ne peut pas s'en aller comme ça en forêt sans en avertir les habitants et, surtout, vêtue de cette drôle de manière.

Je lui dis qu'elle peut continuer son chemin et, moi, je cours par un autre chemin, plus court, chez sa grand-mère. Lorsque j'aperçois la gentille vieille dame, je lui explique mon problème et elle est parfaitement d'accord avec moi pour qu'on donne à sa petite fille une bonne leçon. Elle accepte de se cacher sous le lit quand elle arrivera jusqu'à ce que je lui fasse signe de sortir.

Lorsque la petite fille arrive, je lui dis de venir me retrouver dans la chambre à coucher. Je m'étais couché dans le lit et j'avais mis les vêtements de la grand-mère. En entrant dans la chambre, la petite me dit quelque chose d'indélicat au sujet de mes oreilles qu'elle trouvait bien grandes. On s'était souvent moqué de mes grandes oreilles, mais j'ai décidé de prendre cela avec humour en lui répondant que je pouvais ainsi mieux l'entendre. Elle n'a sûrement pas compris qu'elle m'avait humilié parce que maintenant elle s'en prend à mes yeux qu'elle trouve étrangement grands eux aussi. Je suis vraiment fâché et je la trouve beaucoup moins aimable, cette petite fille-là ! Elle a l'air bien gentille mais, mais au fond, elle est très méchante. Je décide de me calmer et de ne pas répondre à l'injure par l'injure. Je lui dis : « C'est pour mieux te voir mon enfant ! »

Ne voilà-t-il pas qu'elle s'en prend maintenant à ma bouche qu'elle trouve grande et horrible ? C'est trop de désobéissance. Je n'y tiens plus et ne peux davantage contenir ma colère. Je me jette hors du lit et je lui hurle que c'est pour mieux la manger.

Vous pensez bien que je n'avais pas le moins du monde l'intention de le faire. Quel loup pourrait manger une petite fille ? Mais mes cris lui ont tellement fait peur qu'elle s'est mise à courir dans la maison en criant à son tour à tue-tête. Moi, je cours derrière elle pour essayer de la calmer. J'avais enlevé les vêtements de la grand-mère pour être plus libre de mes mouvements.

C'est alors que l'histoire se complique. Soudain, la porte s'ouvre et un bûcheron, un vrai colosse, entre dans la maison avec sa hache à la main. J'ai tout de suite compris que j'étais vraiment en danger de mort. La fenêtre de la cuisine est ouverte. Je l'escalade et m'enfuis à toutes jambes..

Voilà la fin de l'histoire mais la grand-mère a toujours négligé d'expliquer comment cela s'est passé. Tout le monde a cru le bûcheron qui a clamé partout que je suis vilain et méchant. Aujourd'hui, plus personne ne veut me voir et encore moins s'approcher de moi et j'en suis très malheureux.

## Message JE et message TU

**Objectifs :**

- Prendre la responsabilité de ce que je veux, de ce que je pense et de ce que je ressens en parlant en messages JE
- Apprendre à communiquer de façon plus efficace.

**Mots-clés :** communication – français – communication non-violente

**Type de fiche :** Outil

**Niveau scolaire :** CE2, CM1, CM2, 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>

**Durée :** 50 min

**Nombre de séances :** 1 ou 2

**Matériel :** annexes

**Remarques :**

Une des composantes de la communication est l'émission de message par la parole. Il s'agit ici de faire prendre conscience aux enfants de la nécessité d'émettre des messages dans lesquels ils prennent la responsabilité de ce qu'ils pensent et de ce qu'ils ressentent sans en rejeter la responsabilité sur les autres sous forme accusatoire. Ce travail est particulièrement important car il donne de meilleures chances pour une résolution coopérative des conflits

**Démarche proposée :**

- 1) Vous annoncez aux élèves que vous allez émettre deux messages qui traitent de la même situation. Vous leur demandez d'être attentifs à ces deux messages et plus particulièrement aux sentiments qu'ils éveillent en eux.

Voici délivrez le premier message

*« Vous avez jeté des papiers et des chewing-gums par terre dans la cour pendant la récréation. Vous ne respectez pas votre environnement et vous n'écoutez pas quand je vous demande de le faire. Vous ne voulez pas comprendre que c'est important pour la qualité de la vie dans l'école et vous ne voulez pas collaborer pour que les lieux restent propres. Vous me décevez beaucoup »*

Vous faites une pause puis vous annoncez le message suivant

*« Je vois qu'il y a beaucoup de papiers de bonbons et de chewing-gums qui traînent par terre dans la cour. Je vous en ai parlé plusieurs fois en classe en expliquant que le respect de l'environnement pourrait être l'affaire de tous et de toutes, mais je constate toujours la même situation. Je trouve cela très dommage car j'ai l'impression que la cour est toujours sale. Je ne suis pas du tout à l'aise avec cette question. »*

2) Vous conduisez un échange avec la classe :

- De quel sujet traitent les deux messages ?
- Avez-vous éprouvé les mêmes sentiments en les écoutant ?
- Pouvez-vous dire ce que vous avez ressenti en écoutant le premier ?
- Que ressentiez-vous avec le deuxième ?
- Quelle différence avez-vous vu entre les deux messages ?

Il s'agit d'amener les élèves à trouver que la différence importante vient de l'emploi du VOUS dans le premier message et du JE dans le second. Remarquez que ce premier exemple est la simulation d'une situation où est engagée la responsabilité de tous les élèves ce qui est moins stressant pour eux. Le VOUS est moins brutal que le TU.

3) Deuxième exemple :

L'utilisation des mots VOUS et JE fait donc toute la différence. Si les élèves ne trouvent pas cette distinction, vous pouvez leur lire un autre exemple en simulant de vous adresser à un élève. Par exemple :

*« Tu n'étais pas dans l'établissement l'heure précédente et tu n'es pas venu nous dire pourquoi avant d'entrer dans la classe pour cette heure-ci. On t'a cherché partout et le règlement prévoit que tu dois venir nous avertir. Tu ne te rends pas compte qu'on était inquiet. C'est toujours pareil avec toi, tu n'as pas le sens des responsabilités. Tu auras deux heures de colle. »*

Puis

*« J'ai été avertie de ton absence lors du cours précédent et je suis heureuse de te voir présent à ce cours-ci. J'ai été inquiète de cette absence car j'ai la responsabilité de chacun de vous dans cet établissement. J'aimerais connaître la raison de cette absence et notamment si les parents étaient au courant. Le règlement prévoit d'avertir l'administration dans ce cas et s'il n'y a pas une raison valable à cette absence non signalée je serai obligée de sanctionner. »*

S'ils ne trouvent pas la différence que vous leur demandez de relever, précisez qu'il y a un petit mot que vous utilisez souvent dans le premier message et un autre petit mot que vous utilisez souvent dans le deuxième message.

4) Construction collective d'un message TU et d'un message JE

Faire remarquer combien il est étonnant que cette différence de ressenti dans l'écoute d'un message tienne à un si petit mot. Le message JE est un message franc, direct, honnête et il est mieux accepté. Le message TU ressemble à une accusation. Celui qui le reçoit n'est pas prêt à en tenir compte spontanément. Il va chercher à se défendre et va riposter immédiatement sur le même ton ou alors se refermer sur lui-même. Nous créons souvent des conflits inutiles uniquement parce que nous utilisons ce genre de messages.

Quand tous ont compris la distinction, vous dessinez au tableau deux colonnes. Dans l'une vous écrivez TU et dans l'autre JE. Tous ensemble vous composez un message TU en invitant les élèves à suggérer une situation et des phrases adaptées. Puis tous ensemble vous le transformez en message JE. Vous invitez trois enfants à venir. Le premier délivrera le message TU au deuxième et le troisième lui délivrera le message JE. Il dira ensuite comment il a ressenti les deux messages.

5) Exercice deux à deux

Pour que tous s'exercent à composer un message TU et un message JE, proposez aux élèves de se mettre par deux. L'un sera émetteur et l'autre écouter attentivement. Celui qui parle imagine par exemple la situation suivante : il a prêté un livre auquel il tient beaucoup à l'autre et celui-ci lui a rendu avec une page déchirée. Après un temps de réflexion silencieuse, il délivre un message TU pendant une minute. Puis après un temps de pause, il transforme pendant une minute son message en message JE. Dans un deuxième temps, on inverse les rôles pour que l'autre élève puisse composer à son tour les deux types de messages. Il s'appuie sur la situation suivante : il reproche à l'autre de ne pas avoir pris la file comme tout le monde pour aller à la cantine, ou au cinéma.

Vous pourrez constater que, pendant l'exercice, les élèves deviennent certainement plus bruyants en émettant les messages TU qui, par nature, invite à parler fort et à s'emporter.

6) Mise en commun :

- Comment vous sentiez-vous :
  - en émettant le message TU ?
  - en émettant le message JE ?
  - lorsque le message TU s'adressait à vous ?
  - lorsque le message JE s'adressait à vous ?
- Quel message avez-vous
  - émis le plus facilement ?
  - accepté le plus facilement ?
- Qu'avez-vous appris de cet exercice ?

## **Annexe 1 - Exercices pour l'entraînement personnel**

Pour chacune des phrases suivantes, reconnaître si c'est un message JE, sinon modifiez-la pour qu'elle le devienne

- 1- -Je suis tellement en colère aujourd'hui que je pourrais enfoncer une porte !
- 2- Garder les petits ? Pourquoi me le demandes-tu toujours ?
- 3- Sors de ma chambre !
- 4- Maman, il ne veut pas me rendre mon jeu !
- 5- J'espère que je n'aurai pas à passer cet examen demain
- 6- Laisse-moi tranquille !
- 7- Pourquoi ne ranges-tu pas ton bazar ?
- 8- Tu passes tout ton temps avec les autres et tu m'ignores complètement
- 9- Le samedi, j'aime faire la grasse matinée
- 10- Je veux être certaine que tu as bien compris
- 11- Tu as tous les privilèges ici, uniquement parce que tu es le plus grand !
- 12- Tu ne pourrais pas laisser quelqu'un d'autre être capitaine pour une fois ?
- 13- Laisse-moi jouer avec ton jeu vidéo
- 14- Je suis trop crevé
- 15- Tu m'énerves quand tu piques mes affaires.
- 16- Tu m'énerves.
- 17- J'aimerais bien aller au cinéma ce soir.
- 18- Elle se croit la meilleure.
- 19- Aujourd'hui je suis fatiguée
- 20- Le foot c'est le sport le plus génial

## **Annexe 2 - Exercice pour l'entraînement personnel**

Pour trouver des solutions aux conflits plus aisément, apprenez à vous exprimer en votre nom propre en évitant de parler pour quelqu'un d'autre ou bien pour personne en particulier, en restant général.

L'exercice consiste à identifier dans les phrases suivantes si la personne parle pour elle-même (écrire E), à la place d'une autre personne (écrire A) ou pour personne en particulier (écrire G)

- 1 \_\_\_\_ : Tout le monde aime le prof.
- 2 \_\_\_\_ : Je t'aime bien !
- 3 \_\_\_\_ : On dit que tu es sympa
- 4 \_\_\_\_ : Nous pensons que cette chanson est très chouette !
- 5 \_\_\_\_ : Personne n'aime les maths !
- 6 \_\_\_\_ : Pierre trouve que tu es bizarre.
- 7 \_\_\_\_ : La plupart des gens seraient fâchés si on leur faisait une chose pareille.
- 8 \_\_\_\_ : A regarder ta tête, je vois que tu n'es pas en forme aujourd'hui.
- 9 \_\_\_\_ : Je pense que tout le monde est d'accord pour aller se baigner.
- 10 \_\_\_\_ : Il y a des gens qui n'aiment pas la marche à pied.
- 11 \_\_\_\_ : Les français sont des racistes.
- 12 \_\_\_\_ : Je ne supporte pas le mensonge.
- 13 \_\_\_\_ : Mon voisin pense qu'il va pleuvoir.

## **Annexe 3 - Améliorer le message JE : Comment rendre efficaces les messages suivants ?**

- 1- On pourrait organiser un pique-nique  
*Je veux bien organiser un pique-nique. Qui veut m'aider ?*
- 2- Je suis d'accord avec le pique-nique mais je voudrais qu'il y ait un barbecue  
*OK pour le pique-nique et j'apporterai un barbecue*
- 3- Je pense que je peux vous inviter chez moi pour un barbecue.  
*Je vous invite chez moi pour un barbecue*
- 4- Je pense que tout le monde sera d'accord pour un pique-nique samedi  
*Etes-vous d'accord pour un pique-nique samedi ?*
- 5- Un pique-nique, c'est pas mal.  
*Un pique-nique, c'est bien*
- 6- Je ne peux pas ne pas vous inviter chez moi pour ce barbecue.  
*Je peux vous inviter chez moi.*
- 7- Tu devrais y arriver à organiser ce pique-nique que tu désires tant.  
*Tu vas arriver à organiser ce pique-nique*
- 8- Comme vous le savez la météo annonce du beau temps pour samedi.  
*La météo annonce du beau temps pour samedi*
- 9- Inutile de préciser que chacun doit amener son couvert pour le pique-nique  
*Je vous demande d'amener vos couverts pour le pique-nique*
- 10- Ca va être un vrai problème pour faire ce barbecue chez moi.  
*C'est pour moi un défi d'organiser ce barbecue chez moi.*
- 11- Il faut que je me charge d'organiser cette fête.  
*Je suis ravi d'organiser cette fête*

## Obstacles à la communication

### **Objectifs :**

- Prendre conscience et étudier les effets de certaines manières de s'exprimer qui sont des blocages « verbaux » à la communication.
- Chacun reste libre de communiquer comme il l'entend. Cependant en connaissant mieux « les blocages à la communication » et les sentiments désagréables qu'ils provoquent chez les autres, chacun apprendra plus facilement à les éviter.

**Mots-clés :** communication – français – communication non-violente

**Type de fiche :** Outil

**Niveau scolaire :** CM1, CM2, 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>

**Durée :** 50 min

**Nombre de séances :** 2 ou 3

**Matériel :** aucun

### **Sources :**

- Programme de développement affectif et social PRODAS, guide de l'animateur, deuxième cycle, éd. Actualisation, Québec 1985
- Thomas Gordon, *Enseignants efficaces, enseigner et être soi-même*, éd. Actualisation, 1981

### **Deux ou trois séances pour étudier chaque fois un ou deux « blocages à la communication »**

#### 1) Choix d'un scénario et préparation de la séance

En annexe 2 vous avez la liste des douze obstacles à la communication définis par Thomas Gordon dans son livre, *Enseignants efficaces*. Il s'agit d'obstacles à la communication entre professeur-e-s et élèves, mais la plupart peuvent être transposés aux dialogues entre élèves.

Vous choisissez un « obstacle » qui vous paraît fréquent dans les communications entre jeunes. Par exemple : **critiquer**

Vous imaginez et écrivez un scénario de dialogue entre deux élèves où figurent des critiques et des jugements. Au besoin, vous pouvez utiliser l'exemple n°3 de l'annexe 1

Vous choisissez trois élèves pour vous aider dans le déroulement de la séance.

#### 2) Préparation du dialogue ou de la mise en situation par deux élèves

Vous distribuez le texte du dialogue aux deux premiers. Vous leur accordez quelques minutes dans un coin de la salle pour qu'ils lisent attentivement le texte et se préparent éventuellement à le mettre en scène.

Vous expliquez au troisième, qu'avec lui, vous vous proposerez d'illustrer une communication efficace. Vous lui demandez de se préparer à venir vous raconter quelque

chose (par exemple, ce qu'il a vécu le week-end dernier.) Préparez-le à ne pas s'arrêter de parler, même s'il est intimidé ou gêné au début, jusqu'à ce que vous ayez pu faire la démonstration d'une attitude favorisant la communication.

3) Lecture du dialogue ou jeu de rôle devant le groupe-classe

Expliquez aux élèves l'objet des deux ou trois séances que vous avez prévues et nommez les « blocages » que vous allez étudier avec eux.

Les deux élèves présentent leur dialogue. Demandez-leur de lire fort, de bien articuler, de mettre le ton et de bien manifester leurs sentiments. Vous pouvez leur demander de relire ou de rejouer la saynète en leur donnant des conseils pour améliorer la présentation. Puis vous les remerciez chaleureusement et les laissez regagner leur siège.

4) Période de questions et de discussion sur le dialogue.

Demandez à la classe

- Comment la deuxième personne agissait-elle à l'égard de la première ?

Laissez répondre les élèves puis écrire au tableau le mot que les élèves auront trouvé pour caractériser cette attitude : critiquer ou bien juger, etc.

Donnez, au besoin, quelques autres exemples qui illustrent un dialogue qui critique : « c'est un paresseux, etc. » Les élèves peuvent en fournir d'autres, issus de leur expérience.

Poursuivre le dialogue sur le scénario, par exemple en questionnant :

- Qui juge qui ?

- Comment s'y prend-il ?

- Les jugements sont-ils bons ?

- Croyez-vous que le jugement positif ait plu à l'autre personne ? Pourquoi ?

- Juger bloque la communication : comment ?

- Comment nous sentons-nous quand quelqu'un nous parle comme cela ?

Faite remarquer que, même lorsque le jugement est positif, il bloque la communication. La personne qui juge se place dans une position supérieure par rapport à son interlocuteur et pour communiquer efficacement il faut que chacun se sente sur un pied d'égalité.

5) Définition du « blocage » par le groupe

Lorsque tous ceux qui voulaient le faire auront commenté cette expérience, cherchez collectivement une définition de ce comportement en évitant le mot écrit au tableau initialement. Ecoutez les définitions données par les élèves et bâtissez une phrase que vous écrirez au tableau derrière le mot critiquer ou le mot juger.

6) Démonstration de comportements efficaces remplaçant le blocage étudié.  
Discussion

Demandez maintenant à celui que vous avez choisi de s'avancer vers vous et de vous communiquer une de ses expériences. Ecoutez-le attentivement, montrez-lui que vous appréciez ce qu'il dit, regardez-le dans les yeux, montrez-lui une attitude corporelle réceptive, de temps en temps, réagissez chaleureusement à ce qu'il vous dit et quand il a terminé son message, résumez-le en quelques mots.

Demandez-lui ce qu'il a éprouvé en vous parlant et quand vous lui avez résumé son message. S'est-il senti écouté et compris ? Remerciez-le et laissez réagir les autres élèves brièvement.

### 7) Remarques

Il y a de nombreux blocages verbaux à la communication. S'il est difficile de les dénombrer tous, on peut identifier les plus courants. On pourra, sur le modèle précédent, étudier les blocages intitulés : interrompre – interroger – juger ou critiquer – interpréter – accuser – conseiller – insulter – commander – menacer – faire la morale – humilier – blaguer – etc.

Il existe également des blocages non-verbaux : rire, se moquer, faire autre chose en écoutant, tourner le dos, regarder ailleurs, etc. Demander aux élèves de compléter cette liste.

### **La liste des douze obstacles proposée par Thomas Gordon (annexe 2 et exercices en annexe 3)**

Cette liste est destinée essentiellement aux enseignants qui veulent améliorer leur communication avec les élèves et de façon générale à tous les adultes qui veulent progresser dans leur mode de communication avec des jeunes, notamment les parents, les animateurs de centres de loisir, les éducateurs, etc.

Il est indispensable que chaque enseignant puisse bénéficier d'une formation à la communication efficace. Dans ce cadre-là, la liste de Gordon peut être utilisée lors de la formation des maîtres en IUFM, pour rendre les futurs enseignants plus conscients de ces stéréotypes de communication qui existent dans les établissements scolaires. Comment former les élèves à la communication, sans cette formation essentielle à la connaissance des effets d'une mauvaise communication.

