

LA RANDO-DISCUSSION

Je règle mes conflits

Compétence ciblée	Utiliser des comportements prosociaux
Compétences transversales (PFÉQ)	<ul style="list-style-type: none"> • Résoudre des problèmes • Communiquer de façon appropriée
Objectifs généraux	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliser une stratégie en quatre étapes pour résoudre ses conflits • Essayer des solutions avant de demander l'aide d'un adulte



RETOUR SUR L'ATELIER PRÉCÉDENT

Souviens-toi, au dernier atelier, nous avons parlé des activités qui pourraient t'aider à te calmer lorsque tu te sens comme une tornade dans ton corps et dans ta tête. Est-ce que tu te souviens du défi que je t'avais proposé? Raconte-moi comment tu l'as réalisé.

* Le défi était de mettre en pratique une activité qui contribue à s'apaiser.

LES AVENTURES DE LÉO ET DE CHARLIE

C'est le matin. Léo, Charlie et le reste du groupe ont passé une belle nuit de sommeil dans la cabane. Les élèves sont sur le point de terminer leur déjeuner quand M. Stéphane, le chauffeur d'autobus, prend la parole : « Bonjour à tous! Ce matin, j'ai reçu un deuxième message radio. J'ai une bonne et une mauvaise nouvelle. La mauvaise nouvelle, c'est qu'il n'y a pas d'autobus disponible pour venir nous chercher. La bonne nouvelle, c'est que nous sommes tout près du camp HORS-PISTE. Préparez vos sacs à dos et remplissez vos bouteilles d'eau. Nous partons dans dix minutes. »

Dans le temps de le dire, Charlie, Léo et les autres élèves sont en route pour le camp. Pour Léo, tout se passe bien. Seulement, depuis le petit déjeuner, Charlie agit de manière bizarre avec lui. Elle ne lui parle pas. Quand il lui pose des questions, elle ne lui répond pas. Elle ne le regarde même pas. Léo ne sait pas ce qui se passe. D'habitude, ils font des blagues et ils rigolent ensemble

De son côté, Charlie est fâchée contre Léo. Hier soir autour du feu, il n'a pas partagé ses barres de chocolat avec elle, alors que tous les autres partageaient ce qu'ils avaient apporté. Et après, il a dérangé tout le monde en dansant avant d'aller se coucher.

Mais Léo ne sait pas que Charlie est fâchée contre lui. Il prend son courage à deux mains pour aller la voir et lui demande pourquoi elle ne lui parle plus. Charlie lui répond finalement : « Tu penses toujours juste à toi! Je ne veux plus te parler! » « Moi non plus, d'abord! Tu n'es plus mon amie! » lui répond Léo. Charlie et Léo devront trouver une solution pour régler leur conflit s'ils veulent passer une belle journée au camp HORS-PISTE.

SAVIEZ-VOUS QUE?

Les conflits sont inévitables et représentent une expérience très éducative et bénéfique dans le développement de l'élève.

Les adultes perçoivent souvent les conflits chez les élèves de façon péjorative ou tentent de mettre des stratégies en place pour les éviter. Cependant, l'apprentissage de la gestion des conflits par les élèves leur permet de s'outiller pour apprendre à s'affirmer, à communiquer efficacement et avec respect, à connaître leurs limites, à faire preuve d'écoute envers les autres et à être ouverts à la diversité des points de vue.

Vous pouvez aider les élèves à résoudre leurs conflits en mettant en place les stratégies suivantes :

- Écouter la version de chacun des élèves impliqués;
- Demander aux élèves de nommer leurs émotions;
- Reformuler pour bien saisir le problème;
- Aider les élèves à concevoir des solutions;
- Encourager les élèves à appliquer les solutions choisies;
- Féliciter les élèves qui ont résolu leur différend.

La réaction première de l'élève ne sera pas forcément la plus adéquate. Encouragez-le à se calmer et à utiliser le langage plutôt qu'à réagir vivement.

(Thauvette, 2020)

