

La Lettre *Eduquer à la non-violence et à la paix*

REVUE TRIMESTRIELLE À DESTINATION DES ENSEIGNANTS ET DES ÉDUCATEURS - JUIN 2016 / N°35



Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix



Empathie et Tolérance... pour améliorer le vivre ensemble

"L'homme est un être sociable ; la nature l'a fait pour vivre avec ses semblables."

Aristote, *Ethique à Nicomaque*



Télécharger La Lettre ou s'abonner

www.education-nvp.org/la-lettre
N° 35

EDITORIAL par le comité de rédaction de la Lettre.....1

ANALYSE DE FOND

Angela Boss, Empathie et Tolérance pour améliorer le vivre ensemble.....2

TÉMOIGNAGES

François Cribier, Apprendre l'empathie pour sortir de l'affrontement.....4

Commission Quinzaine, Echos de notre quinzaine de la paix et de la non-violence 2015.....6

Franck Mercier, Accueillir de jeunes migrants à l'École, un défi ?.....14

Valérie Mirault, Les outils de bienveillance mis en vie.....16

FICHES PÉDAGOGIQUES

Groupe Journées d'été, Atelier "Découverte de l'empathie avec les chaudoudoux" des journées d'été 2015.....8

Groupe Journées d'été, L'empathie ça me branche.....11

Mylène de Sainte Marie, Développer l'empathie envers soi pour en avoir envers l'autre.....12

Annie Ghiloni, Comprendre la notion de différence de points de vue avec le conte du petit chaperon rouge.....18

RESSOURCES.....20

LE COMITÉ DE RÉDACTION DE LA LETTRE

Cherche des volontaires ! Rejoignez-nous si le cœur vous en dit.

•
PROCHAINE LETTRE, LA NUMÉRO 36 :
« l'importance de l'estime de soi »

APPEL À CONTRIBUTIONS

Pour nos prochains numéros,
sur l'estime de soi.

Enseignants, éducateurs, vous avez mis en place dans votre classe, dans votre groupe, une méthode, des outils, qui permettent de développer l'estime de soi de chacun ? Votre témoignage et vos fiches pédagogiques nous intéressent.

COURRIER DES LECTEURS

Nous vous invitons à faire part de vos commentaires et de vos questions pour ouvrir une page « courrier des lecteurs ».

CONTACT :

Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix
148 rue du Faubourg Saint-Denis - 75010 PARIS
secretariat@education-nvp.org
01 46 33 41 56

Cette Lettre 35 vient clôturer notre thème de l'année 2015/2016 sur l'empathie.

Empathie et Tolérance, deux mots indissociables. Est-ce l'Empathie qui permet la Tolérance ? Ou est-ce l'esprit de Tolérance qui permet de devenir empathique ?

Le lien entre Empathie et Tolérance est fort, logique, permet le vivre ensemble. Plus l'un et l'autre se développent, plus le vivre ensemble peut s'améliorer. C'est peut-être ainsi d'ailleurs que l'idée de la communication non-violente a germé dans l'esprit de Marshall Rosenberg.

En effet, ce lien tient compte des besoins de tous les êtres humains dès la petite enfance : besoin de protection, de sécurité, d'affection. Il permet à chacun d'être reconnu dans toute son individualité, avec l'acceptation de ses différences de vivre dans le respect les uns des autres, naturellement.

L'empathie met en action le domaine des émotions, des relations humaines non-verbales quand la tolérance fait appel à plus d'intellect pour permettre l'empathie cognitive.

Et cela commence par soi car l'auto-empathie est le début du chemin pour se sentir disponible aux autres comme il est bon d'accepter ses propres différences, oser être soi en s'affirmant, pouvoir accepter plus facilement nos différences avec les autres.

Car le manque d'empathie crée la pensée dogmatique qui mène à l'intolérance face à ce qui est différent de soi.

Vous allez ainsi pouvoir découvrir dans ce numéro les tenants et les

possibles de la communication non violente avec Angela Boss puis François Cribier pour ensuite vous pencher sur des témoignages et des fiches pédagogiques vous permettant de piocher plein d'idées pour votre classe, votre groupe et continuer à développer en eux leurs capacités d'empathie et de tolérance.