## **Annexe 1 : Exemples de dialogues sur les blocages à la communication**

### 1- Dévier et interrompre :

A- J'ai reçu un nouveau chien. Il est tellement beau. Est-ce que tu sais ce qu'il a fait ?

B- Samira, elle a eu un nouveau chat.

A- Vraiment ? Quand ?

B- La semaine dernière.

A- Ah bon ! Mon chien lui est tout jeune, il...

B- Le chat de Samira est adulte.

A- Ah ! Pourquoi n'a-t-elle pas choisi un chaton ?

B- Je ne sais pas. J'ai vu son chat. Il est noir et blanc, et il est très gros. En plus de ça, il est très intelligent. Lorsque quelqu'un l'appelle, il vient en courant; il ronronne tout le temps.

A- Ah ! Mon chiot s'est plaint toute la nuit dernière. Il n'a pas arrêté...

B- C'est pour cela que je ne veux pas avoir de chien. Je ne pourrais pas endurer un animal comme le tien !

A- Ah !

### 2- Interroger

A- Eh ! J'ai quelque chose à te dire.

B- Qu'est-ce que c'est ?

A- Bien, tu te souviens de mon cousin... celui qui m'a rendu visite l'été dernier ?

B- Oui. Il s'appelait Manuel, je pense ?

A- Oui, Manuel.

B- Est-ce un cousin maternel ou un cousin paternel ?

A- Maternel. Mais Manuel et moi nous t'avons vu avec José un soir et...

B- Où nous avez-vous vus ?

A- Au cinéma.

B- Quel soir ?

A- Je ne sais pas. Je pense que c'était vendredi soir.

B- Quels films y avait-il au programme ?

A- Attends. Je ne m'en souviens plus. C'était... c'était...

B- As-tu aimé la scène ou l'homme était immobilisé dans l'eau ?

A- Ah oui ! Ca m'est déjà arrivé.

B- Vraiment ? Quand ?

A- L'an dernier.

B- A quelle saison ?

A- Durant l'été. Je pense que c'était au mois d'août.

B- Où ?

A- Dans la rivière.

B- Quelle rivière ?

A- Où veux-tu en venir ?

B- Je ne comprends pas. Pourquoi ne réponds-tu pas à mes questions.

### 3- Critiquer

A- Cet après-midi, notre professeur nous montrera à fabriquer des marionnettes de bois et nous préparerons un spectacle pour les enfants de maternelle à la fête du quartier avant Noël.

B- A mon avis, ce n'est pas très intéressant !

- A- Ce sera certainement très agréable mais je me demande si je réussirai à en fabriquer une !
- B- C'est vrai que tu es plutôt maladroit.
- A- Ca ne fait rien. De toute façon, je vais essayer.
- B- Bravo. Tu es courageux, même si tu ne réussis jamais rien !
- A- Ah bon ! Le plus difficile sera probablement d'attacher les ficelles.
- B- Tu t'inquiètes toujours inutilement.
- A- Non; j'ai vraiment l'impression que c'est un travail difficile. Pour la fête, j'ai envie de me déguiser en bouffon.
- B- Ah non, pas en bouffon ! Les bouffons sont stupides. Fais quelque chose de bien.
- A- Qu'est-ce que je pourrais faire ?
- B- Je ne sais pas.

#### 4- Interpréter

- A- Qu'as-tu fait le week-end dernier ?
- B- je suis resté à la maison et j'ai lu un livre.
- A- Ah ! Tu es encore puni..
- B- Non, pas du tout, j'avais simplement envie de lire.
- A- Tu dois être en retard dans tes travaux scolaires.
- B- Non, je suis à jour.
- A- Alors, c'est sûrement le professeur qui te l'avait demandé.
- B- Non, il n'y est pour rien.
- A- C'est donc pour te rendre intéressant. A ses yeux.
- B- Le professeur ne le sait même pas.
- A- Tu as dû t'ennuyer affreusement ?
- B- Non. Ça m'a beaucoup plu.
- A- Tu es étrange.

#### 5- Accuser

- A- J'ai marqué un but.
- B- Pourquoi ne le cries-tu pas sur les toits ?
- A- Je suis simplement content de ce que j'ai réussi !
- B- Tu te vantes tout le temps.
- A- Ah ! Ah bon ! Ça te dérange ?
- B- Oui, et puis ce n'est pas tout. Tu m'énerves quand tu joues. Tu tentes toujours de prendre la vedette et tu es imprudent. Tu prends de trop grands risques et je veux que ça cesse.
- A- D'accord, mais je ne récolte pas souvent de cartons jaunes.
- B- Tu es chanceux, voilà tout ! Ta manière de jouer me rend fou.
- A- Tant pis ! Je fais pourtant de mon mieux, il me semble.
- B- Ce n'est pas assez. Tu ne te concentres pas suffisamment.
- A- Dis donc, quel est ton rendement ces jours-ci ?
- B- Ne t'inquiète pas de moi. Améliore plutôt ton jeu. C'est bien assez pour toi.

#### 6- Conseiller

- A- Dis donc, tu me sembles soucieux ? As-tu des problèmes ?
- B- En effet. J'ai obtenu une mauvaise note à l'examen.
- A- C'est vraiment dommage. Si j'étais à ta place, je demanderais au professeur de me donner une autre chance.
- B- Tu veux dire reprendre l'examen ?

A- Oui. Mais étudie cette fois-ci. Tu dois étudier si tu veux obtenir une bonne note à l'examen.

B- Oui, je sais. J'avais pourtant bien étudié, c'est le problème.

A- Tu n'as probablement pas assez étudié. Suis mon conseil; tu dois étudier au moins deux heures si tu veux réussir un examen; de plus, tu dois étudier dans un endroit calme. Et assure-toi de trouver quelqu'un qui peut t'aider et qui peut étudier avec toi.

B- J'ai étudié avec mon ami.

A- Ce n'est pas ça qu'il faut faire. Tu dois étudier avec un adulte. Tu devrais demander à ton père ou à ta mère. Moi, lorsque j'étudie, je leur demande toujours de m'aider.

B- C'est vrai ? Quelle note as-tu obtenue pour ton examen ?

A- Moi ? Ne t'inquiète pas de ça ! Pense plutôt à bien étudier en prévision du prochain examen !

## **Annexe 2 : Les douze obstacles à la communication**

Source : Thomas Gordon, Enseignants efficaces, enseigner et être soi-même, éd. Actualisation, 1981

Situation pour exemples : un élève ne parvient pas à terminer le travail qu'il doit rendre à l'école le lendemain. Il essaie de vous dire, peut-être maladroitement, qu'un problème le tracasse et que cela l'empêche de travailler. Voici douze manières de répondre qui font obstacle à une communication efficace. Le problème responsable de la crise de l'élève ne peut émerger et l'élève a peu de chance de se remettre au travail efficacement.

### **1. Commander**

« Cesse de te plaindre. Tu dois te remettre au travail »

### **2. Menacer**

« Tu ferais bien de te mettre au travail, sinon tu auras une mauvaise note. »

### **3. Moraliser**

« C'est de ta faute si tu n'y arrives pas, tu devrais laisser tes problèmes personnels à la porte de l'école »

### **4. Conseiller**

« Si j'étais à ta place, je m'organiserais autrement pour terminer ce devoir à temps. »

### **5. Rationaliser**

« Regardons les choses rationnellement. Il ne te reste qu'un mois d'école avant le conseil de classe de fin d'année. Tes notes sont moyennes et tu n'as pas de temps à perdre pour avoir des chances de passer dans la classe supérieure. »

Remarque : quand l'élève n'est pas en situation de crise, la logique et l'argumentation lui sont d'une aide précieuse.

**6. Critiquer** : « Tu es trop paresseux et tu remets toujours ton travail en retard. »

### **7. Ridiculiser** (humilier)

« Tu agis comme un enfant de deux ans. Dire que tu dois entrer en sixième l'année prochaine ! »

### **8. Interpréter**

« Tu essaies de me raconter des histoires pour ne pas terminer ton devoir. »

### **9. Complimenter** (approuver)

« Je sais que tu réussis bien d'habitude. Je suis certain que tu vas trouver le moyen de terminer ton devoir à temps. »

Remarque : l'élève peut percevoir un compliment comme une façon détournée d'obtenir un comportement précis.

### **10. Consoler**

« Quand j'avais ton âge j'avais aussi des moments de déprime quand je ne comprenais pas une leçon. Tu vas voir qu'en t'y mettant, cela va aller mieux. »

Remarque : rassurer un élève en crise risque bien souvent de le convaincre qu'on ne comprend rien à son problème.

### **11. Questionner**

« Pourquoi n'y arrives-tu pas ? Tu as déjà passé combien de temps sur ce devoir ? Est-ce que c'est si difficile que cela ? Qu'est-ce que tu ne comprends pas ? »

Remarque : s'il ne comprend pas pourquoi il est questionné, l'élève risque de se sentir traqué. Les questions qui utilisent « pourquoi ? » peuvent être perçues comme inquisitrices.

### **12. Esquiver** (dévier, prendre la vedette)

« Parlons d'autre chose, j'ai l'impression que tu t'es levé du mauvais pied ce matin. »

Remarque : garder le silence ou bien tourner le dos à la conversation sont aussi des esquives.

### **Annexe 3 : Reconnaître un obstacle à la communication.**

Pour chacune des phrases suivantes, identifier de quel obstacle à la communication elle est porteuse : commander – menacer – moraliser - conseiller – rationaliser - critiquer – ridiculiser – interpréter – complimenter – consoler – questionner - esquiver

- 1- Tu es toujours celui qui commence à embêter les autres (6)
- 2- Tu as des histoires avec l'autorité. (8)
- 3- C'est dur, n'est-ce pas, de rester tranquillement assis alors qu'il fait si beau dehors ? (10)
- 4- Veux-tu bien me dire pourquoi tu n'es pas assis à ta place ? (11)
- 5- Cesse de te plaindre sinon je te donnerai une bonne raison de le faire. (2)
- 6- Tu as de la difficulté à perdre du poids. Je te trouve très bien comme cela. (10)
- 7- Tu fais l'imbécile uniquement pour te faire remarquer. (8)
- 8- Tu ne raisones pas avec bon sens. (6)
- 9- Arrête donc ça tout de suite ! (1)
- 10- Si tu essaies, tu pourras le faire. (4)
- 11- Tu agis comme un bébé. (7)
- 12- Pourquoi as-tu fait cela ? (11)
- 13- Mais que tu es agaçant (6)
- 14- Vous agissez comme des bêtes sauvages aujourd'hui (7)
- 15- Oublions l'examen de maths et allons au cinéma. (12)
- 16- Tu ne devrais pas faire des choses qui ne peuvent que te déshonorer, toi et l'école. (3)
- 17- Est-ce que tu as fait tes devoirs hier soir comme je te l'avais demandé ? (11)
- 18- Si tu ne commences pas ce travail immédiatement, tu vas rater ton trimestre (2)
- 19- Ne t'inquiète pas, ça va aller mieux. Allons, courage ! (10)
- 20- Tu devrais avoir un peu plus de bon sens ! (3)
- 21- D'ordinaire tu es un excellent étudiant. (9)
- 22- Tu es un autre Albert Einstein. (12)
- 23- Tu es paresseux et sans ambition. Tu n'arriveras à rien. (6)
- 24- Tu es assez intelligent pour devenir un excellent élève. (9)
- 25- Pourquoi n'avez-vous pas rangé vos affaires dans le placard ? (11)
- 26- Si tu n'as pas terminé ce travail tu resteras ici jusqu'à ce que tu me le remettes. (2)
- 27- Tu dois respecter tes aînés. (3)
- 28- Allons, ne t'en fais pas tant, tout va s'arranger. Tu iras bien mieux demain. (10)
- 29- Ton problème à toi c'est que tu es simplement fatigué (8)
- 30- Parlons de choses plus agréable, ça irait tellement mieux si tu étais président de la République ! (12)
- 31- Tu ferais mieux de te calmer sinon gare à toi ! (2)
- 32- Fais-le comme je te l'ai indiqué ! (1-4)
- 33- Tu raisones comme un gosse ! (6)
- 34- Tu essaies de te venger. (8)
- 35- Tu te sentiras certainement mieux demain. (10)
- 36- Tu agis de la sorte pour attirer l'attention des autres. (8)
- 37- Quand tu te donnes vraiment de la peine, tu fais des merveilles. (9)
- 38- Comment espères-tu réussir en chimie quand tu bavardes autant en classe ? (11)
- 39- Peu m'importe que tu aies soif. Assieds-toi et tu iras boire quand on t'autorisera. (1)
- 40- Si tu ne marches pas droit, je vais téléphoner à tes parents. (2)
- 41- Oui ! Là tu fais bien ! (9)
- 42- Tu devrais être reconnaissante à tes parents, ils te nourrissent et ils t'habillent. (3)
- 43- Ton problème, c'est que tu es trop douce, tu la laisses faire n'importe quoi. (8)
- 44- Ca va, monsieur je-sais-tout, voyons ce qu'en pense un autre (7)

## Les mots qui fâchent

### **Objectifs :**

- Prendre conscience des effets négatifs des insultes, classées parmi les violences verbales. Elles sont génératrices d'escalade de la violence. Elles sont un obstacle à la communication. Elles génèrent une dévalorisation de la personne
- Essayer une méthode, appelée ici « bannissement de la violence », qu'il sera possible d'utiliser systématiquement pour faire surgir en mots tout ce qui ne va pas et empêche sournoisement le travail scolaire.

**Mots-clés :** communication – conflit – français – parole libre – cercle de parole – cercle magique - chant

**Type de fiche :** Activité

**Niveau scolaire :** Grande section de maternelle, CP, CE1

**Durée :** 45 min

**Nombre de séances :** 1

**Matériel :** annexes

### **Sources :**

- Non-Violence Actualité (NVA) n° 279, *Violences verbales, Le poids des mots*.
- Pièce de théâtre, *La Marchande de Mots*, Compagnie Les Héliades, 4 rue du Puits, 28480 Happonvilliers, E-mail [contact@rockybulle.com](mailto:contact@rockybulle.com). Ce spectacle présente une version pour la maternelle et une version pour les plus de 7 ans. On trouve le texte intégral de la pièce, partition et chansons sur le site [www.rockybulle.com](http://www.rockybulle.com). La chanson utilisée ici, *Les mots qui fâchent*, est tirée de cette pièce. Le CD des chansons est disponible à la boutique du site de Rocky Bulle.
- Elisabeth Godon, *Mots pour maux à l'école primaire*, ESF éditeur, 2002

### **Proposition de progression pédagogique :**

#### 1) Annoncez aux enfants le thème de la séance :

« Nous allons parler des mots qui fâchent. Il y a des mots qui sont vraiment trop méchants. Ceux qui cherchent la bagarre les utilisent toujours et c'est vrai que les mots qui fâchent, fâchent vraiment et provoquent de vraies bagarres. Nous allons vous jouer une saynète et nous en parlerons ensuite. »

Deux adultes jouent le dialogue présenté en annexe 1. Si vous êtes seul-e vous le jouez en mimant la présence de deux personnes par changement de place simulant le changement de locuteur. : « Eh ! Imbécile, regarde donc où tu mets les pieds ! , etc. »

Généralement les enfants rient beaucoup en entendant ce texte. Laissez-les faire et lorsqu'ils ont fini de rire, discutez sérieusement de ce dialogue. Laissez-les conclure eux-mêmes que les insultes nuisent à la communication, qu'elles peuvent être très nocives, qu'elles engendrent une escalade dans la violence verbale qui peut déboucher sur une bagarre.

Même une petite invective de temps en temps peut vite dégénérer. Répétées, les insultes amènent les enfants à se renfermer, à ne plus oser communiquer leurs pensées et leurs sentiments et à développer une image dévalorisée de soi.

2) Un cercle de parole selon la méthode PRODAS, détaillée dans la fiche *Apprentissage de la communication n°2*

Thème : « Un jour on m'a dit des mots qui m'ont fâché-e... que j'ai ruminé... qui m'ont blessé-e... » Commencez par donner vous-même un exemple : « Un jour parce que je ne conduisais pas assez vite, un automobiliste m'a traité de connard et m'a fait un doigt d'honneur. J'ai ruminé cet épisode toute la matinée. »

Si le cercle est conduit de façon rigoureuse vous aurez vraiment l'expression du vécu des enfants :

« Un jour j'ai vu écrit sur un mur un mot qui m'a choqué. Je ne vais pas le dire, mais je vais l'épeler : P – U – T – E »

« Un jour ma petite sœur m'a traitée de pétasse. » La sœur, présente dans le cercle, quand son tour de parler arrive : « Oui, mais c'est mon papa qui me traite de pétasse. »

N'oubliez pas le deuxième temps du cercle, celui du retour réflexif, avant de conclure et de le clore.

3) Apprendre la chanson de Claude Theil, *Les mots qui fâchent*

Cette chanson servira à accompagner la séance de bannissement des mots qui fâchent.

4) Séance de « bannissement de la violence des mots qui fâchent » :

Vous dessinez un gros sac à la craie au tableau et vous écrivez dessus « Les mots qui fâchent »

Vous dites aux élèves : « Vous connaissez tous des mots qui fâchent, soit parce que ce sont des mots qu'on vous a dits et qui vous ont fait du mal, soit que, vous-même, parce que vous étiez en colère, vous les avez lancés à la figure d'un autre. On appelle cela des insultes. Nous allons les extraire pour les bannir. Je vous demande de dire les injures que vous connaissez et je vais les écrire au tableau dans le sac. Vous pouvez, si vous le voulez, venir les écrire vous-même. Si vous êtes gêné-e-s, vous pouvez les épeler seulement ou alors venir me les dire à l'oreille. »

Vous écrivez au tableau les mots qui ont été dit dans le cercle de parole : « Connard - Pute – Pétasse, etc. »

Les enfants seront intimidés au début, un peu honteux et puis ils vont gagner de la confiance et vous serez sans doute étonnés du vocabulaire déjà très coloré qu'ils connaissent dans ce domaine.

Quand les enfants n'ont plus rien à dire, solennellement, avec la craie, vous fermez le sac d'un gros nœud.

Vous placez un tabouret devant le tableau et vous invitez les enfants à venir monter sur le tabouret les uns après les autres pour barrer de traits de craie le sac à insultes .

Enfin vous demandez à un élève de venir effacer le dessin du sac avec les mots qui ont disparu sous les multiples traits des enfants. Vous lui demandez de le faire lentement et méticuleusement pendant que tous les autres chantent la « chanson des mots qui fâchent. »

## **Annexe 1 : Un dialogue où fusent les insultes**

### **Regarde où tu mets les pieds**

A- Eh ! Imbécile, regarde donc où tu mets les pieds !

B- Oh ! Est-ce que je t'ai écrasé le pied ?

A- Qu'est-ce qui te prend ? Ca ne va pas non ? Es-tu devenu fou ou quoi ? Ne l'as-tu pas senti ?

B- Bien sûr que non ! Je suis désolé ! Excuse-moi.

A- Fais donc attention quand tu marches ! Imbécile !

B- Écoute donc une minute ! Je t'ai fait des excuses.

A- Oui ! Oui ! Parce que tu es désolé, ça arrange tout. Ridicule, non ? Tu es cinglé ou quoi ?

B- Ecoute-moi, bonhomme. Si tu ne veux pas te faire marcher sur les orteils, enlève-toi du chemin.

A- Pour qui te prends-tu, crétin ? C'est à moi que tu parles comme ça !

B- je n'ai jamais vu un idiot pareil !

A- Je ne suis pas un idiot.

B- Oui, tu es le roi des idiots. Et ce n'est pas tout: tu as une tête de lard !

A- Oh non !

B- Oh oui, monsieur !

A- Tu n'es qu'un pouilleux !

B- Et toi, un miteux !

