

JOUER AU CONFLIT

J'utilise des stratégies positives pour résoudre mes conflits

Compétence ciblée	Utiliser des comportements prosociaux
Compétences transversales (PFÉQ)	<ul style="list-style-type: none"> • Coopérer • Mettre en œuvre sa pensée créatrice • Résoudre des problèmes
Objectifs généraux	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier des stratégies de résolution de conflits • Utiliser une démarche en quatre étapes pour résoudre des conflits



RETOUR SUR L'ATELIER PRÉCÉDENT

Souviens-toi, au dernier atelier, nous avons parlé des influences sociales et de l'affirmation de soi. Est-ce que tu te souviens du défi que je t'avais proposé? Raconte-moi comment tu l'as réalisé.

* Le défi était d'essayer d'avoir une influence positive sur un ami ou une amie.

LES AVENTURES DE LÉO ET DE CHARLIE

Demain, c'est la fin de semaine! Après la randonnée de vélo de montagne, Charlie et Léo vont souper avec le reste du groupe avant de repartir à la maison.

Léo s'exclame : « Je suis troooooop content de la journée et j'ai tellement hâte à la fin de semaine! À quelle heure veux-tu que je vienne te rejoindre chez toi demain, pour essayer ton nouveau jeu vidéo? J'ai vraiment hâte de l'essayer. Ça fait des mois que je le demande à mes parents et ils refusent toujours de l'acheter. »

Charlie, sans malice, lui répond : « Je ne peux plus demain, finalement. Zoé m'a demandé tantôt si elle pouvait venir essayer mon jeu et j'ai dit oui. Puis, ça se joue juste à deux alors tu ne pourras pas venir. On se reprendra une prochaine fois. »

Léo, pris au dépourvu, lui répond vivement : « Mais... je ne comprends pas. Tu m'avais invité en premier. Tu m'avais promis! Tu préfères tes autres amis? Tu m'as trahi, Charlie! »

Léo s'est détourné, fâché, pour aller parler à d'autres personnes.

Charlie, surprise de la forte réaction de son ami, se dit dans sa tête : « Voyons! C'est quoi cette réaction-là? On va avoir plein d'autres occasions pour jouer ensemble. Je lui ai dit qu'on se reprendrait. En plus, quand j'essaie de lui parler, il fait semblant de ne pas m'entendre! »

À la fin du souper, au moment de ramasser leurs bagages, Charlie et Léo se retrouvent face à face. La chicane éclate.

Charlie interpelle son ami : « Léo, pourquoi es-tu parti pendant le souper? En plus, quand je te parlais, tu faisais semblant de ne pas m'entendre! »

Léo, fâché, rétorque : « Je ne veux pas te parler! Va-t'en Charlie! Tu ne comprends jamais rien! »

SAVIEZ-VOUS QUE?

« L'une des fonctions du conflit est de permettre la construction de relations plus justes, en faisant valoir et progresser les droits de chacun. [...] Le développement de la personnalité de l'enfant est, en partie, stimulé par les relations conflictuelles qu'il vit avec ses pairs » (Cala Zonzon, 2017, p. 6).

En plus des 4 étapes proposées dans le présent atelier, voici quelques autres stratégies favorables à la gestion de conflits :

- Discuter ouvertement avec l'autre et de façon calme;
- Prendre le temps de clarifier sa pensée;
- Tenter de faire des compromis;
- Chercher des solutions avec l'autre;
- Rechercher le soutien social de ses pairs;
- Utiliser la relaxation et l'activité physique pour se calmer avant d'aborder le conflit avec l'autre.

Ces différentes stratégies sont plus favorables à un règlement du conflit que des stratégies comme le retrait (ou l'évitement) de même que certaines stratégies négatives associées à la domination sur l'autre et au contrôle.