Vous allez aussi retrouver les derniers échos de notre quinzaine de la paix et de la non-violence, les idées qui ont émanées de nos journées d'été 2015 : un projet complet bien détaillé autour du conte chaud et doux des chaudoudoux puis avec un jeu créé entièrement « l'empathie ça me branche » pour s'initier directement en mettant en œuvre les 5 clés de l'empathie ;

Puis découvrir le quotidien, des projets mis en place dans des établissements scolaires :

- * des petits moments de méditation dans un CP parisien détaillés par Mylène leur enseignante,
- * l'accueil des enfants allophones en collège avec Franck professeur spécialisé primo-arrivants,
- * la mise en vie d'outils de bienveillance, apportés par Valérie déléguée parents d'élèves, dans un village du sud,
- * comment un conte bien connu, le petit chaperon rouge peut ouvrir à changer de point de vue.

Bonne découverte à tous !

Et à bientôt avec la Lettre 36 qui ouvrira notre thème d'année 2016/2017 : l'estime de soi.

Empathie et Tolérance pour améliorer le vivre ensemble

Analyse

C'est grâce à la Communication NonViolente (CNV), processus mis au point par Marshall B. Rosenberg, que j'ai découvert les bienfaits de l'empathie. Je connaissais la sympathie, les conseils, la pitié, la moralisation et surtout les jugements, l'intolérance et le déni de responsabilité, que je reproduisais avec mon entourage et mes élèves. Au fil des stages et rencontres, j'ai appris plus qu'une technique, une nouvelle attitude de vie et intégré une manière différente de voir les autres et le monde. L'impact sur ma vie fut magique et continue de l'être !

Commençons par la simple question "Comment vas-tu ?" Quand je la pose, est-ce que je m'intéresse vraiment à l'autre ? Ou est-ce juste une formule de politesse ? Comment est-ce que je réagis à ce que l'autre dit ? Si je réagis avec un jugement, une moralisation etc. ou tout simplement sans écouter, mon interlocuteur n'aura pas envie de me parler de ce qui le préoccupe. Par contre, un accueil empathique l'encouragera à s'exprimer ouvertement.

En CNV, cette qualité constitue la base de l'approche, une présence dans l'ici et maintenant pour ce qui est vivant. Une écoute éclairante qui offre de l'espace à l'autre pour se dire, pour trouver un contact profond avec soi-même, ses sentiments et ses besoins, pour mieux se connaître, peut-être pour pouvoir changer de perspective et trouver ses propres solutions. Je vais en quelque sorte visiter le monde de l'autre avec lui, si c'est aidant, je reflète ce qui se passe pour lui et je le soutiens à préciser ses sentiments et ses besoins.

J'arrive à m'imaginer à sa place, tout en gardant une distance saine, sans me confondre avec lui. Parfois, une écoute silencieuse peut être appropriée, ce qui ne veut pas dire être passif. Je peux manifester mon intérêt et ma présence par la mimique, des gestes, de petites onomatopées (mmh, ah oui, etc.). Offrir à l'autre l'espace de s'exprimer pleinement lui permet de s'alléger. Ensemble nous pouvons ensuite porter notre attention vers les solutions ou demandes possibles.

Des signes indiquant que l'autre est soulagé sont une détente visible, un soupir, le silence prolongé. Si je suis incertaine, je peux toujours demander "As-tu autre chose à partager ?" S'il n'a rien à rajouter, je peux vérifier s'il est ouvert à entendre un retour de ma part. L'attitude est plus importante que la technique. L'empathie, définie par la CNV, est une qualité d'accueil inconditionnel de ce que vit l'autre, qui lui permet de trouver sa propre force et ses propres solutions.