A- Abruti !

B- Crétin !

## Annexe 2 : La chanson « Les mots qui fâchent »

### *Refrain*

Do Si7  
Moi je joue à cache-cache  
Mim  
Avec les mots qui fâchent  
La  
Quand on déterre la hache  
Do  
Comme chez les Apaches  
Ré  
C'est la guerre, faut qu'on l'sache

Sol  
A cause des mots qui fâchent  
  
Moi je joue à cache-cache  
Avec les mots qui fâchent  
Je rumine comme les vaches  
Mais mes mots, je les mâche  
C'est la vie qu'on se gâche  
Avec les mots qui fâchent

### *Deux couplets*

**I.**

Sol Do  
Quand les gens en auto  
Ré  
Font dans le nom d'oiseau  
Sol  
Et la queue de poisson  
Do  
Quand volent bas les mots  
Ré  
Quand le ton monte haut  
Sol  
Je chante ma chanson

Quand j'en vois qui parfois  
S'insultent à tour de bras  
Et en viennent aux mains  
Quand l'niveau du débat

Est si bas qu'on se bat  
Je chante ce refrain

**II.**

Quand il y a la queue  
Des clients belliqueux  
Un employé grognon  
Quand c'est un peu nerveux  
Au guichet des grincheux  
Je chante ma chanson

Quand il devient banal  
De mettre un poing final  
A tous les entretiens  
Quand on se parle mal  
Comme si c'était normal  
Je chante ce refrain

*Paroles et musique : Claude THEI*

## Exprimer des messages clairs et précis

### **Objectifs :**

Apprendre à exprimer des messages clairs et à faire des demandes précises, concrètes et réalistes.

Apprendre à démasquer « l'effet Puits » dans les messages délivrés comme par exemple dans les horoscopes ou dans certains discours politique de langue de bois.

**Mots-clés :** communication – français – communication non-violente

**Type de fiche :** Activité

**Niveau scolaire :** collège

**Durée :** 1, 2 ou 3

**Nombre de séances :** 50

**Matériel :** annexes

### **Sources :**

- Georges Charpak et Henri Broche, *Devenez sorciers, devenez savants*, éd. Odile Jacob, 2002
- Programme de développement affectif et social PRODAS, guide de l'animateur, deuxième cycle, éd. Actualisation, Québec 1985

### **Remarques :**

- Les exercices proposés dans cette fiche peuvent alimenter au moins deux séances.
- « L'effet Puits » est une expression utilisée par Henri Broch, universitaire de Nice-Sophia Antipolis pour désigner un phénomène qu'il décrit ainsi : « L'effet Puits peut se résumer ainsi : plus un discours est vague, plus les personnes qui l'écoutent peuvent reconnaître, et se reconnaître majoritairement, dans ce discours. Des expériences ont montré que le pouvoir persuasif de déclarations vagues et générales est supérieur aux descriptions appropriées faites par des psychologues de métier » Il remarque que ces discours se veulent profonds alors qu'ils sont plutôt creux.

### **Séance pour découvrir « l'effet Langue de bois » :**

#### Le jeu de la langue de bois (annexe 1)

- Vous annoncez aux élèves qu'ils vont devoir écrire un discours « politique » que cinq d'entre-eux, choisis au hasard vont être amenés à prononcer devant le reste de la classe. On peut imaginer qu'il s'agit d'une campagne de candidats en vue de l'élection de délégués de classe
- Dans un premier temps, demandez-leur de choisir un code secret, à savoir un nombre de 4 chiffres sans utiliser ni le 0 ni le 9 (par exemple 2388)
- Vous distribuez à chaque élève une photocopie du tableau de l'annexe 1

- A partir de ce tableau et de leur code secret, vous leur demandez d'écrire leur discours de la manière suivant : «
  - Le premier chiffre de votre code secret donne le numéro de la ligne du tableau où irez chercher le début de votre message dans la première case.
  - Le deuxième chiffre de votre code secret donne le numéro de la ligne du tableau où irez chercher la suite de votre message dans la deuxième case.
  - Le troisième chiffre de votre code secret donne le numéro de la ligne du tableau où irez chercher la suite de votre message dans la troisième case.
  - Enfin le dernier chiffre de votre code secret donne le numéro de la ligne du tableau où irez chercher la fin de votre message.

Vous ne leur donnez pas d'exemple mais vous leur expliquez la procédure jusqu'à ce qu'ils la comprennent bien.

Avec le code 2388 le discours préparé est le suivant : « Je reste fondamentalement persuadé que l'acuité des problèmes de la vie quotidienne entraîne une mission somme toute des plus exaltantes pour moi : l'élaboration d'un projet porteur de véritables espoirs, notamment pour les plus démunis. »

- Vous laissez le temps aux élèves de s'exercer à lire leur message et à le relire afin de pouvoir donner un ton convaincant lors de leur discours de campagne.
- Procédez ensuite à un tirage au sort de cinq élèves et demandez-leur de venir devant la classe où l'un après l'autre ils proclameront leur message.
- Vous engagez ensuite une discussion avec toute la classe
  - Quel est le message qui vous a paru le plus convaincant ?
  - Qu'avez-vous retenu des contenus de ces messages ?
  - Y a-t-il des engagements clairs et précis des candidats ?
  - Que pensez-vous de ce genre de message ?
  - Etc.
  - Qu'attendriez-vous d'un délégué qui doit vous représenter au conseil de classe ?
- Vous pouvez expliquer à la classe ce qu'est «l'effet Puits» et comment on en trouve de magnifiques exemples en lisant les horoscopes. Vous pouvez vous-même en trier quelques exemples pour les lire aux élèves.
- Quand la discussion est terminée, vous pouvez aussi les mettre au défi de calculer combien de messages différents il serait possible de construire avec le tableau distribué. (Le résultat est impressionnant puisque ce nombre est  $8 \times 8 \times 8 \times 8 = 4096$ )

### **Séance pour s'exercer à émettre des messages clairs et précis**

Souvent nous n'osons pas formuler nos demandes de façon claire et précise et dans ce cas la communication ne peut qu'échouer. Disons que « Nous tournons autour du pot sans oser nous asseoir dessus » La personne à qui on s'adresse réagit à ce que nous lui disons sans bien comprendre l'objet caché de notre demande.

- L'annexe 2 donne deux exemples de dialogues de cette sorte. Vous pouvez vous-même en imaginer d'autres.
- Demander à quatre élèves de venir devant la classe pour jouer ces dialogues.
- Engager un débat avec la classe : par exemple, pour le premier dialogue
  - Quel est le message que la première personne voulait faire comprendre à la deuxième ?
  - Faites remarquer que si la première désire que la deuxième l'invite à venir jouer avec elle au parc, le message est pour le moins obscur et indirect.

- La deuxième personne a-t-elle compris le message ? Pourquoi ?
- Pourquoi la première personne n'a-t-elle pas formulé une demande plus directe ?
- Peut-être que la deuxième personne n'a pas voulu comprendre le message parce qu'elle n'avait pas envie de passer l'après-midi avec la première. Si la demande avait été plus claire, comment la deuxième aurait-elle pu répondre ?

La première personne n'ayant pas émis son message clairement, elle ne saura jamais si la seconde aurait aimé ou non passer l'après-midi avec elle.

- Demander aux élèves de prendre quelques minutes de réflexion silencieuse pour essayer de se souvenir de situations où ils auraient eu une demande précise à formuler et où ils ne savaient pas trop comment s'y prendre..
- Vous organisez l'échange sous la forme d'un cercle de parole pour partager ces expériences personnelles (voir la fiche *Apprentissage de la communication n°2* : le cercle de parole, méthode PRODAS)

### Une séance sur «l'effet Puits»

Vous pouvez expérimenter cette séance quand vous connaissez un peu mieux vos élèves et que la confiance s'est établie entre vous et eux.

- Vous leur annoncez que, maintenant que vous les connaissez mieux, vous allez leur donner une description personnalisée de leur caractère, selon vos observations. Vous leur dites que le papier que vous allez leur distribuer est confidentiel et vous leur demandez de ne pas le montrer pour le moment à leurs camarades. Ils pourront le faire plus tard, s'ils le désirent, mais pas maintenant.
- Vous leur dites votre désir qu'ils lisent attentivement ce que vous avez écrit d'eux et, qu'ensuite, vous aimeriez savoir si, globalement votre jugement leur paraît bien leur correspondre et à quel degré de validité.
- Pour cela vous leur distribuerez en même temps une feuille-réponse, anonyme, avec une grille comportant les six options suivantes : "Excellent", "Bon", "Assez bon", "Assez mauvais", "Mauvais", "Faux".
- Les élèves doivent donc mesurer l'accord de votre description avec le caractère qu'ils estimaient être le leur.
- Vous distribuez à tous la même description de caractère. La feuille est seulement personnalisée par l'inscription du nom et du prénom de l'élève et éventuellement accordée au féminin lorsqu'elle s'adresse à une fille. (annexe 3)
- Vous ramassez les réponses (anonymes)
- Vous dépouillez les feuilles-réponses au tableau avec l'aide d'un élève et calculez le pourcentage groupé des élèves qui jugent que la description que vous avez faite de leur caractère est excellente, bonne ou assez bonne.
- Vous aurez probablement un pourcentage bien supérieur à 50%. Vous demandez alors si un élève veut bien lire la description de son caractère que vous avez faite de lui. Les autres doivent alors découvrir que c'est la même pour tous.
- Vous engagez alors un débat pour essayer d'expliquer ce résultat. Vous pouvez faire remarquer comment certaines des affirmations consistent à mettre en avant un trait de caractère puis à le nuancer par son contraire. D'autres affirmations sont suffisamment banales pour que chacun puisse les adapter à son propre cas.
- Vous pouvez expliquer comment ce procédé est utilisé par les rédacteurs d'horoscope et lire quelques exemples aux élèves. Nous avons à faire à des messages vagues et imprécis.

**Annexe 1 : Jeu de la langue de bois**

	<b>1<sup>er</sup> chiffre</b>	<b>2<sup>ème</sup> chiffre</b>	<b>3<sup>ème</sup> chiffre</b>	<b>4<sup>ème</sup> chiffre</b>
1	Mesdames, Messieurs	la conjoncture actuelle	doit s'intégrer à la finalisation globale	d'un processus allant vers plus d'égalité.
2	Je reste fonda- mentalement persuadé que	la situation d'exclusion que certains d'entre vous connaissent	oblige à la prise en compte encore plus effective	d'un avenir s'orientant vers plus de progrès et plus de justice.
3	Dès lors, sachez que je me battraï pour faire admettre Que	l'acuité des problèmes de la vie quotidienne	interpelle le citoyen que je suis et nous oblige tous à aller de l'avant dans la voie	d'une restructuration sociale dans laquelle chacun pourra enfin retrouver sa dignité.
4	Par ailleurs, c'est en toute connaissance de cause que je peux affirmer aujourd'hui que	la volonté farouche de sortir notre pays de la crise	a pour conséquence obligatoire l'urgente nécessité	d'une valorisation sans concession de nos caractères spécifiques.
5	je tiens à vous dire ici ma détermination sans faille pour clamer haut et fort que	l'effort prioritaire en faveur du statut précaire des exclus	conforte mon désir incontestable d'aller dans le sens	d'un plan correspondant véritablement aux exigences légitimes de chacun.
6	J'ai depuis longtemps (ai-je besoin de vous le rappeler), défendu l'idée que	le particularisme dû à notre histoire unique	doit nous amener au choix réellement impératif	de solutions rapides correspondant aux grands axes sociaux prioritaires.
7	Et c'est en toute conscience que je déclare avec conviction que	l'aspiration plus que légitime de chacun au progrès social	fait des préoccupations de la population de base dans l'élaboration	d'un programme plus humain, plus fraternel et plus juste.
8	Et ce n'est certainement pas vous, mes chers compatriotes, qui me contredirez si je vous dis que	la nécessité de répondre à votre inquiétude journalière, que vous soyez jeunes ou âgés,	entraîne une mission somme toute des plus exaltantes pour moi : l'élaboration	d'un projet porteur de véritables espoirs, notamment pour les plus démunis.

Source : Georges Charpak et Henri Broche, *Devenez sorciers, devenez savants*

## **Annexe 2 : deux dialogues entre deux ami-e-s**

### Premier dialogue : en rentrant de l'école un mercredi matin

A- Qu'est-ce que tu comptes faire cet après-midi ?

B- Je ne sais pas encore. J'irai peut-être au parc.

A- Oh ! Moi je n'ai rien à faire cet après-midi.

B- Ah !

A- J'aimerais bien faire quelque chose.

B- Ah !

A- Je n'ai personne avec qui jouer.

B- Ah !

A- J'aimerais bien trouver quelqu'un. Tu vas au parc ?

B- Peut-être.

A- Ah bon ! Est-ce que tu iras avec quelqu'un ?

B- Non !

A- J'aimerais bien aller jouer au parc.

B- Ah ! Vraiment !

A- J'adore jouer au parc !

B- Ah !

### Deuxième dialogue : attablés dans un café

A- Thèse, antithèse, synthèse, mon dieu que c'est difficile ces devoirs où on traite de sujets philosophiques. Je ne sais jamais comment m'y prendre.

B- Ah oui, c'est difficile.

A- Toi habituellement, tu réussis très bien. Tu as toujours de très bonnes notes. Tu dois savoir rédiger en tout cas beaucoup mieux que moi. Je ne sais vraiment pas comment m'y prendre.

B- Tu crois ?

A- Je suis sûr que tu saurais expliquer aux autres comment rechercher des idées et comment les rédiger si tu le voulais. Moi j'aimerais bien apprendre.

B- Tu es gentil de me dire cela. Je n'y ai jamais songé.

A- Mais c'est vrai. Je parie n'importe quoi que tu pourrais vraiment aider ceux qui ont de la difficulté comme moi par exemple.

B- Mais ne t'en fais donc pas comme cela. Si tu te concentres bien sur ton sujet tu arriveras à faire vraiment des progrès.

### **Annexe 3 : Traits de caractère**

**NOM : Tartanpion    PRENOM : Gérald (ou Géraldine)**

- *Tu as besoin que les autres personnes t'aiment et t'admirent mais tu es tout de même apte à être critique envers toi-même.*
- *Bien que tu aies quelques faiblesses de caractère, tu es généralement capable de les compenser.*
- *Tu possèdes de considérables capacités non employées que tu n'as pas utilisées à ton avantage.*
- *Quelques-uns de tes désirs ont tendance à être assez irréalistes.*
- *Discipliné et faisant preuve extérieurement de maîtrise de toi, tu as tendance à être soucieux et incertain intérieurement.*
- *Quelquefois tu as même de sérieux doutes quant à savoir si tu as pris la bonne décision.*
- *Tu préfères un petit peu de changement et de variété et tu es insatisfait lorsque tu es bloqué par des restrictions ou des limitations.*
- *Parfois tu es extraverti, gentil et sociable alors que d'autres fois tu es introverti, prudent et réservé.*
- *Tu es également fier de toi-même pour les pensées personnelles qui forgent tes opinions et tu n'acceptes pas les affirmations des autres sans preuves convaincantes.*
- *Tu trouves imprudent d'être trop franc en te révélant toi-même aux autres.*

---

#### **Feuille-réponse**

Cette description de mon caractère me paraît :

EXCELLENT    BON    ASSEZ BON    ASSEZ MAUVAIS    MAUVAIS    FAUX

Entourez d'un trait votre réponse



## La communication non-violente

**Objectifs :** Initiation au processus de communication non-violente de Marshall Rosenberg

**Mots-clés :** communication – français – communication non-violente

**Type de fiche :** Outil

**Niveau scolaire :** CE2, CM1, CM2, 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>

**Durée :** 45 min

**Nombre de séances :** 1 ou 2

**Matériel :** aucun

### Ressources :

- Marshall B. Rosenberg, *Les mots sont des fenêtres (ou bien, ce sont des murs)*, éd. La Découverte, 1999
- Lucy Leu, *Manuel de Communication non-violente, (exercices individuels et collectifs)*, éd. La Découverte, 2005.
- Thomas d'Ansembourg, *Cessez d'être gentils soyez vrai ! (Être avec les autres en restant soi-même.)*, éd. De l'Homme, 2001
- Centre pour la communication non-violente (Site : [www.cnvc.org](http://www.cnvc.org)), association internationale, dispose d'une antenne en France : l'ACNV (Association pour la communication non-violente. Site : [www.nvc-europe.org](http://www.nvc-europe.org)) qui organise des formations à la Communication non-violente.

### Remarques :

- Il s'agit ici de proposer une simple initiation des élèves avec le processus de « Communication non-violente » tel qu'il est présenté dans le livre de Marshall Rosenberg, *Les mots sont des fenêtres*. L'expression « Communication non-violente » a été labellisée et ne peut être employée pour aucune autre méthode. Pour approfondir la méthode, une formation est indispensable et pour cela, il est recommandé de prendre contact avec l'ACNV.
- Pour cette séance, on suppose que les élèves ont préalablement réalisé un travail sur les thèmes suivants : « Décrire sans juger, évaluer ou interpréter » (*Apprentissage de la communication, fiche n°3*), « Exprimer des messages clairs et précis », (*Apprentissage de la communication, fiche n°8*), « Les sentiments » (liste pouvant aider à travailler en annexe 3), « Les besoins » (liste pouvant aider à travailler en annexe 4).
- Deux séances seront nécessaires pour que tous les élèves puissent présenter leur saynète

### Démarche possible

#### 1) Expliquez le processus de Communication non-violente :

- Ce processus se déroule en quatre étapes, comme elles sont représentées sur le dessin du bonhomme imaginé par Thomas d'Ansembourg. (voir annexe 1)
  - 1- L'**observation** objective des faits, sans évaluation, ni jugement, interprétation, analyse, étiquette, croyances, etc.
  - 2- L'expression des **sentiments** en faisant bien attention de ne pas utiliser des mots qui sont emprunts de ressentiment (« je me sens abandonné, attaqué, floué, harcelé, humilié, insulté, méprisé, rejeté, trahi, etc. » qui sont des mots qui mêlent sentiments et jugements
  - 3- L'expression des **besoins**, valeurs, rêves, aspirations.
  - 4- La formulation d'une **demande** précise, concrète, réaliste et négociable.
- Cela donne une expression qui pourrait être structurée ainsi : « Gérard, quand je vois (ou quand j'entends)..., je me sens..., parce que j'ai besoin de..., j'aimerais (ou accepterais-tu de)... »
- Précisez ainsi le lien entre ces quatre étapes : « J'observe un comportement concret qui affecte mon bien-être. Je réagis à ce comportement par un sentiment. Je cerne les désirs, besoins ou valeurs qui ont éveillé ce sentiment. Je demande à l'autre des actions concrètes qui contribueront à mon bien-être. »
- Pour établir un courant de communication avec l'autre il me faut aussi entendre ce qu'il observe ressent et désire, et ce qu'il demande pour son mieux-être.
- Proposer quelques exemples :
  - « Etienne quand je vois que tu écris avec mon stylo (O), je suis très surpris et un peu fâché. (S) J'étais inquiet et irrité (S) en le cherchant partout car je n'ai pas pu terminer mon devoir à temps (B) Je souhaite que tu me préviennes quand tu utilises mes affaires. (D)
  - Jasmine, tu viens de me pousser en t'asseyant à côté de moi (O) et je suis très énervée (S) parce que je voudrais suivre le cours attentivement sans être distraite. (B) Accepterais-tu de changer de place ? Nous pourrions jouer ensemble à la récré (D)
  - « Julien quand tu me cries 'Nique ta mère' (O) je me sens profondément exaspéré (S) car ma mère représente tout pour moi. (Valeur) Dans la tradition de mon pays d'origine, une mère, c'est sacré. Accepterais-tu d'utiliser d'autres mots quand tu es en colère contre moi ? (D) »