CONSIGNES

1. Rassemblez les élèves en cercle en position assise. Demandez-leur s'il leur arrive de se chicaner avec leurs amis ou amies ou avec leur famille, comme c'est le cas de Léo et de Charlie. Demandez-leur s'ils savent quoi faire lorsque cela arrive.
2. Expliquez aux élèves que vous allez expérimenter quatre étapes qui servent à résoudre des conflits. Pour la première étape, vous pouvez leur expliquer qu'il est important de se calmer avant de réagir lors d'une chicane. Il est alors beaucoup plus facile de trouver des solutions que lorsqu'on laisse la colère prendre toute la place. Proposez aux élèves de déposer une main sur leur ventre et une main sur leur cœur. Invitez-les à fermer les yeux et à inspirer lentement en prenant des respirations calmes et profondes. Répétez l'exercice cinq ou six fois et expliquez-leur que le fait de respirer calmement peut les aider à se calmer avant de résoudre leur conflit. En plus, leur respiration est silencieuse et invisible. Ils peuvent donc l'utiliser pour se calmer sans que personne ne le sache. N'hésitez pas à réinvestir les moyens pour se calmer qui sont présentés dans l'atelier M5.4.
3. Pour la deuxième étape, invitez les élèves à travailler leur capacité d'écoute. Toujours assis en cercle, faites le jeu du téléphone en chuchotant un mot simple à l'oreille d'un élève qui fera de même avec l'élève suivant et ainsi de suite. Demandez au dernier élève du cercle de dire à haute voix le mot. Demandez-leur si le mot du départ est resté le même et si c'était facile ou difficile de bien écouter. Expliquez aux élèves que lorsqu'ils vivent un conflit, il est très important de bien écouter ce que l'autre a à dire.
4. Pour la troisième étape, expliquez aux élèves qu'il faut trouver des solutions pour résoudre un conflit. À partir du conflit de Léo et de Charlie, demandez aux élèves comment ils se sentiraient dans la situation, puis ce qu'ils suggèreraient à Léo et à Charlie pour résoudre leur conflit. Vous pouvez aussi choisir au hasard quelques situations proposées dans la fiche complémentaire *Situation de conflits* et demandez aux élèves de se pratiquer à trouver des solutions pour chaque situation choisie. Pour ce faire, demandez aux élèves de se lever debout et de faire passer un objet indiquant le tour de parole (ballon, chapeau, bloc, etc) autour du cercle. Quand l'élève a l'objet en main, il peut nommer une solution ou rester silencieux et le passer à son voisin. Si vous sentez que vos élèves ont besoin de bouger entre les mises en situation, invitez-les à changer de place dans le cercle. Expliquez-leur que, parfois, il est important d'aller voir un adulte, mais que souvent, ils sont capables de régler leurs conflits par eux-mêmes.
5. Pour la dernière étape, expliquez aux élèves qu'une fois qu'ils ont proposé des solutions, il est important d'en choisir une qui fait en sorte que tous sortent gagnants de la situation.
6. Remettez aux élèves la fiche à imprimer *Je règle mes conflits en quatre étapes* et demandez-leur d'expliquer les quatre étapes à leurs parents.
7. Terminez l'activité en disant aux élèves que, grâce à leur aide, Léo et Charlie ont réglé leur chicane. Vous pouvez nommer une solution mentionnée par les élèves pendant l'atelier pour conclure le conflit.

P
e
9

P
e
10-11

P
e
12

P
e
13

P
e
14

ACTIVITÉ DE CLÔTURE

Vous lisez la dernière histoire : Après avoir réglé leur conflit, Léo et Charlie arrivent enfin au camp HORS-PISTE. Une belle surprise les attendait ! En fait, plusieurs belles surprises les attendaient ! Au camp, toutes sortes d'activités sont proposées aux élèves : tir à l'arc, observation de papillons et même, construction de cabanes à oiseaux ! Génial ! Une autre journée remplie de plaisir s'annonce pour nos aventuriers, qui te disent : « À la prochaine ! ».

Vous expliquez aux élèves que c'était la dernière activité de Léo et Charlie cette année. Nommez que même si les activités sont terminées, 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. Si vous le désirez, vous pouvez aussi remettre aux élèves le certificat de participation HORS-PISTE. Vous trouverez ces documents sur le [site web HORS-PISTE](#) dans l'onglet Ateliers et outils pour les élèves.

PLACE AU RÉINVESTISSEMENT

Afin de réinvestir les apprentissages, vous pouvez afficher dans la classe l'affiche aide-mémoire *Je règle mes conflits*, que vous trouverez sur le [site web HORS-PISTE](#) dans l'onglet Ateliers et outils pour les élèves. Lorsqu'un élève vit un conflit, regardez avec lui cette affiche et guidez-le à travers les étapes pour le régler.

Afin de travailler la capacité d'écoute de vos élèves, vous pourriez également leur demander de fermer les yeux et les inviter à écouter le plus de sons possibles autour d'eux pendant 20 secondes. Demandez-leur ensuite de vous en nommer quelques-uns. Rappelez-leur que, lorsqu'ils vivent un conflit, il est très important d'écouter ce que l'autre a à dire.

SUGGESTION DE LECTURE

- Geneviève Côté, *Entre toi et moi*. Éditions Scholastique

FICHE COMPLÉMENTAIRE

Situations de conflit

Liste de situations à proposer aux élèves pour stimuler la recherche de solutions :

- Un ami arrache le ballon de mes mains;
- Une amie ne veut pas jouer avec moi;
- Un ami me dit que je ne suis pas bon;
- Une amie me bouscule;
- Un ami triche pendant un jeu;
- Une amie ne veut pas m'aider à ramasser le matériel que nous avons utilisé;
- J'ai envie de jouer tout seul et plusieurs amis veulent jouer avec moi;
- Je veux lire le livre que mon ami est en train de lire, tout de suite;
- Une amie n'arrête pas de toucher à mes choses et je n'en ai pas envie;
- Je veux parler à mon enseignante avant mon ami;
- Une amie a menti et je ne suis pas d'accord;
- Un ami ne veut plus me parler et je ne sais pas pourquoi.



FICHE À IMPRIMER

Je règle mes conflits en quatre étapes



Étape 1
Je me calme



Étape 2
J'écoute et
je m'exprime



Étape 3
Je cherche des
solutions avec
l'autre



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



Recommence les 4 étapes ou demande de l'aide à un adulte au besoin.



(Fakih, 2019; Motoi, 1995; Motoi et Villeneuve, 2006; Thauvette, 2020)