Et si je n'arrive pas à être dans l'empathie envers l'autre ? Il n'y a pas d'empathie sans auto-empathie. Pour pouvoir accueillir l'autre, il est primordial de nous accorder de l'attention et de prendre soin de nous, de nous écouter. Cela s'entraîne tout comme un muscle. Chaque fois que je suis moi-même dans la réaction contre l'autre, contre moi-même ou sur la défensive, j'ai l'occasion de m'entraîner à respirer et prendre du temps pour moi, pour vérifier mes sentiments et besoins. Cela me permet de créer de l'espace à l'intérieur de moi.

Les neurosciences expliquent que notre cerveau est programmé par les neurones miroirs à la capacité de coopération. Les processus empathiques provoquent la sécrétion de substances telles que la dopamine, l'ocytocine et des opioïdes endogènes et constituent ainsi un système de motivation vraiment bien pensé. Les effets sont bénéfiques sur la santé et préviennent le stress et le burn-out.

Le lien empathique tient la société ensemble et conduit à un bon fonctionnement des familles, des communautés et des équipes. Nous prospérons dans un environnement où nous sommes vus et entendus réciproquement. La créativité peut surgir en nous connectant aux besoins mutuels pour trouver chacun son compte.

Marshall Rosenberg a œuvré la majeure partie de sa vie pour contribuer à un changement social. Il rêvait d'une masse critique de personnes capables de relever les défis majeurs dans nos sociétés partout dans le monde et à pouvoir vivre

ensemble dans la coopération et la tolérance.

La tolérance fait appel à une ouverture d'esprit, l'acceptation et le respect d'autrui, de ses valeurs, opinions ou autres. Les besoins de chacun ont la même valeur.

Serge Tisseron dit :

« La tolérance est la capacité d'accepter les points de vue d'autrui même s'ils diffèrent du nôtre. Elle s'apprend, en construisant par étapes un sens de l'empathie associant émotions et raison. Si ce processus est enrayé dans l'enfance, la pensée dogmatique s'imprime durablement dans les neurones. »

Alice Miller dit :

« La générosité et la tolérance ne passent pas par l'intermédiaire du savoir intellectuel. Si nous n'avons pas eu, enfants, la possibilité de vivre consciemment et de surmonter le mépris qui nous était infligé, nous le perpétons. »

Les enfants ont besoin d'être entourés, dès la naissance, de personnes de référence qui favorisent le contact empathique. C'est à travers l'exemple vécu par les adultes qu'ils peuvent développer à leur tour l'auto-empathie et l'empathie avec les autres. L'adolescence est une deuxième période-clé, où le cerveau du jeune se réorganise et où c'est important d'offrir des repères empathiques.

Dans les écoles il y a encore beaucoup à faire pour aller vers ce changement. Trois universités finlandaises ont mené une étude de grande ampleur entre 2006 et 2016 (1). Les chercheurs suivaient les parcours de plusieurs milliers d'enfants, en se focalisant d'une part sur les interactions avec leurs professeurs, d'autre part sur la coopération entre parents et enseignants. Selon les premiers résultats de

l'enquête, l'attitude empathique et chaleureuse de l'enseignant a un effet favorable sur la motivation et les compétences des enfants. Par contre, ils ont pu constater des comportements passifs et d'évitement en cas de manque de soutien émotionnel. En conclusion, le relationnel est plus important que les outils pédagogiques. L'empathie encourage l'enfant à avoir confiance en ses capacités et à se fixer des objectifs. (Le système scolaire finlandais obtient d'ailleurs toujours de bons résultats dans le cadre du programme Pisa de l'OCDE...)

Cette attitude d'adulte empathique donne envie aux jeunes. Ils peuvent se sentir en sécurité pour expérimenter, oser l'affirmation et la différence tout en apprenant l'authenticité dans le respect de soi et des autres. Cultiver l'empathie chez les jeunes, c'est prévenir le racisme et la discrimination.

La connexion via l'empathie permet de reconnaître l'humanité partagée avec autrui, mais aussi de nommer et apprécier les différences. Le regard dépasse les premières impressions et les étiquettes superficielles pour passer de la projection, où nous imaginons ce que nous ferions à la place de quelqu'un d'autre, à la compréhension et au respect de l'autre. Le but est de créer une connexion qui permet au moins de faire entendre et au mieux satisfaire les besoins des uns et des autres.