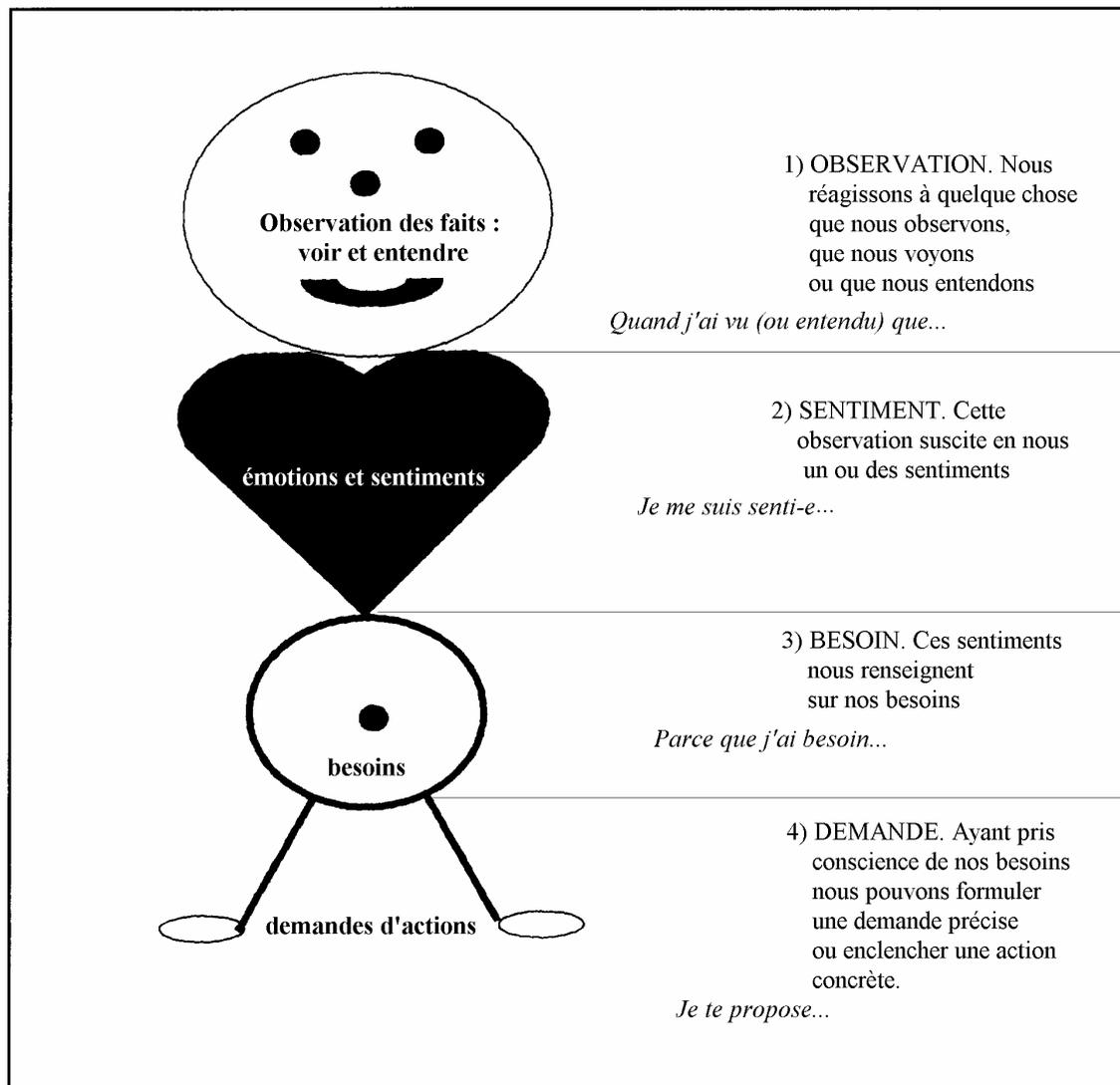
#### 2) Proposez aux élèves de s'exercer à pratiquer la communication non-violente

- Vous photocopiez le diagramme « baromètre des sentiments » présenté en annexe 3 Vous pouvez le compléter avec une liste d'autres sentiments comme : je suis honteux, dégoûté, stupéfait, etc.

- Vous préparez également une liste exprimant des besoins, en vous inspirant de l'annexe 4. Pour faciliter la lecture par les élèves, vous présentez cette liste sous la forme d'une seule colonne :
- - J'ai besoin...
  - De respect
  - De repos
  - De justice
  - D'aide
  - Etc.
- Vous demandez aux élèves de travailler à deux et vous distribuez les deux feuilles « sentiments et besoins. » à chaque enfant.
- Puis vous donnez à chacun un papier sur lequel est décrite une situation qui amène à réagir. Les élèves devront imaginer des demandes formulées suivant le processus précédent. (Voir annexe 2)
- Chaque groupe a donc deux situations à examiner. Les demandes proposées par chacun sont discutées dans les groupes qui mettent au point deux petites saynètes qu'ils joueront devant la classe pour exprimer les messages en « Communication non-violente » qu'ils ont mis au point.
- Après chaque saynète, le message est commenté par la classe et par vous-même pour vérifier que les quatre composantes du processus sont correctement formulées.
- Remarque : Avec les listes de sentiments et de besoins que vous leur avez distribuées, les élèves pourront, dans le travail de groupe, s'aider mutuellement à définir le plus exactement possible, les sentiments et les besoins correspondant aux situations proposées.

## Annexe 1 : le bonhomme représentant les étapes de la Communication non-violente

Dans le livre de Thomas d'Ansembourg, *Cessez d'être gentil soyez vrai !*, éd. De l'Homme, Canada, 2001, p. 25



Dessin tiré de : *Devenir son propre médiateur*, Joëlle Timmermans-Delwart, *Chronique Sociale*, 2004 p. 64

## **Annexe 2 : Liste de situations pour s'exercer à formuler une demande en communication non-violente**

- 1- En entrant à l'école, ton ami-e fait tomber tes livres. Tu lui dis : « ... »
- 2- A la cantine, tu t'assieds à côté d'un garçon ou d'une fille qui te dit : « Oh non, pas toi ! » Tu lui dis : « ... »
- 3- Tu montres ton bulletin scolaire à ton père. Il fronce les sourcils avec un air sévère en voyant la mauvaise note que tu as en calcul. Tu lui dis : « ... »
- 4- Dehors le terrain est boueux. Julie et Etienne te font tomber par jeu. Ils rient en voyant tes habits salis. Tu leur dis : « ... »
- 5- Tu as un 2 sur 10 à ton exercice de grammaire et tu as les larmes aux yeux. Randy qui s'en aperçoit te traite de « bébé » Tu lui dis : « ... »
- 6- En jouant au foot, tu rates la balle. Isabelle qui joue dans ton équipe est furieuse et te dit : « Imbécile ! Tu vas nous faire perdre le match. » Tu lui dis : « ... »
- 7- Quelqu'un jette une boule de papier dans la classe. La maîtresse croit que c'est toi qui l'a lancée. Elle se met en colère et crie très fort sur toi. Tu lui dis : « ... »
- 8- Tu dois sortir avec ta grand-mère qui veut bien t'acheter des chaussures. Quand elle voit que tu mets ton tee-shirt préféré avec un dessin de « Dragon Ball » elle s'écrie : « Ah non ! C'est horrible ! Va en mettre un autre. » Tu lui dis : « ... »
- 9- Tu joues à un jeu sur l'ordinateur. Ton frère ou ta sœur plus âgé-e vient te demander de lui céder l'ordinateur pour l'utiliser et disant : « C'est urgent » Il-elle te bouscule pour prendre ta place Tu lui dis : « ... »
- 10- Tu joues au loup dans la cour et tu touches un autre qui doit alors devenir prisonnier. Il refuse de l'être et continue de jouer comme s'il n'avait pas été touché. Tu lui dis : « ... »
- 11- Tu es en train de faire la queue pour aller à la cantine quand un autre élève passe devant toi pour rejoindre un de ses copains. Tu n'es pas d'accord pour le laisser passer puisque tout le monde doit faire la queue. Tu lui dis : « ... »
- 12- Tu as perdu ta calculatrice ce matin et tout à coup tu l'aperçois sur la table d'une fille qui est assise derrière toi. Tu lui dis : « ... »
- 13- Tu joues joyeusement avec un copain à courir le plus vite possible jusqu'au mur opposé sous le préau. C'est alors que Médhi vient perturber votre jeu en se mettant devant toi pour faire obstacle à ta course. Tu lui dis : « ... »
- 14- Tu apprends de la bouche de Julie que Nadia lui a dit que tu n'avais pas très bon goût pour t'habiller. Tu vas trouver Nadia et tu lui dis : « ... »
- 15- Tu t'installes à la cantine et pendant que tu vas chercher du pain, Damien renverse la poivrière sur ta purée. Tu reviens, ta purée est imangeable. Damien et tous ceux qui ont vu la scène rient de cette farce que tu ne trouves pas drôle du tout. Tu leur dis : « ... »
- 16- Tu regardes ton émission de télévision préférée quand ta petite sœur arrive. Elle prend la télécommande et change de chaîne pour regarder son dessin animé sans se soucier de toi. Tu lui dis : « ... »
- 17- Tu ramasses un feutre qui était par terre et Sandra en voyant son feutre dans tes mains t'accuse de lui avoir volé. Tu lui dis : « ... »
- 18- Par jeu, Florian te fait un croche-pied. Tu tombes et tu te fais très mal. Tu lui dis : « ... »
- 19- Tu as des dents qui avancent et tu n'as pas encore d'appareil dentaire pour les redresser. Isabelle se moque de toi en te traitant de « Castor » Tu lui dis : « ... »
- 20- Tu t'appelles Giovanni et, chaque fois qu'il te voit, Samir t'appelle en disant : « Giovanni, panzani » Tu te décides à lui dire : « ... »
- 21- Tu approches d'un groupe en train de se former pour jouer à la passe à dix quand Steven te dit : « On ne veut pas de toi pour jouer avec nous. » Tu lui dis : « ... »
- 22- En arrivant à l'école, tu t'approches d'Eva, ta meilleure copine. Celle-ci te dit : « Tu n'es plus ma copine. » Tu lui dis : « ... »

### Annexe 3 : Vocabulaire pour l'expression de sentiments

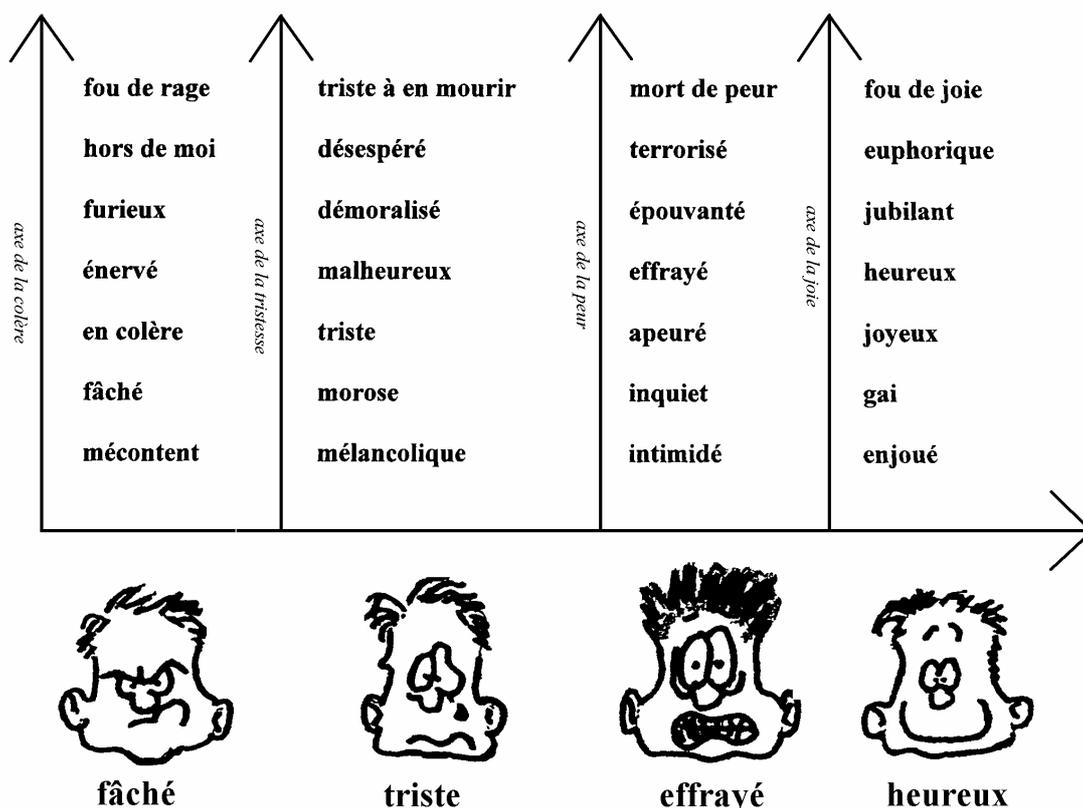
Le vocabulaire qui exprime les sentiments est très varié. On peut trouver une liste, non exhaustive, d'environ 350 adjectifs exprimant des sentiments dans la fiche pédagogique intitulée « Les abécédaires » (*Apprentissage de la coopération, fiche n°2*).

On distingue généralement les sentiments agréables correspondant à notre état intérieur quand nos besoins sont satisfaits. Quand certains besoins ne sont pas satisfaits, les sentiments éprouvés sont désagréables. Ils sont alors des indicateurs nous invitant à rechercher les besoins non satisfaits pour ensuite adapter nos comportements pour y remédier.

La richesse du vocabulaire permet de d'exprimer finement des nuances quant à l'intensité de certaines catégories de sentiments. Il peut être intéressant de demander aux élèves de donner des expressions qui se rapprochent des termes de colère, tristesse, peur, joie et de les classer par intensité croissante, comme dans le diagramme ci-dessous.

### **Baromètre des sentiments**

#### **Colère - Tristesse - peur - Joie**



On peut enfin évoquer d'autres catégories de sentiment comme : la honte, la gêne, le dégoût, la stupéfaction, le souci, la solitude, la révolte, la rancune, la jalousie, l'indifférence, l'incrédulité, l'impatience, l'impuissance, la déception, le débordement, etc.

## **Annexe 4 : Expression de besoins fondamentaux**

L'expression de besoins peut être extrêmement variée. Cette annexe propose quelques expressions qui permettront aux élèves de mettre des mots plus facilement sur leurs propres besoins et, ce faisant, améliorera la connaissance qu'ils ont d'eux-mêmes. La classification en cinq grandes catégories est celle proposée par Abraham Maslow, psychologue américain (1916-1972) ;

1- Besoins physiologiques : ce sont les besoins dont la satisfaction est importante ou nécessaire pour la survie.

Respirer – Boire et manger – Eliminer les déchets (urine, selles, sueur) – Bouger, avoir une activité, maintenir une bonne posture – Dormir, se reposer, se relaxer – Se vêtir et se dévêtir – Maintenir sa température – Etre propre, soigner et protéger son corps – être stimulé – Avoir une activité sexuelle.

2- Besoin de protection et de sécurité physique et psychologique : le maintien de la sécurité physique implique la réduction ou l'élimination des dangers qui menacent le corps ou la vie de la personne. Ce danger peut être une maladie, un accident, un risque ou l'exposition à un environnement dangereux. Pour se sentir en sécurité psychologique, une personne doit savoir ce qu'elle peut attendre des autres. Cette sécurité est menacée lorsque la personne doit faire face à des expériences nouvelles et inconnues.

Etre protégé du danger physique – Etre protégé des menaces psychologiques – Etre délivré de la douleur – Avoir une certaine stabilité – Savoir faire des prévisions – Trouver les choses ordonnées.

On peut citer également : Besoin de repères – Besoin de me sentir en sécurité – Besoin d'avoir des choses à moi – d'être rassuré – de pouvoir faire confiance – Besoin de maîtrise sur les choses, sur les événements – Besoin d'impact, de pouvoir sur l'extérieur.

3- Besoin d'amour, appartenance – besoin d'ordre social : une personne ressent le besoin d'être aimée par les membres de sa famille et d'être acceptée par ses pairs et par les membres de sa communauté.

Besoin : d'amour, d'affection, d'amitié – D'acceptation – De relations, de communications chaleureuses, d'écoute, d'échanges, de partages – D'approbation venant des autres, de compréhension – D'être avec ceux qu'on aime – D'être avec des compagnons, de faire partie d'un groupe – D'aide, de réconfort, d'assistance, de soutien – De tolérance, d'accueil de ma différence.

Besoin d'estime de la part des autres : Reconnaissance – Considération – Admiration -Dignité – Importance, influence – Bonne réputation – Attention – Statut.

4- Besoin d'estime de soi : toute personne doit éprouver de l'estime pour elle-même et sentir que les autres ont de la considération pour elle.

Besoin de se savoir utile, valorisé – De sens à sa propre valeur – D'autonomie – D'indépendance – De décider par soi-même – De liberté – D'identité – D'atteindre ses objectifs – D'acquérir des compétences – D'espace à soi – De calme – De solitude – De respect de soi, de son rythme physique ou intellectuel

5- Besoin de réalisation de soi :

Développer son potentiel – Résoudre des problèmes complexes - Aider les autres à résoudre les problèmes - Accepter les conseils des autres - Acquérir de nouvelles connaissances – Affirmer et affirmer ses valeurs – S'investir sur le plan religieux ou philosophique – Exercer sa créativité – Développer sa compréhension de la réalité – Découvrir des nouveautés – Cultiver la beauté

## **Animer une réunion de parents d'élèves sur les violences au collège**

**Objectifs :** Faire un état des lieux sur les violences au collège, donner la parole à tous les parents et arriver à formuler des demandes d'actions précises pour améliorer la situation.

**Mots-clés :** communication – communication non-violente - « Le Philipps 6x6 »

**Type de fiche :** Outil

**Niveau scolaire :** collège

**Durée :** 2 heures

**Nombre de séances :** 1

**Matériel :** aucun

**Auteur :** Sylvie Braun

**Source :** Cette fiche est le fruit d'une expérience d'animation d'une réunion de parents d'élèves au collège de Brunstatt en Alsace le mercredi 26 mai 2004 sur le thème : « Les phénomènes de violence et d'agressivité... et aussi au collège » Une cinquantaine de parents s'étaient déplacés à l'appel des deux fédérations, la FCPE et la PEEP.

**Les deux animatrices :** Sandra Jaud est chargée de mission à la Prévention violence à l'Inspection d'Académie. Sylvie Braun est formatrice en communication, gestion des conflits de manière non-violente, médiation . Elle est également formée au processus de Communication non-violente (CNV) de Marshall. Rosenberg.

