

# Des sentiments puissants

## Aborder avec les enfants la question des émotions dans les conflits

Annaïk Garin, Vanessa Reinsch

**Les émotions sont le reflet de nos besoins personnels. Dans les discussions sur les conflits ou dans la médiation, en particulier, il est important de ne pas se concentrer uniquement sur le moment où un conflit est survenu, mais de déceler aussi les besoins et les émotions qui ont eu un impact sur nos actions, nos réflexions et notre ressenti. Le matériel que nous allons vous présenter vous permettra de découvrir comment aborder, en tant qu'enseignant·e, les émotions et les disputes avec des enfants dans l'enseignement fondamental.**

Ce n'est que lorsque les émotions sont prises en compte et discutées qu'il est possible de trouver une (ré)solution satisfaisante pour les deux parties. Les conflits réglés de façon constructive offrent donc la possibilité de mettre en lumière des problèmes et d'améliorer des situations existantes. Pour le faire comprendre à une classe, l'enseignant·e n'a pas besoin d'attendre qu'une dispute éclate parmi les élèves. Les méthodologies suivantes permettent au personnel enseignant d'aborder les conflits et les émotions avec des élèves de l'école fondamentale à partir de neuf ans.

La fiche de travail **Qu'est-ce qu'une dispute ?** 📄 porte sur les perceptions personnelles des disputes et conflits. Les élèves ont la possibilité de travailler individuellement sur le sujet, soit en rédigeant quelques lignes soit en faisant un dessin sur la fiche. Il ne s'agit pas d'apporter une définition correcte de la notion de « dispute », mais de mener une réflexion sur des expériences personnelles. Les dessins peuvent ensuite être affichés en classe et les résultats peuvent être rassemblés pour développer une compréhension commune des conflits en classe.

Là où des conflits surgissent, des émotions entrent en jeu. Pour se familiariser avec les différents états émotionnels, il est utile d'avoir recours aux **cartes des émotions** 📄 et de discuter avec les élèves. Ces cartes peuvent aussi être utilisées de temps à autre en cours. Les cartes des émotions servent par ailleurs d'introduction à

l'exercice **Émotions** 📄. L'objectif de cet exercice consiste à associer les différentes cartes à des situations concrètes. Les élèves commencent par se répartir en deux groupes. Ensuite, ils-elles choisissent deux cartes d'émotions et réfléchissent s'ils-elles ont déjà vécu des situations dans lesquelles ils-elles ont ressenti ces émotions. De quelle situation s'agissait-il ? Était-elle liée à un conflit ? Quel a été le point de départ et comment la situation a-t-elle évolué ? Comment la situation a-t-elle été vécue de manière générale ? Des volontaires peuvent présenter l'expérience qu'ils-elles ont vécue pour parachever l'exercice en classe.

Les conflits peuvent être destructeurs et risquent même de dégénérer s'ils continuent de s'attiser et qu'ils ne sont pas gérés. C'est le cas notamment quand des limites personnelles sont transgressées. Nous possédons tous ce que l'on appelle un **bouton rouge** 📄, qui marque le point à partir duquel nous nous mettons en colère et sortons de nos gonds. Le troisième exercice consiste en une réflexion individuelle sur les limites personnelles et les émotions, qui peuvent même se manifester physiquement. Que ressent-on quand on est réellement en colère ? Que se passe-t-il dans le corps lorsque les émotions prennent le dessus ? Comment des personnes extérieures peuvent-elles le percevoir ?

Pour approfondir le travail sur les limites personnelles et les boutons rouges, il est important de réfléchir aussi aux besoins individuels en cas de conflit. **De quoi ai-je**

**besoin ?** 📄 quand un conflit se produit ? Comment puis-je retrouver mon calme dans ces situations ? Comment puis-je expliquer à mes camarades de classe que cette stratégie est la bonne pour moi ? Cet exercice vise donc aussi à favoriser la compréhension mutuelle selon laquelle chacun·e a des besoins différents dans une situation de conflit. Il est important de les reconnaître et de les respecter, car ces stratégies peuvent aussi s'avérer utiles en cas de dispute. Cette démarche contribue dans ce cas aussi à cultiver une culture saine du débat en classe.



**Annaïk Garin**

Annaïk Garin est collaboratrice au Zentrum fir politesch Bildung. Elle est spécialisée dans l'éducation non formelle et l'éducation permanente.



**Vanessa Reinsch**

Vanessa Reinsch a fait des études de pédagogie sociale et de théologie protestante à l'Université de Dortmund pour devenir enseignante. Elle travaille au Zentrum fir politesch Bildung.



## LISTE DE VÉRIFICATION

# Réaliser des exercices sur les disputes et les émotions en classe

### Objectif

Réflexion sur les perceptions personnelles des conflits et des émotions associées

### Groupe cible

Classes de l'école fondamentale, avec 5 à 20 élèves (à partir de 9 ans)

### Durée

Deux à trois unités d'enseignement

### Déroulement

- ✓ Intégrer thématiquement l'unité d'enseignement, par exemple dans le cadre du conseil de coopération ou du cours « Vie et société »
- ✓ Préparer le matériel
- ✓ Travailler avec les élèves sur la fiche « Qu'est-ce qu'une dispute ? » ; développer une compréhension commune des conflits
- ✓ Présenter les cartes des émotions en classe et expliquer chaque émotion
- ✓ Associer les émotions à des situations vécues à l'aide de l'exercice « Émotions »
- ✓ Réaliser l'exercice « Mon bouton rouge » avec les élèves pour les inciter à réfléchir à leurs propres limites en situation de conflit
- ✓ Prendre conscience de ses propres besoins et des stratégies de résolution des conflits (« De quoi ai-je besoin ? »)

## Compass Classes

Les supports pratiques « Qu'est-ce qu'une dispute ? », « Mon bouton rouge » et « Émotions » s'appuient sur le programme *Compass Classes* mis au point aux Pays-Bas. Élaborées par Inge Marit Wielinga et Elke Vroemen, ces méthodes inspirées de la médiation avec des adultes offrent une base prometteuse pour travailler sur les questions conflictuelles avec des élèves qui fréquentent l'enseignement fondamental.

Les écoles fondamentales peuvent réserver ce programme (payant) structuré en six leçons comprenant des exercices pratiques et ludiques.

L'objectif des conceptrices est de permettre aux enfants d'aborder les conflits avec curiosité, de réfléchir aux émotions, et de remédier aux problèmes ensemble et de manière respectueuse. Les parties concernées recherchent une solution aussi satisfaisante que possible pour tout

le monde dans le but de normaliser les conflits à l'école fondamentale et d'inciter les élèves à aborder les problèmes et à rechercher des solutions en toute autonomie.

**Vous trouverez de plus amples informations sur les sites :**

[www.dialoguebv.nl/conflictmanagement/voorwie](http://www.dialoguebv.nl/conflictmanagement/voorwie), <https://www.kyden.com/en/> et [www.ruziemakeneenhelekunst.nl/](http://www.ruziemakeneenhelekunst.nl/)

# Aperçu du matériel pratique

## ⚡ QU'EST-CE QU'UNE DISPUTE ?

Cette activité permet aux élèves de réfléchir à leurs perceptions personnelles des disputes et des conflits.

## ⚡ ÉMOTIONS

Les élèves analysent diverses émotions, qu'ils-elles doivent rattacher à des situations concrètes.

## ⚡ BOUTON ROUGE ET DE QUOI AI-JE BESOIN ?

Dans le cadre de ces exercices, les enfants réfléchissent à leurs propres limites et besoins.



## MATÉRIEL PRATIQUE