Il devient alors plus facile d'aborder les difficultés, de gérer les tensions et conflits et d'aller vers un mieux vivre

Par Angela Boss

Formatrice certifiée par le CNVC
Enseignante

1. Source : Sciences humaines, février 2016

Lien pour l'étude (en anglais) : <http://www.uef.fi/en/-/opettajan-lamminhenkisyys-kasvattaja-lasten-oppimismotivaatiota>

Liens pour les sites CNV :

- Suisse : <http://www.cnvsuisse.ch>
- France : <http://www.cnvformations.fr/>
- International : <http://www.cnvc.org/>

Apprendre l'empathie pour sortir de l'affrontement

La Communication NonViolente dans la relation éducative

Témoignage

De l'incompréhension banale...

Mr V, professeur d'Éducation Physique, reproche à ses élèves de ne pas écouter les consignes, de ne pas coopérer pour le rangement des installations ou le transport des ballons vers le stade.

Dans cette classe, plusieurs élèves ne supportent plus ses remarques, ses mots autoritaires, ses gestes déplacés. Rabroués, humiliés, ils ruminent leur colère. Leur soif de vengeance va se diffuser à un nombre grandissant de mécontents qui se replient ou se rebellent.

Le professeur prend pour provocations les réponses méprisantes et les refus ; il ne sait qu'affirmer davantage son pouvoir, et hâter du même coup le moment de la crise...

Comme la plupart de ses élèves, Mr V a probablement grandi dans un environnement éducatif où les seules façons d'exister consistaient à se soumettre ou à dominer, où la "violence éducative ordinaire" était fissée de reproches, menaces, punitions, dévalorisations, châtiments physiques...

"L'enfant est tout entier positivité, volonté de vivre et de vivre avec."

Olivier Maurel. *Oui, la nature humaine est bonne*

...vers l'ouverture du cœur...

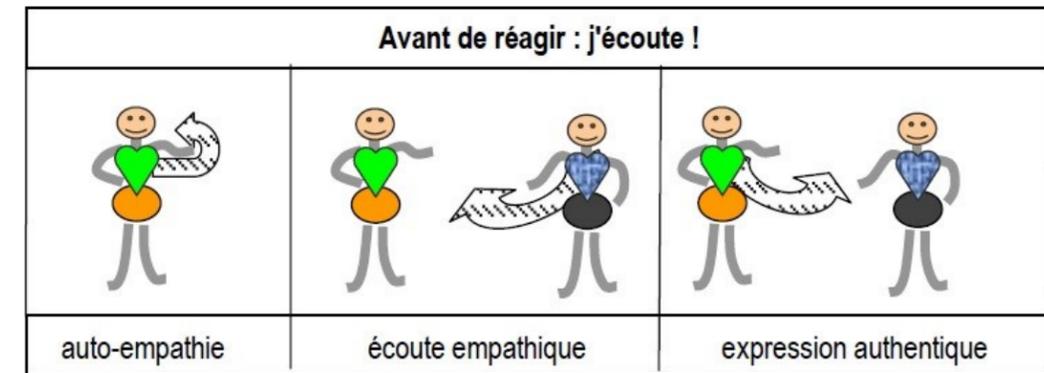
Alors que le bébé, totalement dépendant, reçoit généralement des soins adaptés à ses besoins, peu d'enfants ont été durablement entourés d'adultes attentifs qui prêtaient attention aux signaux de détresse que sont leurs sensations et leurs émotions.

Nous sommes à ce moment passionnant de l'histoire où des murs se présentent à nous, où les vieilles recettes ne font qu'aggraver les mêmes effets, et où des alternatives sont à inventer pour favoriser une éducation humanisante qui prenne soin de tous les acteurs.

Les neuro-sciences apportent à nos intuitions une lecture fine de ce qui se passe dans le cerveau du jeune enfant confronté à ces différentes formes de violences, longtemps considérées comme acceptables. Elles confirment qu'un enfant, pourtant empathique de naissance, ne pourra déployer pleinement ses potentialités cognitives et relationnelles que s'il est élevé dans la bienveillance.