**Ressources :**

- Xavier Papillon et Gilles Grosset, *Heures de vie de classe, Concevoir et animer*, Le Philipps 6x6, p. 122-123, éd. Chronique Sociale, 2001
- Marshall B. Rosenberg, *Les mots sont des fenêtres (ou bien, ce sont des murs)*, éd. La Découverte, 1999
- Bernadette Bayada, Anne-Catherine Bisot, Guy Boubault, Georges Gagnaire, *Conflit, mettre hors-jeu la violence*, éd. Chronique Sociale, 1997

### Une technique d'animation de groupe inspirée de la méthode dite « Le Philipps 6x6 »

Cette méthode permet dans un grand groupe d'offrir à chacun un temps de parole personnelle, ce qui ouvre à la confiance et procure un sentiment de sécurité à l'intérieur des petits groupes choisis. Xavier Papillon et Gilles Grosson dans leur livre *Heures de vie de classe, Concevoir et animer*, décrivent cette technique ainsi :

- L'animateur invite les personnes à se regrouper par 6.
- Chaque groupe discute pendant 6 minutes sur un thème précis, généralement une question à laquelle il faut répondre. Chacun dispose donc d'une minute pour s'exprimer.
- Ensuite, chaque groupe rapporte par l'intermédiaire de son porte-parole.
- Quand tous les rapports ont été entendus, une synthèse de l'opinion du groupe est réalisée par l'animateur.
- On passe alors à une deuxième question, puis à une troisième, selon la même procédure.
- La limite est de 6 questions pour ne pas créer une lassitude

Cette modalité de travail en groupe peut être utilisée dans une classe. « Elle permet de connaître rapidement l'opinion d'une classe sur un sujet donné en un minimum de temps. Elle permet d'avoir une photo instantanée des tendances ou des solutions spontanées que véhiculent les élèves. »

### Une progression de la réflexion utilisant le processus de Communication non violente

Ce processus de communication, imaginé par Marshall Rosenberg se déroule en quatre étapes. Ces étapes décrites dans son livre *Les mots sont des fenêtres*, sont les suivantes :

- 1- L'**observation** objective des faits, sans évaluation, ni jugement, interprétation, analyse, étiquette, croyances, etc.
- 2- L'expression des **sentiments**, des ressentis.
- 3- L'expression des **besoins**, valeurs, rêves, aspirations.
- 4- La formulation d'une **demande** précise, concrète, réaliste et négociable.

Marshall Rosenberg lie ces quatre points de la manière suivante : « J'observe un comportement concret qui affecte mon bien-être. Je réagis à ce comportement par un sentiment. Je cerne les désirs, besoins ou valeurs qui ont éveillé ce sentiment. Je demande à l'autre des actions concrètes qui contribueront à mon bien-être. Je dis ce que j'observe, ressens et désire et ce que je demande pour mon mieux-être ; j'entends ce que tu observes, ressens et désires, et ce que tu demandes pour ton mieux-être et... nous établissons un courant de communication qui débouche naturellement sur la bienveillance »

### Déroulement de la soirée

- 1- Introduction par les représentants des fédérations des parents d'élèves
- 2- Sandra Jaud présente un temps d'information sur la prise en compte des phénomènes de violence dans l'Education Nationale, la gestion des situations de crise dans un établissement scolaire, les liens avec la police, les services d'urgence et éventuellement la justice. Echanges avec la salle. Cette partie dure au plus 30 minutes
- 3- Sylvie Braun anime des temps de parole, d'écoute et d'échanges en s'aidant du processus de Communication non violente (CNV) Cette partie dure 1 h 30. Avec et entre les parents, il s'agit de faire le point sur les phénomènes de violence et d'agressivité dans et autour du collège de Brunstatt (observation des faits) sur la manière dont cela est perçu et vécu (sentiments), sur les valeurs importantes qui sont, ou non, respectées (besoins) et d'entendre

quelles sont les demandes possibles pour améliorer la qualité des relations et l'ambiance de tous les jours.

4- Après chaque mise en commun, pendant de courts moments, des informations sont données pour mieux comprendre ces phénomènes. Par exemple pour dire que :

- Les conflits font partie de la vie. Un conflit est à la fois un danger et une opportunité.
- Ignorer les conflits, c'est prendre le risque de faire exploser les conflits en agressivité puis en violence. La violence résulte de conflits non gérés ou mal gérés. Elle arrive quand il y a rupture dans la communication.
- Il y a une différence entre violence et agressivité. La violence est un comportement acquis, allant vers la destruction. L'agressivité est une composante naturelle de l'affirmation de soi, au service de la vie.
- La spirale de la violence : volonté de domination et d'écrasement de l'autre, la loi du plus fort, besoins non satisfaits et sentiments désagréables puis ingérables, humiliation, injustice, exclusion, indifférence engendrent le désir de vengeance.
- Quand il n'y a plus de mots pour dire alors interviennent les maux.

### I. Le processus de CNV pour accompagner les parents à mettre des mots sur les événements et la manière dont ils ont été ressentis.

Pour chacun des quatre points du processus CNV, il y a un temps de 10 à 12 minutes en petits groupes de 5 à 6 personnes pour répondre à la question, puis un temps en grand groupe où chaque rapporteur fait une synthèse. Ce temps est fondamental. C'est un temps réservé à l'écoute et à l'accueil de la parole de l'autre.

Les règles de fonctionnement sont posées de manière claire et explicite.

1. On écoute la personne qui parle sans l'interrompre.
2. La possibilité d'échanger, de poser une question, d'ajouter un commentaire aura lieu après l'écoute de tous les groupes.

### II. « Le Philipps 6x6 » : Constitution des groupes avec un porte-parole par groupe.

#### 1) Premier temps de 6x6 :

**«Quels sont les faits de violence que vous avez pu observer dans, ou autour du collège ?»**

Expliquer qu'il s'agit de donner et de recevoir de l'information avec laquelle il sera possible de travailler. Cela ne doit enclencher ni justifications ni surenchérissement si propices à nourrir un conflit et à alimenter un malaise, prémices d'une escalade verbale.

Il s'agit de dire ce qui s'est concrètement passé, de la manière la plus objective possible :

Il faut savoir distinguer évaluation, jugement et observation. Par exemple, dire

« *Il y a tout le temps des bagarres au collège* » est une évaluation,

« *Ca se dégrade terriblement* » est un jugement

« *Depuis le mois de janvier, il y a eu une bagarre avec une clé à molette avec une intervention de la police et trois bagarres avec conseil de discipline où deux mesures d'exclusion ont été prononcées* » est une observation, un fait.

#### 2) Deuxième temps de 6x6 :

Après le premier temps de carrefour, la mise en commun permet de lister les faits signalés sur un tableau ou un paper-board.

Il s'agit ensuite de regarder les sentiments suscités par ces faits. La question posée est «**Comment ressentez-vous cela ?**» Donner des exemples : perplexe, soucieux, optimiste, réconforté, accablé, hésitant, embarrassé, morose, tiraillé, en colère, déçu, étonné, etc.

3) Troisième temps de 6x6 :

Faites remarquer que, si les sentiments apparaissent par les stimulations perçues, la source se trouve dans les valeurs respectées ou les besoins non satisfaits. Quand c'est le cas, nous ressentons une tension, un malaise. Si cette insatisfaction perdure, nous montons d'un cran dans le malaise à répétition, le ton peut monter, les menaces, les injures mais aussi la somatisation, la dépression, l'agitation, l'agression, la violence, etc. Cette décharge soulage momentanément mais cela ne change pas la situation stressante.

Il est important de clarifier nos besoins et d'en prendre soin. La question posée pour ce troisième temps de carrefour est : «**Quand vous vous sentez en colère, soucieux, etc. quelles sont les valeurs ou les besoins qui ne sont pas respectés pour vous ?**» Vous donnez quelques exemples : équité, justice, respect, dignité humaine, protection, liberté, autonomie, honnêteté, reconnaissance. Besoin d'expression, de participation au débat, d'échange, besoin d'être considéré comme citoyen ayant sa part de responsabilité et de contribution à l'amélioration du cadre de vie.

4) Quatrième temps de 6x6 :

«**Quelles demandes précises, concrètes, réalistes et négociables formuleriez-vous ?**»

Il est capital de lister ces demandes lors de la mise en commun, car cette liste va permettre de déboucher sur des actions concrètes visant à améliorer le « mieux vivre ensemble » dans le collège

## **Annexe : listes établies après les quatre mises en commun au collège de Brunstatt**

### 1- Les observations

- des violences verbales entre élèves, entre élèves et enseignants ou d'autres adultes.
- des violences physiques : bagarres avec coups, chahuts dans les bus.
- des provocations ou des intimidations (exiger de baisser les yeux, crachats)
- des conflits dans le garage à vélos.
- les bons élèves montrés du doigt.
- des groupes qui « se cherchent. »
- des jugements de valeur.
- des vols de trousse ou de papiers d'identité.

### 2- Les sentiments

- la peur
- la colère
- l'inquiétude et la préoccupation
- le sentiment d'impuissance
- la perplexité
- la sérénité
- la confiance

### 3- Les besoins

- savoir l'enfant en sécurité.
- être assurés d'une présence stable d'adultes compétents.
- avoir des possibilités d'échanges avec les enseignants et l'administration du collège à ce sujet.
- savoir les enfants écoutés, encouragés, considérés.
- connaître la stratégie du principal et de l'équipe d'adultes en matière de lutte contre la violence.
- être assurés de l'égalité de traitement entre les enfants
- reconnaître l'utilité des représentants des parents d'élèves.
- échanger entre parents comme lors de cette soirée.
- avoir des informations et des retours d'information après des incidents.
- avoir des références et des codes communs à tous les élèves, enseignants, parents et intervenants dans le collège.

### 1- Les demandes

- en cas d'incidents, établir les faits exacts, informer.
- provoquer d'autres échanges entre les parents comme ceux de ce soir.
- créer un forum Internet pour échanger informations et propositions
- créer des lieux d'échanges entre enseignants, entre élèves
- exploiter mieux les heures de vie de classe avec éventuellement, en plus des préoccupations habituellement traitées, un thème commun de réflexion pour toutes les classes
- prévoir des enfants médiateurs
- créer un groupe de parents, enseignants, élèves, chargés d'une fonction d'observation des faits de violence à l'école

*Apprentissage de la communication : Fiche outil n°11*

## Défendre un point de vue

**Objectifs :**

- Exprimer un point de vue devant un groupe
- Défendre ce point de vue en argumentant
- Se rendre capable de comprendre le point de vue d'un autre
- Ecouter attentivement les arguments des autres et savoir les reformuler correctement

**Mots-clés :** communication – français – parole libre - débat

**Type de fiche :** Outil

**Niveau scolaire :** élémentaire et collègue

**Durée :** 1 heure

**Nombre de séances :** 1

**Matériel :** aucun

**Sources :**

Cette fiche a été inspirée par le dossier N°1 de « DEMAIN EN MAIN Cycle III », programme d'acquisition des compétences psychosociales mis en œuvre dans le Var depuis 1997 par Interface Santé 83, [sante83@aol.com](mailto:sante83@aol.com). Nous l'utilisons avec l'accord de son auteur, Susan Clot.

**Idées pour une démarche pédagogique :**

1) Choisir un thème

Expliquez les 10 conditions d'une bonne communication décrites en annexe 1.

Il s'agit maintenant de proposer un thème qui concerne les règles du « bien vivre ensemble ».

Pour fixer les idées on peut choisir un thème ou plusieurs thèmes qui permettront de construire les règles de la vie de classe.

On peut aussi utiliser des thèmes liés à la vie familiale ou des thèmes proposés par les élèves eux-mêmes.

Pour illustrer la méthode, on choisira ici la phrase suivante : « Les élèves devraient avoir le droit de mâcher du chewing-gum en classe. »

2) La classe est divisée en deux groupes

Dans un panier, on introduit un nombre de bulletin égal au nombre d'élèves. La moitié d'entre eux portent la mention OUI et l'autre moitié la mention NON.

Tous les élèves tirent un papier.

Les élèves qui obtiendront OUI devront défendre la proposition énoncée, indépendamment de leur opinion personnelle, et ceux qui tireront NON défendront la proposition contraire.

### 3) Recherche individuelle d'arguments

La phrase est écrite au tableau : « **Les élèves devraient avoir le droit de mâcher du chewing-gum en classe** »

Pendant deux ou trois minutes, en silence et les yeux fermés, les enfants réfléchissent aux arguments qu'ils pourraient donner pour défendre la position que leur a attribuée le tirage au sort.

Puis ils écrivent sur une feuille les arguments qu'ils ont trouvés. Il s'agit d'un jeu et le point de vue que chacun doit défendre n'est pas nécessairement celui qu'il aurait défendu spontanément lui-même selon sa propre opinion.

### 4) Mise en commun des arguments

L'animateur trace au tableau deux colonnes. Il inscrira les arguments de ceux qui sont d'accord dans la colonne de gauche par exemple et, dans la colonne de droite, les arguments contraires.

Vous pouvez dire par exemple : « Le sujet que nous traitons ne fait pas l'unanimité. Généralement les professeurs n'aiment pas que les enfants mâchent du chewing-gum en classe pendant qu'ils font cours. A l'inverse, les enfants voudraient souvent avoir cette liberté-là. Ici, il ne vous est pas demandé de donner votre avis personnel, mais de défendre le point de vue que le sort vous a attribué. Il s'agit pour vous de vous exercer à trouver des arguments et de développer votre capacité à défendre un point de vue. Si ce n'est pas personnellement le vôtre, vous pouvez penser à quelqu'un qui a ce point de vue et essayer de vous mettre à sa place pour imaginer les raisons qu'il aimerait présenter à tous. »

L'animateur demande un volontaire pour venir devant la classe donner un des arguments qu'il a trouvés. L'élève devra commencer en disant : « Je suis d'accord avec cette phrase et voici une raison : ... » ou bien « Je ne suis pas d'accord avec cette phrase parce que... » Il donnera une seule raison parmi celles qu'il a écrites sur sa feuille. L'animateur inscrit l'argument au tableau et demande combien d'élèves l'avaient choisi. Il en écrit le nombre au tableau.

Si un élève veut contester l'argument donné, il lève la main. Il commence à donner une reformulation simple de l'argument qu'il veut contredire et explique en quoi il ne le trouve pas juste.

Puis un autre élève vient à son tour devant la classe donner un argument prenant le contre-pied du précédent. On procède comme pour le précédent.

On continue ainsi jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de nouveaux arguments.

5) Analyse du tableau des arguments

Maintenant chacun est invité à réagir selon sa propre opinion. Vous dites : « Quels arguments pourriez-vous encore donner du point de vue qui est le vôtre ? »

Puis on reprend chacun des arguments listés.

Pour chacun d'eux vous demandez l'opinion des élèves : « Est-ce un argument pertinent ? Justifiez votre réponse ». Au besoin faites un vote pour savoir combien d'élèves le trouve juste et convaincant. Vous pourrez ainsi pointer ceux qui sont les plus persuasifs.

Cet exercice va aider les enfants à se forger leur propre opinion sur un sujet qui pouvait être à l'origine controversé. Vous aurez ainsi, pour le moins, une image de l'opinion générale de votre classe sur le thème en débat. Si vous avez choisi d'utiliser cette méthode dans le cadre d'un travail sur un règlement de la vie de classe, vous serez en mesure d'intégrer les propositions des élèves ou, dans le cas contraire, de leur expliquer les raisons du choix que vous avez fait en donnant vos propres arguments.

6) Réflexion sur la forme des expressions :

Vous pouvez prolonger en travaillant sur l'expression des élèves :

- Observation des attitudes, des postures, des regards, des intonations, des gestes. Qu'est-ce qui permet d'être convaincant ? Qu'est-ce qui permet de montrer qu'on écoute ?
- Observation des expressions utilisées pour introduire l'argumentation : « on doit », « on peut », « on pourrait », « je pense », « je suggère », « il me semble », etc. Remarquer qu'il est préférable de s'exprimer avec des formules qui nous impliquent : dire « Je » et éviter « On ».
- Est-ce que les arguments sont illustrés par des faits, des données objectives, des exemples ?
- Est-ce que le lien est fait avec des éléments développés par les débatteurs précédents ?

On peut faire rejouer certaines présentations, éventuellement par d'autres, pour travailler aussi bien la communication verbale que la communication non verbale.

## **Annexe 1 : 10 conditions d'une bonne communication**

- 1- Parler calmement, sans agressivité.
- 2- Parler un à la fois.
- 3- Ecouter l'autre sans l'interrompre.
- 4- Avoir un langage respectueux des avis qui peuvent être différents des nôtres.
- 5- Avoir une écoute attentive.
- 6- Utiliser une expression qui nous implique en utilisant le « je » et en évitant le « tu » qui accuse.
- 7- Faire preuve de compréhension pour l'autre, d'empathie.
- 8- Vérifier ses doutes en utilisant la reformulation : « Dans ce que tu me dis, je comprends ... »
- 9- Accepter les silences
- 10- Choisir le bon moment et le bon endroit pour se parler.

## **Annexe 2 : « Les enfants devraient avoir le droit de mâcher du chewing-gum en classe »**

« Je suis d'accord avec cette phrase. En voici plusieurs raisons : ... »

- Les maîtres parfois en mâchent.
- On peut en avoir besoin pour être moins stressé.
- C'est bon et je ne comprends pas pourquoi cela serait interdit.
- On est libre de le faire puisque cela ne fait de mal à personne.
- Ca m'aide à digérer.

« Je ne suis pas d'accord avec cette phrase. En voici plusieurs raisons :... »

- S'il y a abus de mastication, c'est mauvais pour la santé.
- Ce n'est pas poli.
- On retrouve des chewing-gums collés partout sous les tables ou jetés par terre.
- Quand tu es devant moi à mâcher ton chewing-gum, j'ai l'impression que tu n'es pas attentif à ce que je dis ou que tu bavardes tout le temps.

## **Annexe 3 : Exemples de thèmes de discussion**

« Deux petites récréations de 7 minutes dans la matinée, ce serait mieux qu'une seule récréation de 15 minutes. »

« On a le droit d'avoir avec soi son téléphone portable, avec toutes les images qu'on veut dedans pour les montrer aux copains. »

« On n'a pas besoin de règlement pour la vie de la classe. »

« On a le droit de se faire respecter avec ses poings. »

« On n'a pas le droit de nous faire nettoyer la cour quand il y a des papiers par terre. »

« On a le droit de parler avec son voisin en classe. »

« Parfois on a le droit de mentir. »

« On devrait supprimer la publicité à la télévision. »

« Les plus grands pourraient aider les plus petits à résoudre leurs conflits pendant la récréation. »

« Quand on fait un sport collectif en gymnastique, c'est un élève qui devrait arbitrer le match. »

« Les chiens doivent être interdits dans les appartements. »

**Apprentissage de la communication : Fiche outil n° 12**

## Les ateliers philo

**Objectifs :**

- Développer l'expression orale et l'écoute active.
- Développer les capacités de l'enfant à parler de lui, de son vécu et de ses émotions sans agresser et à écouter sans juger.
- Raisonner et débattre à partir de situations concrètes et se forger un système de valeurs pour bien vivre ensemble.
- S'exercer à prendre la parole à tour de rôle et respecter la parole de l'autre.
- Développer l'estime de soi.

**Mots-clés :** communication – philosophie – parole libre - débat

**Type de fiche :** Outil

**Niveau scolaire :** CM1, CM2

**Nombre de participants et durée :** 15 participants pour une durée de 50 minutes

**Nombre de séances :** régulier

**Matériel :** différents livres

**Référence :**

Les ateliers philo menés durant l'année scolaire 2002/2003 à l'école Paul Langevin de Montargis (Loiret) dans une classe de CM2. Pendant le temps consacré à l'éducation civique, la classe de 25 élèves est partagée en deux sous-groupes. L'un suit l'instruction civique prévue au programme et le second participe à l'atelier philo. Deux animatrices sont présentes, la rééducatrice et la maîtresse de la classe. Les enfants ont suivi cet atelier philo une fois tous les quinze jours pendant toute l'année scolaire, le samedi matin.