(Feldman et Gowen, 1998; Gascon, 2011, Tuval-Mashiach et Shulman, 2006)

CONSIGNES

1. Vous demandez à deux élèves de se porter volontaires pour jouer les rôles de Charlie et de Léo devant le groupe. Vous placez les deux volontaires face à face à l'avant de la classe, dans les extrémités de la pièce. Vous rappelez aux élèves qu'il s'agit d'un jeu de rôle et qu'il s'agit d'un conflit fictif.
2. Vous demandez à l'élève qui incarne Charlie d'expliquer pourquoi elle est en colère contre Léo. Vous demandez au reste du groupe de l'aider à identifier la source du conflit en cas de besoin. Vous répétez l'exercice avec l'élève qui incarne Léo.
3. Une fois la source du conflit identifiée, vous demandez à la classe d'aider Charlie et Léo à régler leur conflit. Chaque fois qu'un élève de la classe propose une solution, Charlie et Léo avancent l'un vers l'autre. Voici quelques exemples de questions à poser pour aider les élèves à identifier des stratégies de gestion de conflit :
 - Selon toi, quelles sont les émotions que Charlie et Léo peuvent ressentir? Comment pourraient-ils nommer leurs émotions à l'autre personne?
 - Comment pourraient-ils retrouver leur calme avant de parler du conflit avec l'autre?
 - Qu'est-ce qu'ils pourraient se dire l'un à l'autre pour résoudre le conflit? Quelles solutions pourraient-ils proposer?
 - Comment feront-ils pour choisir une solution?
 - Est-ce qu'il y a des stratégies qui sont à éviter?
4. Une fois l'exercice terminé, vous remettez la fiche à imprimer *Je règle mes conflits* aux élèves et expliquez les quatre étapes de la résolution de conflits en faisant des parallèles avec la situation de Léo et de Charlie. Vous leur rappelez qu'en tout temps, lorsqu'ils vivent un conflit, ils peuvent utiliser ces étapes pour les aider à le résoudre.
5. Pour terminer, vous pouvez susciter une discussion avec les élèves sur l'importance de régler les conflits en vous servant des questions suivantes :
 - Pourquoi est-il important de régler tes conflits?
 - Que peut-il arriver si tu évites de régler tes conflits?
6. Vous racontez aux élèves que Charlie et Léo ont pris le temps de se calmer chacun de leur côté et qu'ils se sont réconciliés. Léo a accepté d'aller jouer aux jeux vidéo avec Charlie à un autre moment de la fin de semaine.



P
ile
8

P
ile
9

P
ile
10

P
ile
11

ACTIVITÉ DE CLÔTURE

Vous expliquez aux élèves que c'était la dernière journée au camp HORS-PISTE pour Léo et Charlie cette année. Nommez que même si le camp est terminé, vous les encouragez à continuer d'utiliser les stratégies qu'ils ont apprises pour se sentir bien. Demandez aux élèves comment ils ont apprécié les activités, ce qu'ils ont retenu et ce qu'ils ont appris. Utilisez les affiches aide-mémoire pour les soutenir ou faire des rappels au besoin. Vous trouverez ces affiches sur le [site web HORS-PISTE](#) dans l'onglet Ateliers et outils pour les élèves.

PLACE AU RÉINVESTISSEMENT

Afin de favoriser le réinvestissement des apprentissages, vous pouvez afficher dans la classe l'affiche aide-mémoire *Je règle mes conflits* illustrant les quatre étapes de la résolution de conflits. Vous trouverez cette affiche sur le [site web HORS-PISTE](#) dans l'onglet Ateliers et outils pour les élèves. Lorsqu'un élève est impliqué dans un conflit, vous pouvez le référer à l'affiche et l'encourager à mettre en application les quatre étapes.

FICHE À IMPRIMER

Je règle mes conflits

Lorsque je vis un conflit, j'utilise ces quatre étapes pour le régler :

Étape 1 : Je me calme



Éloigne-toi ou installe-toi dans un endroit tranquille.
Prends de grandes respirations, bouge, dessine, écris ou écoute une méditation guidée.

Étape 2 : J'écoute et je m'exprime



Écoute ce que l'autre personne veut te dire. Laisse-lui le temps de parler.
Exprime clairement comment tu te sens.
Parle au « Je ». Évite d'accuser l'autre. Base tes paroles sur des faits.
Explique à l'autre ce dont tu as besoin dans la situation.



Étape 3 : Je cherche des solutions avec l'autre



Donne des idées pour trouver une solution qui pourrait convenir à tout le monde.
Si tu n'y arrives pas, demande l'aide d'un adulte.
Écoute les solutions proposées par l'autre.

Étape 4 : Je choisis une solution avec l'autre et je l'applique



Demandez-vous quels sont les avantages et les inconvénients de toutes les solutions. Ensemble, choisissez la solution qui plaît à toutes les personnes concernées ou faites un compromis.