"L'empathie (...), c'est la présence portée à ce que je vis ou à ce que l'autre vit."

Thomas d'Ansembourg. *Cessez d'être gentil, soyez vrai !*



...le triple chemin de l'empathie...

La Communication NonViolente mise en forme par Marshall B. Rosenberg met en évidence cette très bonne nouvelle que nous tous, êtres humains, éprouvons les mêmes émotions, et cherchons à satisfaire les mêmes besoins...et qu'il y a là suffisamment de points communs pour que nous apprenions à nous comprendre.

De là naît notre attention à l'empathie :

Empathie pour moi-même, ou auto-empathie : clarifier ce qui est de l'ordre du **fait observable** déclencheur, du **sentiment** éprouvé, en lien avec un **besoin** insatisfait. Formuler une **demande** (à moi ou à autrui) pour retrouver l'équilibre.

Écoute empathique, pour accueillir sans juger ce que vit autrui dans ces quatre registres.

Expression authentique, pour affirmer positivement et sans violence ce que j'ai repéré en moi.

"Si les adultes, les parents sont respectueux, empathiques, affectueux, justes, curieux de la vie, enthousiastes, compréhensifs, attentifs à autrui, l'enfant les imitera et fera de même."

Catherine Guéguen

... pour progresser en humanité

Mr V a accepté de rencontrer deux élèves concernés et une maman lors d'un Cercle Restauratif. Portés par la bienveillance des présents et accompagnés par le facilitateur, ils ont réussi à accueillir les ressentis de l'autre partie, à comprendre les intentions qui sous-tendaient ses actes, et à élaborer un plan d'action pour apaiser les tensions et rendre de nouveau possible la vie ensemble.

Quand les parents et les éducateurs commencent à mettre en œuvre ces savoir-être, les enfants apprennent, par imprégnation, les mots qui précisent le fait, le ressenti, le besoin, la demande... rendant inutile toute forme de violence. J'ai la certitude que l'empathie reçue à la maison et à l'école nourrit l'équilibre des personnes, permet la rencontre au cœur du conflit, et contribue au changement d'une société en souffrance, à la recherche de son humanité.

"Lorsque les jeunes ont la possibilité de vivre des relations basées sur le respect mutuel et la bienveillance, non seulement leur bien-être, leur apprentissage et leur épanouissement personnel s'en trouvent favorisés, mais un virage vers une société moins violente, plus équitable, attentionnée, véritablement démocratique est alors amorcé."

Riane Eisler préface du livre de Marshall B. Rosenberg *"Vers une éducation au service de la vie"*

Par François Cribier

Association Déclic-CNV & Éducation

Échos de notre quinzaine de la paix et de la non-violence 2015

« je change de regard – je m'ouvre à l'empathie » (suite)

Témoignage

Voici la suite des échos de notre quinzaine de la paix et de la non-violence lancée entre le 21 septembre et le 2 octobre 2015. Elle se poursuit encore dans plusieurs classes car celles-ci l'utilisent en outil pour leurs projets d'année.

1. A l'école maternelle de Longeville en Barrois (55), en Moyenne Section :

J'ai demandé l'aide d'une intervenante, Annie, pour lancer la quinzaine auprès de mes élèves. Elle est intervenue en invitant les élèves à reconnaître les émotions sur des photos, images des personnages du film « Vice Versa », images BD de Petit Poilu, de les mimer et de parler de leurs ressentis dans ces situations ; puis de les reconnaître dans les situations successives de l'histoire de « Gigi et l'orchestre en colère ». Les « choses » ont nettement évolué depuis cette intervention... J'ai le sentiment que les élèves ont passé un « cap »... qu'ils sont plus à l'écoute, osent maintenant dire ce qui va, ce qui ne va pas.

J'ai changé l'organisation des ateliers, utilisant autrement mon espace et la classe est maintenant beaucoup plus calme. J'ai fait un sondage auprès d'eux pour voir s'ils avaient conscience du changement : ils apprécient effectivement de travailler ainsi, de ne plus être gênés par le bruit.