**Supports utilisés :**

- Les albums *Les goûters philo*, aux éditions Milan. Exemples de thèmes traités dans ces albums sont les suivants : La vie et la mort, la guerre et la paix, les dieux et Dieu, le travail et l'argent, prendre son temps et perdre son temps, pour de vrai et pour de faux, les garçons et les filles, le bien et le mal, la justice et l'injustice, ce qu'on sait et ce qu'on ne sait pas, les chefs et les autres, les petits et les grands, libre et pas libre, le bonheur et le malheur, la nature et la pollution, l'être et l'apparence, la fierté et la honte, la violence et la non-violence.
- Les albums, *Ainsi va la vie*, Max et Lili aux éditions Calligram

**Démarche pédagogique utilisée :**

**Exemple de thème abordé : Justice, injustice, sanctions (deux séances de 45 minutes)**

Première séance : Réflexion sur le thème (durée 45 minutes)

1. Distribuer à chaque enfant une photocopie de quatre scènes extraites des albums *Max et Lili ont volé des bonbons*, *Jérémy est maltraité*, etc. : dans la première scène, Max rentre à la maison tout mouillé et met de la boue sur le lit de Lili ; dans la deuxième scène Jérémy, qui est avec Max, se met à escalader le mur d'une propriété privée avec l'intention de pénétrer dans la maison par la fenêtre ; dans la troisième scène, Max cause avec une épicière pour détourner son attention pendant que Lili plonge la main dans le bocal de bonbons pour en prendre une poignée ; dans la quatrième scène Max est dans sa maison et il a laissé le téléphone décroché (durée 5 minutes).
2. A l'oral : les enfants situent chacun de ces extraits dans un contexte qu'ils imaginent et proposent un dénouement et en particulier une sanction. Il répondent à la question : « Laquelle de ces situations entraînera la sanction la plus grave ? » L'animatrice note toutes les propositions de sanctions au tableau, puis elle demande aux enfants de juger de la pertinence de la sanction au regard de la gravité du fait (durée 15 minutes).
3. A l'écrit : chaque enfant dispose d'une bande de papier sur laquelle il écrit quelque chose « qu'on n'a pas le droit de faire, à l'école, à la maison ou ailleurs. » Chacun place ensuite sa bande de papier au tableau en estimant la gravité de l'acte par rapport aux autres : les bandes sont disposées vers le haut pour les plus graves et vers le bas pour les moins graves (durée 15 minutes).
4. Ensemble, on pourra demander aux enfants de fabriquer une spirale des sanctions à mettre en relation avec les délits commis (durée 10 minutes).

Deuxième séance : Le débat à partir d'un dilemme moral (durée 45 minutes)

1. Les enfants sont assis en cercle et le bâton de parole est au milieu.
2. Les règles à observer pour le débat sont rappelées :
  - Demander la parole. Utilisation éventuelle du bâton de parole pour réguler la prise de parole.
  - Se taire lorsqu'un autre parle. On ne parle pas en même temps. On ne coupe pas la parole. Il ne doit y avoir ni commentaires, ni critiques, ni moqueries.
  - Ecouter ce que dit l'autre.
  - Tenir compte de ce qui est dit.
  - Ne pas divulguer à l'extérieur ce qui est dit dans le groupe.

La non-observation des trois premières règles peut entraîner l'éviction du groupe.

Comme les enfants, les animateurs interviennent pour donner leur opinion. Ils s'efforcent de le faire le plus brièvement possible pour ne pas prendre une place trop importante dans le débat. Notamment, dans ce débat qui est proposé ci-dessous, ils rappelleront la loi.

Souvent les enfants demanderont : « C'est quoi la bonne réponse ? » ou « C'est quoi la correction ? » Les animateurs expliqueront qu'il n'y a pas de bonne réponse. Il n'y a que la réponse que chacun d'eux apporte au dilemme proposé.

3. Lecture du dilemme par l'animateur. Celui qui est proposé ci-dessous est extrait de l'album *Les goûters philo* qui traite du bien et du mal et qui s'intitule « Je n'ai pas pu m'en empêcher. » :  
« *Anaïs a très envie de faire pipi et, comme la récréation est dans une demi-heure, la maîtresse lui permet de sortir de la classe. En allant aux toilettes, elle passe devant la rangée de porte-manteaux. Elle remarque un papier rouge qui dépasse de la poche de l'anorak de Karim. Elle s'approche et voit que c'est un pain au chocolat emballé dans une serviette en papier...* » (5 minutes)
4. L'histoire est laissée en suspens. Y aura-t-il vol ou non ? L'animateur laisse les enfants débattre et proposer différentes fins possibles. Il veille à effectuer les régulations nécessaires au bon déroulement du débat (15 minutes).
5. Orienter ensuite le débat en posant la question : « Comment réagirais-tu si on te volait ton pain au chocolat ? » ; puis élargir ensuite le débat à des situations qui ont été ressenties comme anormales, injustes ou douloureuses par les enfants (10 minutes).
6. Terminer la séance par une proposition d'écriture individuelle, par exemple en leur demandant de compléter la phrase : « **J'ai envie de vivre dans un monde où...** » Il s'agit pour l'animatrice d'aider chaque enfant à approfondir sa réflexion durant cette phase d'écriture. En fin de séance, les enfants volontaires pourront lire aux autres leurs écrits. (15 minutes)

### Prolongements :

- L'album *Les goûters philo* sur le bien et le mal est laissé à disposition des enfants, de même que les albums de Max et Lili. Ils peuvent eux-mêmes aller y jeter un coup d'œil ne serait-ce que pour lire la fin du scénario interrompu : « **Elle le prend, fonce aux toilettes, avale le pain au chocolat en deux secondes, fait pipi, et retourne dans sa classe.** » L'enfant pourra également y lire des réflexions philosophiques sur le bien et le mal comme celle-ci : « *Pour savoir si c'est mal, pas besoin d'être vu, puni, d'être attrapé, jugé, condamné, de le lire dans un livre, d'entendre les autres le dire... Pour savoir, on peut se demander si on aimerait, ou pas, que les autres nous le fassent. Donc, le mal, on peut dire que c'est ce qu'on détesterait qu'on nous fasse. Et le bien, on peut dire que c'est ce qu'on aimerait qu'on nous fasse.* » D'autres situations tout aussi concrètes sont proposées, alimentées de réflexions philosophiques qui peuvent permettre à l'enfant de se forger sa propre réflexion.
- Afficher dans l'école les éléments de réflexion du groupe inscrits au crayon feutre, de façon anonyme, sur des bandes de papiers lors de certaines séances.

### Evaluation des ateliers philo à l'école Paul Langevin

- Les animatrices ont constaté les faits suivants :
- Une meilleure prise en compte de l'autre, que ce soit dans le groupe, dans la classe ou à l'extérieur de l'école.
- Une prise de parole mieux partagée.
- Appropriation par l'enfant de la démarche mise en place (création, propositions de dilemmes).
- Recherche des ouvrages et des supports utilisés au centre de documentation.

### Les autres thèmes abordés en cours d'année ont été :

- La parole : tenir la parole donnée, respecter la parole
- Etre nouveau : ces enfants vont passer en sixième et ils ont peur du collège qui, pour eux, est souvent perçu comme un monde sans foi ni loi.

*Apprentissage de la communication : Fiche outil n°13*

## Grille d'auto-évaluation de l'habileté *Communication*

**Objectifs :** - Permettre aux élèves de faire le point sur leurs acquisitions et leurs compétences en matière de communication.

- En même temps, ils peuvent prendre conscience des points où ils peuvent avoir le désir de progresser.

**Mots-clés :** communication – auto évaluation

**Type de fiche :** Outil

**Niveau scolaire :** 3<sup>ème</sup> et lycée

**Durée :** 1 heure

**Nombre de séances :** 1

**Matériel :** Questionnaire et grille de notation en annexe

**Source :** Ce questionnaire est souvent utilisé dans le cadre de la formation des délégué-e-s de classe des lycées.

### Utilisation possible :

- Vous distribuez le questionnaire (annexe 1) aux élèves en leur annonçant que les réponses sont strictement confidentielles et que l'élève gardera le questionnaire pour lui. Il s'agit d'une aide à l'auto-évaluation de la compétence *Communication*.
- Pour chaque question, ils devront mettre une croix dans la case correspondant à leur réponse.
- Les élèves calculent leur note en utilisant la grille de notation (annexe 2) Cette note est un simple indicateur du degré de compétence sur une échelle allant de 0 à 120. Les élèves ne sont pas obligés de la communiquer à qui que ce soit et la note ne saurait être inscrite dans un carnet de notes.
- Vous leur demandez de faire ce travail le plus consciencieusement possible pour bien évaluer où ils en sont en communication et là où ils auraient envie de progresser.
- Vous vous tenez à leur disposition pour répondre à des questions de compréhension et vous pouvez faire bénéficier toute la classe de vos propres commentaires sur telle ou telle question.
- Une fois le travail terminé vous pouvez solliciter leurs commentaires sur ce type de questionnement et les sentiments qu'ils ont pu éprouver.
- Vous leur dites que vous vous tenez à la disposition de chacun pour réfléchir avec eux sur leur questionnaire. Si certains le désirent, vous prenez rendez-vous avec eux afin de leur dispenser des conseils utiles et des commentaires encourageants pour les aider à orienter leur progression dans cette compétence.

**Annexe 1 : Questionnaire individuel d'auto-évaluation sur la communication**

N°	Question	Oui habituellement	Non rarement	Quelque fois
1	Est-ce que dans la conversation les mots que vous dites sont toujours ceux que vous auriez voulu employer ?			
2	Lorsque l'on vous pose une question qui n'est pas claire, est-ce que vous demandez à la personne de clarifier ce qu'elle veut dire ?			
3	Lorsque vous expliquez quelque chose, est-ce que vos interlocuteurs ont tendance à vous souffler les mots ?			
4	Dans la conversation, est-ce que vous supposez que votre interlocuteur est au courant de ce que vous voulez dire, sans lui expliquer ce que vous voulez vraiment dire ?			
5	Est-ce qu'il vous arrive de demander à votre interlocuteur quel est son sentiment sur des points que vous exposez ?			
6	Est-ce qu'il est difficile pour vous de converser avec les autres ?			
7	Dans la conversation avec une personne, parlez-vous de sujets qui vous intéressent tous les deux à la fois ?			
8	Est-ce qu'il vous est difficile d'exprimer vos idées lorsqu'elles sont différentes de celles de votre entourage ?			
9	Dans la conversation, essayez-vous de vous mettre à la place de votre interlocuteur ?			
10	Dans la conversation, avez-vous tendance à parler plus que votre interlocuteur ?			
11	Etes-vous conscient que le ton de votre voix peut avoir un effet sur vos interlocuteurs ?			
12	Est-ce que vous vous retenez de dire des choses qui ne feraient que blesser l'autre et envenimer la situation ?			
13	Est-il difficile d'accepter les critiques constructives des autres ?			
14	Lorsque quelqu'un vous a blessé, discutez-vous de la chose avec cette personne ?			
15	Est-ce que vous vous excusez après-coup auprès d'une personne que vous avez pu blesser ?			
16	Est-ce que cela vous contrarie beaucoup lorsque quelqu'un n'est pas d'accord avec vous ?			
17	Lorsque vous êtes en colère après quelqu'un, avez-vous du mal à penser clairement ?			
18	Avez-vous tendance à ne pas contredire les autres parce que vous craignez qu'ils ne se mettent en colère ?			
19	Lorsqu'un problème survient entre une personne et vous-même, pouvez-vous en discuter sans vous mettre en colère ?			
20	Etes-vous satisfait de la façon dont vous résolvez les différends qui peuvent exister entre vous et les autres ?			

N°	Question	Oui habituellement	Non rarement	Quelque fois
21	Lorsque quelqu'un vous irrite, est-ce qu'il vous arrive de l'éviter et de le bouder sur une longue période ?			
22	Est-ce que vous vous sentez mal à l'aise lorsque l'on vous fait un compliment ?			
23	En règle générale, faites-vous plutôt confiance aux autres ?			
24	Avez-vous des difficultés à faire des compliments aux autres ?			
25	Essayez-vous délibérément de cacher aux autres les fautes que vous avez faites ?			
26	Est-ce que vous vous souciez que les autres vous comprennent mieux en exprimant vos pensées, vos sentiments et vos convictions ?			
27	Avez-vous des difficultés à vous confier et à faire des confidences aux autres ?			
28	Avez-vous tendance à faire dévier la conversation lorsque le sujet touche vos sentiments personnels ?			
29	Dans la conversation, laissez-vous l'autre personne finir de parler avant de réagir à ce qu'elle dit ?			
30	Dans la conversation avec les autres, est-ce que vous vous surprenez à ne pas prêter attention à ce qui se dit ?			
31	Lorsque quelqu'un vous parle, essayez-vous d'écouter afin de saisir ce qu'il veut dire ?			
32	Les autres semblent-ils écouter lorsque vous parlez ?			
33	Dans une discussion, vous est-il difficile de considérer les choses du point de vue de votre interlocuteur ?			
34	Est-ce que vous faites semblant d'écouter les autres ?			
35	Dans une conversation, pouvez-vous faire la différence entre les paroles qu'une personne est en train de prononcer et les sentiments sous-jacents qu'elle peut éprouver ?			
36	Lorsque vous parlez aux autres, êtes-vous conscient des réactions qu'ils peuvent avoir à ce que vous êtes en train de dire ?			
37	Avez-vous l'impression que les autres aimeraient que vous soyez différent de ce que vous êtes ?			
38	Les autres comprennent-ils vos sentiments ?			
39	Les autres vous font-ils la remarque que vous semblez toujours être sûr d'avoir raison ?			
40	Admettez-vous vos torts lorsque vous savez que c'est vrai ?			

**Annexe 2 : Grille de notation**

Pour avoir le score obtenu au Questionnaire, chacun fera un cercle autour de la note attribuée à sa réponse pour chacune des quarante questions. La somme totale de ces notes constituera ce score dans la fourchette allant de 0 à 120

<b>Question n°</b>	<b>Oui habituellement</b>	<b>Non, rarement</b>	<b>Quelque fois</b>	<b>Totaux cumulés</b>
1	3	0	2	
2	3	0	2	
3	0	3	1	
4	0	3	1	
5	3	0	2	
6	0	3	1	
7	3	0	2	
8	0	3	1	
9	3	0	2	
10	0	3	1	
11	3	0	2	
12	3	0	2	
13	0	3	1	
14	3	0	2	
15	3	0	2	
16	0	3	1	
17	0	3	1	
18	0	3	1	
19	3	0	2	
20	3	0	2	
21	0	3	1	
22	0	3	1	
23	3	0	2	
24	0	3	1	
25	0	3	1	
26	3	0	2	
27	0	3	1	
28	0	3	1	
29	3	0	2	
30	0	3	1	
31	3	0	2	
32	3	0	2	
33	0	3	1	
34	0	3	1	
35	3	0	2	
36	3	0	2	
37	0	3	1	
38	3	0	2	
39	0	3	1	
40	3	0	2	

**Apprentissage de la communication : Fiche outil n°14**

## **Le « débat-philo »**

**Objectifs :** - Sensibiliser les enfants à la réflexion philosophique  
- Apprendre aux enfants les techniques permettant un débat authentique basé sur le respect mutuel et permettant le développement d'une réflexion collective.  
- Développer la logique du raisonnement.  
- Développer l'écoute active.  
- Développer le respect mutuel, entre les élèves, entre les élèves et le maître.

**Mots-clés :** communication – philosophie – parole libre - débat

**Type de fiche :** Outil

**Niveau scolaire :** CE2, CM1, CM2

**Durée et nombre de participants :** 30 minutes par thème avec une quinzaine d'élèves.

**Nombre de séances :** régulier

**Matériel :** aucun

**Source :** Patrick Tharrault, *Pratiquer le « débat philo » à l'école, cycle 2 et 3*, éd. Retz, 2007

**Ressources :**

- Michel Piquemal, Philippe Lagautrière, *Les philo-fables*, éd. Albin Michel, 2003
- Brigitte Labbé, Michel Puech, collection *les Goûters Philo*, éd. Milan

**Remarques préliminaires :**

- La méthode proposée pour organiser ces « débats réflexifs à visée philosophique » autrement dit ces « débats-philo » ressemble à celle qui peut être mise en œuvre pour organiser les « débats citoyens » au sein d'un conseil de classe ou conseil de coopération et qui a pour fonction de réguler la vie de la classe. (*Fiche Apprentissage des règles n°2*)
- Le livre de Patrick Tharrault propose également des aménagements à cette méthode pour pratiquer le « débat-philo » dans le deuxième cycle de l'école primaire.
- Les débats-philo ont eu lieu tous les 15 jours, en alternance avec un conseil d'élèves

1) Le choix du thème

1-Dans la semaine qui précède le débat, chaque élève peut déposer dans « la boîte à idées-philo » un mot pour proposer un thème de discussion.

2-Dans un temps de classe, on procède à la lecture des mots, on évalue si les thèmes proposés peuvent être qualifiés de « philosophiques » et on procède à un vote pour décider de celui qui sera choisi.

3-Un travail de reformulation collective de la phrase choisie est souvent nécessaire. Elle est présentée sous une forme interrogative. Il est plus facile de débattre sur la question « Peut-on toujours respecter les autres ? » plutôt que sur le simple mot « le respect ».

4-La phrase choisie est écrite au tableau. Elle y restera quelques jours. Les élèves écrivent la phrase sur leur cahier-philos.

Voici un exemple de thèmes proposés au cours d'une quinzaine dans une classe de CM1-CM2.:

- 1- Pourquoi certains sont-ils jaloux ?
- 2- Pourquoi faut-il travailler ?
- 3- Pourquoi vivre puisqu'on va mourir ?
- 4- Qu'y a-t-il après la mort ?
- 5- Pourquoi philosopher ?
- 6- Pourquoi sommes-nous différents ?
- 7- Pourquoi vit-on en société ?
- 8- Vivons-nous vraiment ?
- 9- A quoi sert l'art ?

Pour illustrer partiellement la méthode, cette fiche prendra le thème : « Peut-on ne jamais mentir ? »

## 2) Travail de préparation

- Le questionnement philosophique peut être suggéré par une activité en classe, en histoire, en éducation civique ou une activité de lecture par exemple.
- Il est possible d'utiliser plus particulièrement un support en vue de provoquer un questionnement : une lecture, un extrait de film, une reproduction de peinture, etc. On peut trouver des textes intéressants pour les enfants dans la collection des goûters philo ou dans le livre des philo-fables. On peut choisir ses propres sources bien évidemment.
- Par exemple : en annexe 1, la petite fable de Socrate, puisée dans le livre des philo-fables cité en ressources peut donner lieu à une réflexion collective sur les dangers de rapporter des propos entendus par ailleurs au risque d'alimenter des rumeurs. Elle peut être à l'origine d'un questionnement pour un débat-philos : « Peut-on ne jamais mentir ? » En annexe 2, une série de dessins peuvent être proposés aux enfants pour alimenter leur réflexion sur ce thème, s'il est choisi.
- Réflexion personnelle : chaque élève est invité à réfléchir, durant quelques jours, à la phrase choisie. En classe ou à la maison, il écrit quelques phrases ou des mots en lien avec le sujet. S'il le souhaite, il peut faire des recherches. Il est souhaitable de lui proposer quelques petits textes d'auteurs pour l'aider dans sa réflexion.

## 3) L'organisation du débat :

Le débat dure 30 minutes. Les élèves sont disposés en cercle, ou en carré comme indiqué par exemple sur le schéma en annexe 3.

Des fonctions sont distribuées à un certain nombre d'élèves :

- Un président de séance donne la parole à ceux qui la demande en levant la main.
- Un porteur du bâton de parole est chargé de le transmettre à celui qui doit parler. Un élève ne peut parler que s'il a dans la main le bâton de parole.
- Deux secrétaires sont chargés de prendre des notes pour les restituer à la fin du débat.
- Deux dessinateurs sont chargés de faire des dessins en fonction de ce qui est dit et de les montrer à la fin du débat. Les dessins pourront être affichés sur un panneau dans la classe.

-

- Un reformulateur, après un lot de quatre ou cinq interventions exprimera, avec ses propres mots, ce qui a été exposé.

- Les débatteurs sont les autres élèves. Ils vont alimenter la réflexion collective.

Les rôles changeront lors du débat suivant afin que tous dans l'année puissent exercer toutes les fonctions

#### 4) Le déroulement du débat

a. Le président ouvre la séance.

b. Le débat est introduit par la lecture, par ceux qui le veulent bien, des phrases et des mots qu'ils ont écrits sur leur cahier-philosophie.

Exemples : « *Peut-on toujours dire la vérité ?* »

« *Nous mentons, car le Père Noël n'existe pas, et pourtant nous disons qu'il existe. C'est comme pour la petite souris.* » ; « *On ne peut pas toujours dire la vérité pour ne pas blesser les autres personnes.* » ; « *J'aimerais bien ne jamais mentir, mais c'est très difficile. Par exemple, si tu connais qui a volé les bonbons, et que ta maman te dit : « sais-tu qui a mangé les bonbons ? ». Si tu dis oui, tu mens au voleur, et si tu dis non, tu mens à ta mère.* » ; « *Je pense qu'on ne peut pas toujours dire la vérité, car mentir peut sauver la vie. Par exemple, quand on est prisonnier, on ne va pas dire la vérité.* »

(Le livre de Patrick Tharrault, donne un compte-rendu complet et une analyse de l'ensemble de ce débat-philosophie. Il y a d'autres exemples de débats retranscrits et analysés)

c. En petits groupes de trois ou quatre, les élèves commencent à exprimer leurs idées pendant quelques minutes seulement. Les plus timides auront plus de facilités pour s'exprimer dans un petit groupe.

d. Le débat s'engage maintenant au niveau de toute la classe.

e. Le maître ou la maîtresse peut écrire au tableau les idées principales qui se dégagent. En aucun cas il ne donne son avis sur le thème débattu. Il aide la réflexion à progresser en posant, au fil du débat, des questions à partir des propos des élèves. Il garantit le cadre du débat et des limites posées (pas d'insultes, pas de propos sexistes ou racistes)

f. Le reformulateur intervient quand le président le lui demande. Cela permet aux enfants d'évaluer la progression de la réflexion.

g. A la fin du débat, les secrétaires lisent les notes qu'ils ont jugées intéressantes de prendre et les dessinateurs montrent leurs dessins.

#### 5) Pour garder des traces de ce débat :

- Les élèves écrivent à nouveau quelques phrases sur leur cahier-philosophie.
- Le maître ou la maîtresse peut recopier sur une feuille les grandes idées qu'il a écrites au tableau à partir de l'expression des élèves ou des éléments des comptes-rendus des secrétaires. Il en fera une photocopie pour chaque élève qui la collera dans son cahier-philosophie.

## **Annexe 1 : Un exemple de philo-fable :**

### *Les trois tamis, petite fable du philosophe grec Socrate*

Un jour, un homme vint trouver le philosophe Socrate et lui dit :

– Écoute, Socrate, il faut que je te raconte comment ton ami s'est conduit.

– Je t'arrête tout de suite, répondit Socrate. As-tu songé à passer ce que tu as à me dire au travers des trois tamis?

Et comme l'homme le regardait d'un air perplexe, il ajouta

– Oui, avant de parler, il faut toujours passer ce qu'on a à dire au travers des trois tamis. Voyons un peu ! Le premier tamis est celui de la vérité. As-tu vérifié que ce que tu as à me dire est parfaitement exact?

– Non, je l'ai entendu raconter et...

– Bien ! Mais je suppose que tu l'as au moins fait passer au travers du second tamis, qui est celui de la bonté. Ce que tu désires me raconter, est-ce au moins quelque chose de bon? L'homme hésita, puis répondit :

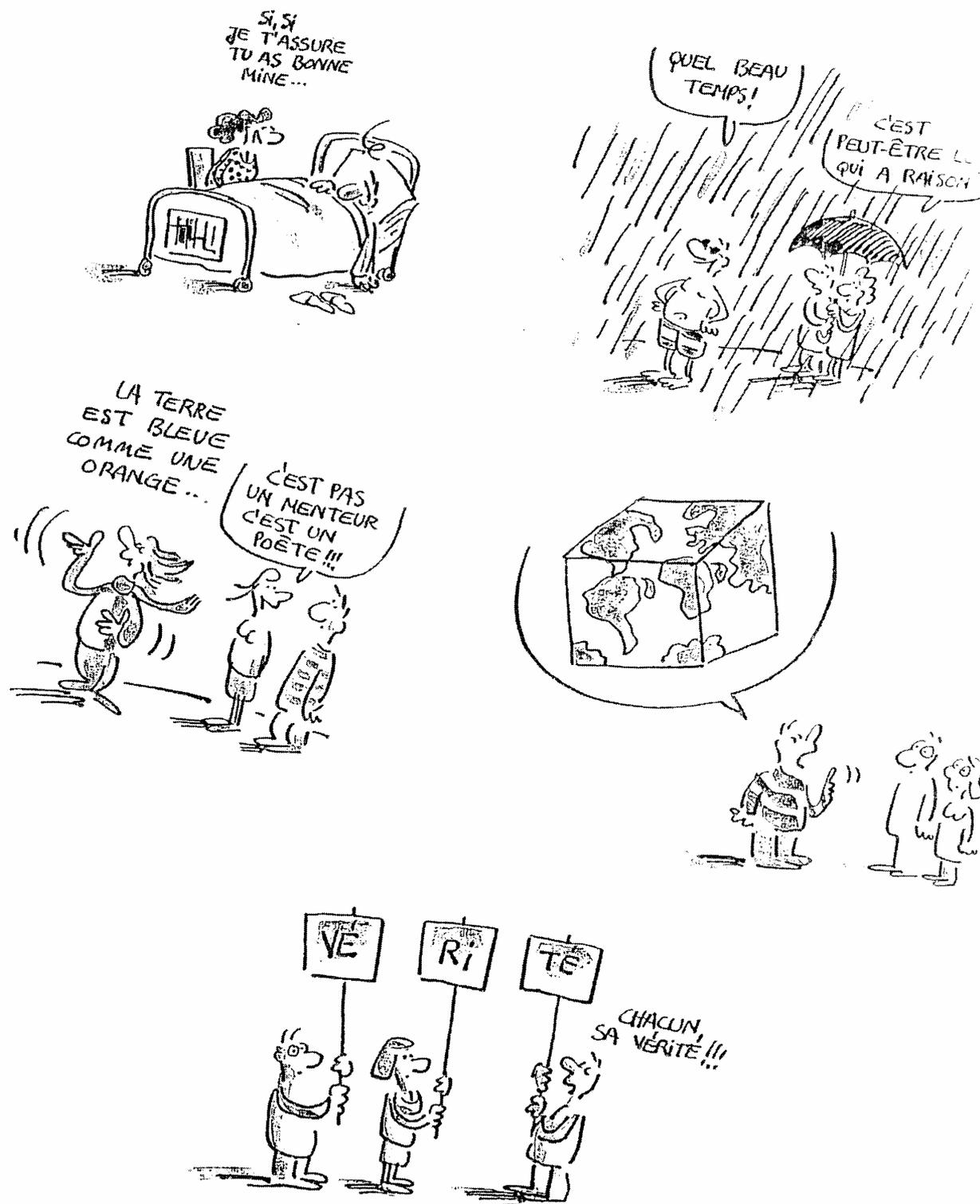
– Non, ce n'est malheureusement pas quelque chose de bon, au contraire...

– Hum! dit le philosophe. Voyons tout de même le troisième tamis. Est-il utile de me raconter ce que tu as envie de me dire?

– Utile? Pas exactement...

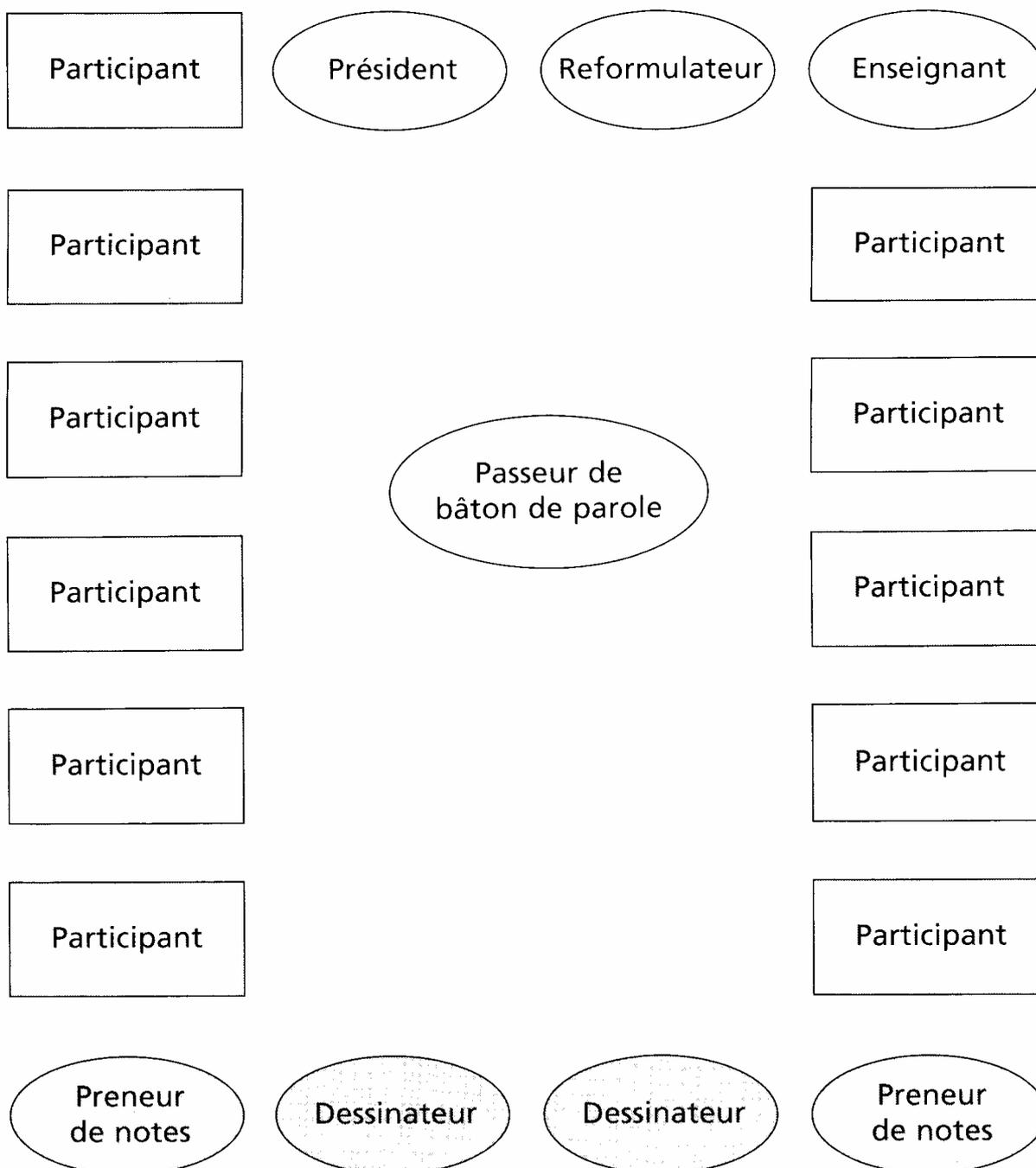
– Alors, n'en parlons plus ! dit Socrate. Si ce que tu as à me dire n'est ni vrai, ni bon, ni utile, je préfère l'ignorer. Et je te conseille même de l'oublier...

**Annexe 2 : Dessins pour le débat-philo « Peut-on ne jamais mentir ? »**



**Anissa Castel, illustré par Gabs, *Doit-on toujours dire la vérité ?*, éd. Louis Audibert, 2003**

**Annexe 3 : Une disposition possible pour le débat-philo**



Patrick Tharrault, *Pratiquer le « débat-philo » à l'école*, éd. Retz, 2007, p. 111

**Apprentissage de la communication : Fiche n° 15**

## Des messages clairs pour prévenir les conflits

**Objectifs :** - Apprendre à exprimer un message qui exprime ce qu'un comportement donné éveille comme sentiment pour soi.

- 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. « Un message clair sert à régler les problèmes en parlant. Au lieu de se battre, on dit ce qu'on a dans le cœur au moment de la dispute. » (Fatimata – 10 ans)

- Apprendre à utiliser ce type de message, que ce soit pour exprimer une satisfaction ou un problème relationnel.

**Mots-clés :** communication – conflit – français – communication non-violente - messages clairs

**Type de fiche :** Activité

**Niveau scolaire :** cycle 2 et cycle 3

**Durée :** Apprentissage progressif au cours de séances de 15 à 45 minutes.

**Nombre de séances :** régulier

**Matériel :** annexes

• **Fiche en lien avec la fiche n°2 de l'apprentissage des règles :** [Le conseil de coopération](#)

**Sources :**

- Danielle Jasmin, *Le conseil de coopération, un outil pédagogique pour l'organisation de la vie et la gestion des conflits*, éd. Chenelière/Didactique, 1994 (diffusion NVA)

- Sylvain Connac, *La formation d'enfants médiateurs, l'exercice de la non-violence au service de la coopération à l'école*, ICEM 34, [sylvain.connac@laposte.net](mailto:sylvain.connac@laposte.net)

**Remarques :**

- Communiquer signifie non seulement échanger des informations objectives mais aussi partager des sentiments et des émotions.
- Communiquer, c'est savoir se départir de ses conduites égocentriques pour épouser d'autres points de vue que le sien, c'est aussi faire preuve d'empathie.
- Communiquer, c'est savoir se faire comprendre, savoir dire et se dire.
- Dans certaines écoles Freinet, l'apprentissage de la formulation de « messages clairs » complète le conseil de coopération et la construction de règles pour « bien vivre ensemble » (*Fiche apprentissage des règles n°2*) Il s'agit d'un unique dispositif qui intègre ces trois dimensions, comme mode de gestion de la vie de la classe et plus particulièrement de la gestion des conflits entre les élèves.
- L'apprentissage de la technique des messages clairs nécessite, préalablement ou simultanément, l'apprentissage des émotions, des sentiments et du vocabulaire pour les nommer

### 1) Une première étape

Les enfants disent facilement « j'aime ou je n'aime pas » ou bien « je suis content-e ou je ne suis pas content-e » Il est possible de partir de cela pour permettre aux enfants d'exprimer les situations où ils se sentent bien et celles où ils ne se sentent pas bien.

Commencer par un petit exercice écrit où vous leur demandez de compléter les deux phrases : « Je suis content-e quand... » et « Je ne suis pas content-e quand... » ou bien par « J'aime lorsque... » et « Je n'aime pas quand... »

Par exemple : *J'aime quand on prend le temps de m'écouter, Je suis content-e quand quelqu'un me fait un beau sourire, Je n'aime pas quand on me pousse dans la cour., Je ne suis pas content-e quand quelqu'un me dit des mensonges.*

Chacun lit son papier, sans commentaire et les autres écoutent sans remarque.

## 2) Une deuxième étape

Le lendemain et pendant plusieurs jours, prendre cinq minutes chaque matin pour demander aux enfants d'exprimer comment ils se sentent en début de journée et, s'ils le veulent, pourquoi. Par exemple

- Je suis contente parce que ma chatte a eu des chatons
- Je ne suis pas content-e parce que mes parents n'ont pas voulu que mon ami vienne coucher à la maison.

## 3) Une troisième étape : Apprendre à dire ses sentiments

Expliquez aux élèves que pour bien vivre ensemble, on doit pouvoir dire aux autres comment on se sent.

Dites aussi qu'on doit pouvoir entendre les autres dire comment ils se sentent et pourquoi, sans les critiquer ni les raisonner. Cela nous permet de mieux comprendre leurs attitudes et leurs comportements, de ne pas les interpréter faussement, de faire mieux attention pour ne pas les contrarier ou les blesser et ainsi d'apprendre à les respecter.

Vous leur expliquez qu'il est important de pouvoir leur faire des petits messages clairs et d'entendre ceux qu'ils vous font.

Vous les encouragez à faire des messages clairs aussi bien lorsqu'ils sont contents, en disant éventuellement un « merci » que lorsqu'ils sont fâchés. Dans ce cas, ils doivent s'assurer que le message a bien été entendu en ajoutant : « Tu as compris »

Expliquez enfin que l'attitude est importante : pour dire un message clair vous leur suggérez par exemple « Mettez-vous bien en face de l'autre, regardez-le dans les yeux et parlez sans agressivité, à voix haute et bien distinctement. »

Comme cela :

- Je suis content-e parce que tu as accepté-e de jouer avec moi. Je te remercie.
- Je ne suis pas content-e quand tu te moques de moi parce que j'ai un appareil dentaire. Tu as compris ? » (en mimant l'attitude)

Pour voir s'ils ont bien compris, vous leur demandez d'essayer d'exprimer des messages clairs envers un-e autre en fonction de ce qu'ils ont déjà vécu depuis le début de la journée.

## 4) Une quatrième étape : développer un vocabulaire qui enrichit l'expression des sentiments

Ecrivez au tableau « je suis », puis délimitez quatre colonnes en tête desquelles vous écrivez : *content, fâché, triste, effrayé.*

Puis vous demandez aux élèves de proposer des mots qui disent des sentiments qui ressemblent à de la joie, de la colère, de la tristesse ou de la peur.

Vous pouvez ensuite pour chaque colonne demander aux enfants de classer les mots dans un ordre qui indique une intensité de plus en plus grande.

Vous leur distribuez ensuite une photocopie de l'annexe 1 en les encourageant à s'y référer chaque fois qu'ils chercheront à exprimer leurs sentiments avec le plus d'exactitude possible.

Dans le tableau sont nommés d'autres sentiments classés en deux catégories : les sentiments agréables et les sentiments désagréables. Vous leur dites qu'ils pourront rajouter d'eux-mêmes d'autres noms :

- soit sur le baromètre des quatre sentiments : colère, tristesse, peur, joie
- soit dans le tableau des autres sentiments. Dans ce cas, chaque fois qu'ils trouveront un nom de sentiment désagréable, ils s'efforceront de chercher le nom d'un sentiment agréable (par exemple son contraire).

5) Une cinquième étape : une autre manière de s'exercer à identifier ses sentiments et à apprendre de nouveaux mots :

Chaque matin, le maître ou la maîtresse note les présences et les absences des élèves. Il s'agit là d'un acte qui devient vite machinal et le document, par le pouvoir de la routine, devient bien souvent un document insignifiant. Il est possible d'en faire un outil pédagogique qu'on peut utiliser de temps en temps : le faire chaque jour prendrait sans doute trop de temps, au préjudice des autres activités de la classe.

Pour cela vous faites circuler une feuille de présence, sur le modèle de l'annexe 2, où sont inscrits les noms et les prénoms des élèves de la classe et où il leur est demandé d'indiquer l'humeur du moment et de signer. En bas, il y a un certain nombre de propositions pour aider les enfants à identifier leurs sentiments. Il est possible de changer cette liste au fur et à mesure que les mots sont assimilés afin d'enrichir encore leur vocabulaire.

A la fin vous pouvez jeter un coup œil sur la feuille et faire un petit commentaire général pour dégager une tendance globale quant à l'humeur de la classe : « aujourd'hui, la tendance est au beau fixe et le travail s'annonce dans la bonne humeur, etc. » Vous pouvez adopter le langage utilisé pour décrire le temps qu'il va faire par les présentateurs à la télévision.

6) Une sixième étape : perfectionner les messages clairs avec le nouveau vocabulaire

Dans son livre, Danielle Jasmin propose d'apprendre aux enfants à structurer leurs messages clairs ainsi :

Messages clairs pour une situation agréable :

1°) Je décris le comportement agréable, par exemple :

- Quand tu joues avec moi...
- Quand tu partages ton casse-croûte...
- Quand tu m'expliques...
- Quand tu me fais rire...

2°) Je dis le sentiment que je ressens, par exemple :

- ...ça me fait plaisir.
- ...ça me rend heureux..
- ...ça m'encourage.
- ...ça me console.

Messages clairs pour une situation désagréable

1°) Je décris le comportement désagréable, par exemple :

- Quand tu prends ma place...
- Quand tu ris de moi...
- Quand tu frappes sur le pupitre avec ton crayon...
- Quand tu ne veux pas jouer...

2°) Je dis le sentiment que je ressens, par exemple :

- ...ça me fait de la peine
- ...ça me rend malheureux.
- ...ça me décourage.
- ...ça me met en colère.

3°) Je vérifie si l'autre a compris mon message

**Remarque :** Sylvain Connac (ICEM 34) propose d'amorcer le message par une phrase du type « Ce que tu as fait m'a fait plaisir. Je vais te faire une explication... » ou bien « **Ce que tu as fait m'a fait souffrir.** Je vais te faire une explication... »

C'est une manière d'inviter l'autre à être attentif à ce qui va être dit. Il est possible d'utiliser l'expression : « Je vais te faire un message clair. »

Après avoir exposé ces propositions, vous demandez aux enfants de s'exercer à nouveau à partir de ce qu'ils ont déjà pu vivre dans leur journée. Vous donnez la parole à ceux qui veulent le faire. Chaque fois vous demandez à celui qui a fait le message et à celui qui l'a reçu, comment il s'est senti après cela.

7) Faut-il laisser faire des messages clairs aux enfants pendant le temps de la classe

Un exemple est donné par Danielle Jasmin. *Un élève, sans qu'elle le remarque, faisait des grimaces à une autre élève. Celle-ci lui demande l'autorisation de lui faire un message clair. Elle lui demande si cela ne peut pas attendre et l'élève lui dit que non. Elle l'autorise donc à le faire. L'élève se lève, pose ses mains sur ses hanches, regarde Jacques dans les yeux et dit, sur un ton plein de colère : « Jacques, quand tu me fais trois grimaces de suite, ça me met beaucoup en colère et (changeant de ton et devenant triste) ça me fait aussi un peu de peine. Tu as compris ? » Jacques devient rouge et dit « oui » en baissant la tête.*

Il peut être gênant que ce type de message soit fait devant toute la classe. Une manière de procéder est d'autoriser les messages clairs dans le temps de la classe en demandant aux deux élèves concernés d'aller les faire dans le couloir, s'ils ne peuvent pas être différés. Sylvain Connac donne cet exemple :

*Jérémy - « Je veux te faire un message clair. (Les deux enfants se lèvent et vont dans le couloir). Ce que tu m'as fait m'a fait souffrir, je vais te faire un message clair. Tout à l'heure, tu m'as demandé de t'aider pour la fiche de géométrie et j'ai dit oui. Mais maintenant tu fais que rigoler et t'écoutes pas ce que je te dis. Moi ça me met en colère et j'ai envie que tu t'arrêtes parce que j'ai autre chose à faire et je crois que tu te moques de moi. As-tu compris ? »*

*Ridoine – « Oui j'ai compris. »*

8) Que proposer si le message n'est pas reçu lorsqu'il y a une situation désagréable ?

Si le message n'est pas entendu, le seul recours est d'en référer à l'adulte.

Par contre si le maître ou la maîtresse a mis en place un conseil de coopération dans sa classe (Fiche *Apprentissage des règles n°2*), l'élève victime peut en référer au conseil de coopération en disant « J'te critique au conseil » formule par laquelle la victime annonce à l'autre sa décision de porter le conflit devant cette instance. Si la plainte est jugée recevable, le conseil lui demandera de faire des excuses et lui proposera du soutien, s'il le désire, pour l'aider à améliorer son comportement.

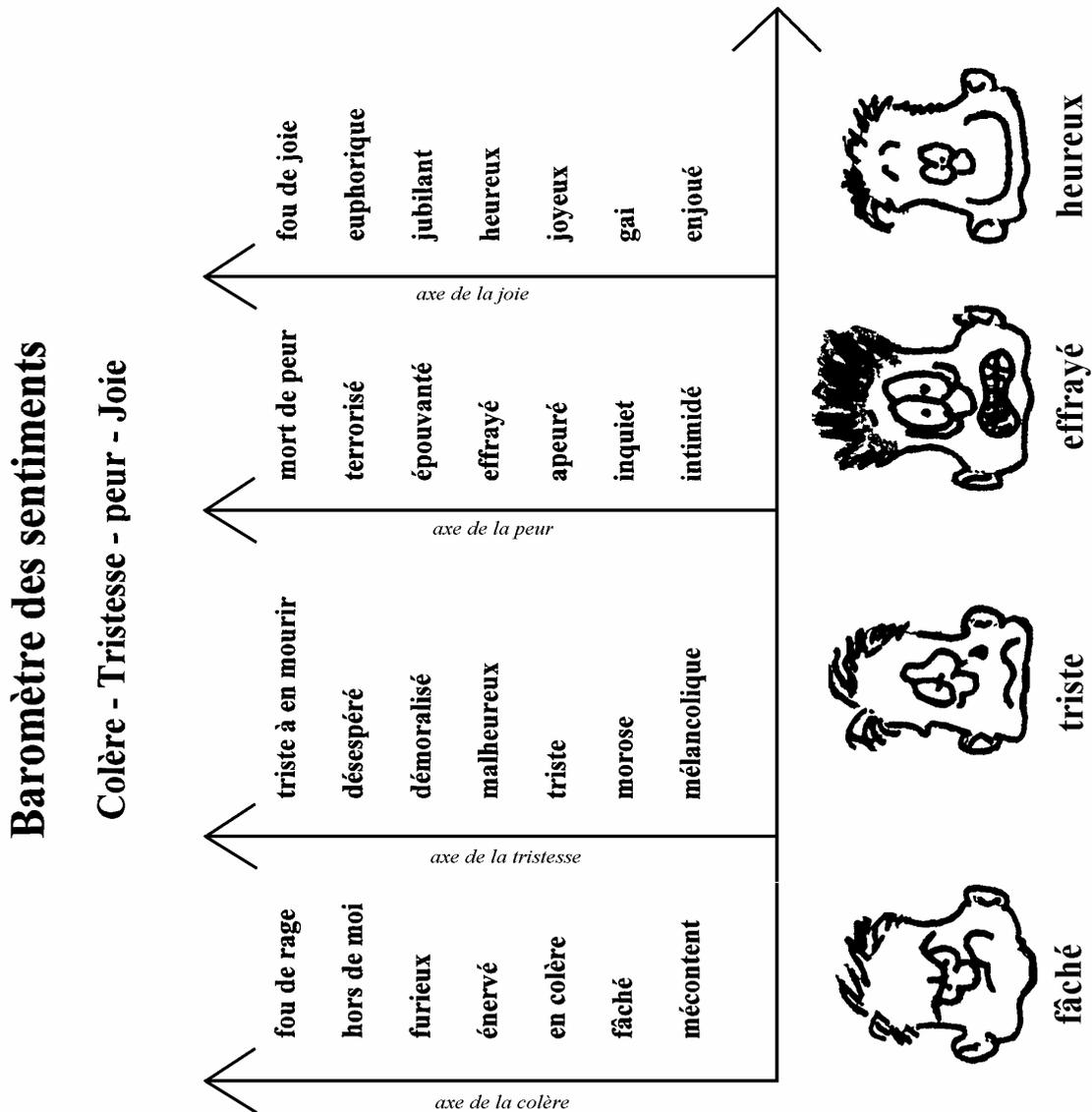
9) Une septième étape : apprendre à réagir de façon appropriée

Vous pouvez proposer aux élèves de répondre aux situations proposées en annexe 3. (Cet exercice se trouve dans le livre de Sylvain Connac en pages 74 et 75)

Vous pouvez faire une correction collective. Les enfants donnent leur avis et vous vous accordez sur une réponse qui fait consensus. Les enfants l'inscrivent dans la dernière colonne.

Vous demandez enfin aux enfants de calculer le nombre de réponses qu'ils ont en commun avec le consensus de la classe et de dire leur commentaire sur leurs résultats

**Annexe 1 : Le baromètre des sentiments**



<u>Des sentiments agréables</u>	<u>Des sentiments désagréables</u>
Calme	Coupable
Confiant	Découragé
Fier	Déçu
Surpris	Frustré
Espiègle	Impatient
Courageux	Jaloux
Sûr de moi	Nerveux
Optimiste	Honteux
Rassuré	Impuissant
Soulagé	Lâche
Plein d'espoir	Seul
Amoureux	Dégoûté

**Annexe 2 : Exemple d'une feuille de présence**

<u>NOM</u>	<u>PRENOM</u>	<u>HUMEUR DU JOUR</u>	<u>SIGNATURE</u>
1- Talon	Achille		
2- Jordan	Gilles		
3-			
4-			
5-			
Etc.			



### **Annexe 3 : Que choisir ?**

Question 1 : Que faut-il choisir pour chacune des situations suivantes ?

- A - Rien de particulier
- B – Faire un message clair
- C – Critiquer au conseil
- D - Prévenir tout de suite un maître ou une maîtresse

Question 2 : Quel message clair faites-vous dans le cas où la situation le demande ?

N°	Situations	Choix	Correct
1	Je suis chef de rang, et un élève ne m'écoute jamais.		
2	Plusieurs enfants me menacent.		
3	Plusieurs enfants me rackettent.		
4	Plusieurs enfants ne veulent pas que je joue avec eux.		
5	Quelqu'un embête ma petite sœur et elle me le dit.		
6	Un adulte entre dans l'école et frappe un enfant.		
7	Un élève rigole avec un autre.		
8	Un enfant emmène à l'école un objet très dangereux.		
9	Un enfant fouille dans mon cartable et vole ma calculatrice.		
10	Un enfant insulte violemment ma famille.		
11	Un enfant me bouscule et ne s'excuse pas.		
12	Un enfant me bouscule sans faire exprès et s'excuse.		
13	Un enfant me demande du goûter pour la 10 <sup>ème</sup> fois.		
14	Un enfant me demande du goûter.		
15	Un enfant me demande une nouvelle fois du goûter et je n'en ai presque plus.		
16	Un enfant me dit un diminutif (Ex. « Tom » si je m'appelle Thomas)		
17	Un enfant me gêne pour travailler.		
18	Un enfant me parle et me dit un surnom.		
19	Un enfant me raconte une blague.		
20	Un enfant menace un petit et je le vois.		
21	Un enfant n'arrête pas de m'embêter.		
22	Un enfant s'amuse à pousser d'autres enfants dans les escaliers.		
23	Un enfant se moque de ma famille.		
24	Un enfant se moque de moi après lui avoir fait plusieurs messages clairs.		
25	Un enfant se moque de moi.		
26	Un enfant tombe, pleure beaucoup et semble avoir très mal.		

#### **Réponses recommandées aux situations :**

Rien de particulier : 7 – 12 – 14 – 16 – 19

Faire un message clair : 4 – 11 – 15 – 17 – 18 – 21 – 23 – 25

Critiquer au conseil : 1 – 9 – 10 – 13 – 24

Prévenir tout de suite un maître ou une maîtresse : 2 – 3 – 5 – 6 – 8 – 20 – 22 – 26

# Modèle de fiche de présentation d'une expérience d'Education à la Non-Violence et à la Paix

*N'hésitez pas à envoyer un document de bilan de votre projet adressé à :  
La Coordination française pour la Décennie internationale de la promotion  
d'une culture de non-violence et de paix  
148, rue du Faubourg Saint-Denis 75010 Paris  
Ou par mail : [coordination@decennie.org](mailto:coordination@decennie.org)*

---

## TITRE

**Thème :**

**Mots-clés :**

**Date de mise en œuvre :**

**Type de mise en œuvre :** (ex : interne à l'établissement, en collaboration avec une association, etc.)

**Type d'établissement :** élémentaire, collège, lycée, etc.

**Au niveau de :** l'établissement, la classe, interclasses, etc.

**Public concerné :** Tous les élèves/Groupe spécifique, une classe/un ensemble de classe, plusieurs niveaux/un niveau, péri/intra/extrascolaire, Adultes

**Type d'intervention :** (ex : formation, évaluation, etc.)

**Auteur de la fiche :**

**Contact :**

---

**Cadre et origine du projet** (Initiative individuelle ou collective, organisation et définition du projet) :

**Objectif général :** Décrivez l'objectif que vous avez poursuivi par cette action, en précisant le constat qui vous a amené à envisager cette action.

(et éventuellement les objectifs spécifiques et/ou pédagogiques et le démarche pédagogique du projet)

**Déroulement de l'action :** Décrivez le déroulement, la préparation en amont, la / les activité(s), la régularité et le calendrier du projet, le public (qualité et quantité), les intervenants (extérieurs et internes à l'établissement, qualité et quantité), les outils utilisés et le budget.

**Évaluation et bilan :** Faites ici le compte-rendu d'expérience (constats, appréciation, paroles d'élèves, etc.) et précisez les perspectives éventuelles



# La Coordination française pour la Décennie

Association Loi 1901

## Qui sommes-nous ?

Les années 2001-2010 ont été déclarées par l'ONU « Décennie internationale de la promotion d'une culture de la paix et de la non-violence au profit des enfants du monde ». (Réf. à la Résolution A/53/25 du 19 novembre 1998.)

Créée en 2000, la Coordination française pour la Décennie a pour but de promouvoir cette Décennie en France et de coordonner et faire connaître les actions qui contribuent à diffuser la culture de la non-violence et de la paix.

Elle rassemble aujourd'hui 79 associations et 12 coordinations locales qui se sont créées dans plusieurs régions de France. La Coordination française est parrainée par plus de 130 personnalités.

## Quelles sont nos ambitions ?

L'ambition de la Coordination française pour la Décennie est de favoriser le passage d'une culture de la violence à une culture de la non-violence et de la paix. La Coordination française pour la Décennie veut, en particulier, développer une éducation à la non-violence et à la paix dans l'enseignement scolaire.

## Quelles sont nos actions ?

Les projets sont nombreux. La Coordination a lancé le 21 septembre 2002 la Campagne pour l'introduction de l'éducation à la non-violence et à la paix à l'école. Un programme scolaire a ainsi été élaboré par un groupe de professionnels experts. Cette campagne a reçu le soutien de plus de 12 000 personnes et de nombreux parlementaires.

Tous les ans, Le Forum « La non-violence à l'école » permet d'approfondir les objectifs et les moyens d'éduquer à la non-violence et à la paix et de présenter au public différentes pratiques et expériences d'éducation à la non-violence et à la paix. Créé en novembre 2008, le Réseau Ecole et Non-violence poursuit les mêmes objectifs via le site internet [www.ecole-nonviolence.org](http://www.ecole-nonviolence.org) (voir encart page suivante).

La Coordination française propose également des animations sur le thème de la culture de paix et de non-violence, en particulier lors de la Journée internationale de la paix, le 21 septembre, et de la Journée internationale de la non-violence, le 2 octobre.

La Coordination française participe au groupe de travail " Décennie " de la Commission française pour l'UNESCO. Elle est aussi membre de la Coordination internationale pour la Décennie, fondée en juin 2003.

Depuis 2004, la Coordination française organise tous les deux ans le Salon international des Initiatives de Paix. Le 3<sup>e</sup> Salon, organisé les 30, 31 mai et 1<sup>er</sup> juin 2008 à Paris, en partenariat avec Partage, Non-Violence XXI et le Secours Catholique - Réseau Mondial Caritas, a accueilli plus de 13 000 visiteurs.

## Associations membres de la Coordination française

Avril 2009

ACAT, ACCES - Clairière de Paix, ACNV, AIRE, Alliance Nationale des UCJG, ANV, APEPA, Arche de Lanza del Vasto, ARP, Association centre Nascita du Nord, Association Enfance - Télé : Danger, Association La Salle, Association Le Petit Prince, Association Montessori de France, Atelier de paix du Clunisois, CCFD, Centre de ressources sur la non-violence Midi-Pyrénées, Centre Quaker International, CERAF Médiation, Collège Lycée international Cévénol, Conflits sans violence, Coordination Martigues Décennie, Coordination orléanaise, CPCV Ile-de-France, Cultivons la paix, Cun du Larzac, Démocratie et spiritualité, DIH Mouvement de Protestation Civique, Ecole de la Paix, Ecole soufie Internationale, EEUDF - Eclaireuses et Eclaireurs Unionistes de France, Emmaüs France, EPP Midi-Pyrénées, Esperanto - SAT-Amikaro, Etincelle, FAB, Famille franciscaine, Fédération Unie des Auberges de Jeunesse, Génération Médiateurs, Gers Médiation, Graine de Citoyen, IFMAN, Initiatives et changement, IPLS, IRNC, ISMM, Jeunesse et Non-Violence, Justice et Paix France, L'Arche en France, La Corbinière des Landes, La Maison de Sagesse, Le Soc - Maison Jean Goss, Le Souffle - France, Le Valdocco, Les Amis des Serruriers magiques, Les Amis de Neve Shalom Wahat As Salam, LIFPL, Ligue de l'Enseignement, Maison des Droits de l'Enfant, MAN, MDPL - Saint Etienne, Mémoire de l'Avenir, MIR, Non-Violence et Paix/ Normandie, Non-Violence XXI, NVA, NVP Lorraine, Paix Sans Frontière, Partage, Pax Christi - France, PBI - Section française, Psychologie de la Motivation, Réseau Espérance, Réseau Foi et Justice France, REVEIL, RYE France, Secours catholique - Réseau mondial Caritas, Solidarités Nouvelles face au Chômage.

# La campagne Eduquer à la non-violence et à la paix à l'école

a été lancée le 21 septembre 2002  
pour demander :

1. L'introduction officielle de la formation à la non-violence et à la paix à tous les niveaux du système éducatif français, dès l'école maternelle, avec un programme prévoyant des horaires, une progression, des outils et des méthodes pédagogiques.
2. L'intégration de cet enseignement dans la formation initiale et continue des enseignants.
3. L'accès de tous les adultes travaillant sur un site scolaire à une formation à la gestion des conflits.

Dans cette perspective, notre association a coordonné le travail d'un groupe d'experts conduisant à la publication d'un *Programme pour l'éducation à la non-violence et à la paix*, lequel présente les objectifs et le contenu de cet enseignement spécifique et propose des méthodes pédagogiques et des modes d'évaluation adaptés aux différents niveaux de la scolarité obligatoire.



## Réseau Ecole et Non-violence

Le Réseau Ecole et Non-violence a été lancé en novembre 2008 par la Coordination française pour la Décennie.

Ce Réseau a été créé afin de faire connaître, d'encourager et de faciliter les projets d'Education à la non-violence et à la paix.

Lieu ouvert de rencontres, laboratoire d'idées et de recherche, outil évolutif, le Réseau Ecole et Non-violence permet d'apporter de multiples éclairages, concrets et réalistes, sur ce que recouvre l'éducation à la non-violence et à la paix.

Site du Réseau : [www.ecole-nonviolence.org](http://www.ecole-nonviolence.org)

- Des outils pédagogiques pratiques et participatifs
- Un Forum de discussion
- Des articles et conseils d'experts sur des thèmes spécifiques
- L'actualité de l'éducation à la non-violence et à la paix

Coordination française pour la Décennie  
148 rue du Faubourg Saint-Denis - 75010 Paris  
Tel: +33(0)1 46 33 41 56 - Fax: +33(0)1 40 51 70  
[www.decennie.org](http://www.decennie.org) – [coordination@decennie.org](mailto:coordination@decennie.org)  
Réseau Ecole et Non-violence [www.ecole-nonviolence.org](http://www.ecole-nonviolence.org)