D'autre part, les demandes de câlins se font de plus en plus nombreuses. D'abord un élève au début, puis deux, trois... les enfants viennent maintenant demander spontanément, au milieu d'un atelier.

2. En classe de CM1 à Longeville en Barrois :

Les élèves ont commencé par fabriquer les lunettes. L'intervenante qui est venue lancer pour nous cette quinzaine leur a demandé de les enfiler pour changer leur regard, pouvoir bien discerner les émotions ressenties par les personnages du roman « Elliot peut mieux faire » de Chantal Cahour qu'elle leur a raconté.... Ça a super bien marché. Puis, ils ont vécu des jeux/activités pour apprendre, comprendre ce qu'est l'empathie cognitive (le rond rouge, images inversées, théâtre-forum) : ils ont bien participé, échangé, posé des questions, donné des idées, etc. Les enfants ont mieux compris comment parler de leurs émotions et l'objet « lunettes » leur a permis de prendre de la distance dans le conflit pour essayer de

percevoir ce que l'autre peut ressentir : un pas vers l'empathie ! L'idée du théâtre forum où l'on



reprend à froid un conflit et où l'on cherche d'autres solutions ensemble est un bon outil aussi que j'ai repris une ou deux fois.

Notre projet s'ouvre vers d'autres horizons facilités : nous tentons maintenant de mettre en place des médiations avec des messages clairs.

Les relations évoluent donc même si les conflits entre certains demeurent assez forts !

J'ai pu aussi mettre en place des ateliers philo où la parole de chacun est respectée. Ça marche bien, de belles idées circulent !

3. En classe de CM2 de l'école Saint-Bénigne de Dijon :

Les 28 élèves de la classe de CM2 ont participé à cette quinzaine dans le cadre du cours d'EMC (enseignement civique et moral). La participation à la quinzaine s'inscrivait totalement dans les objectifs visés pour l'année au niveau du projet d'école comme au niveau du programme d'EMC ; à savoir s'ouvrir aux autres et à la différence, mieux entrer en relation avec autrui. Nous avons mené l'activité en deux temps. Dans un premier temps, les élèves ont travaillé sur les émotions à partir de l'étude de l'album Petit Poilu. Une fois « armés » du vocabulaire, ils ont déjà pu exprimer leurs propres émotions. Nous avons ensuite commenté la citation d'Antoine de St Exupéry : « on ne voit bien qu'avec le cœur, l'essentiel est invisible pour les yeux ». L'idée de « mieux voir » ou

plutôt « mieux regarder » est apparue et je leur ai demandé pour le prochain cours de se lancer dans la réalisation de lunettes à partir des modèles de patron proposés tout en donnant libre cours à leur créativité.

La semaine suivante, chacun a montré et porté ses lunettes et nous avons passé tout le cours avec celles-ci sur le nez. Nous avons

participé à des petits jeux comme « un petit rien qui ne coûte rien mais qui me fait du bien »... et avons enchaîné avec le jeu de l'agent secret ; chacun devant observer au hasard et discrètement un camarade de la classe et lui « offrir » la semaine suivante, un petit quelque chose faisant état de ce qu'il avait observé. Si nous

devons faire le bilan de cette participation à la 7^{ème} quinzaine, je dirais qu'il est plutôt positif : les enfants se sont vraiment investis dans la confection des lunettes dans un premier temps et puis dans l'observation attentive et en profondeur d'autrui. D'autre part, ils ont apprécié le fait de pouvoir simplement mettre des mots sur leurs émotions et qu'on

prenne le temps d'en parler ; ils se sont sentis écoutés. Les élèves, eux, de leur point de vue ont admis qu'ils ont essayé d'apprendre à mieux connaître les autres en passant outre les aprioris et ont trouvé que, de façon générale, cela avait amélioré le vivre-ensemble au sein de la classe en allant « voir » au-delà des différences.



Par la Commission Quinzaine

Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix

Quinzaine de la paix et de la non-violence 2016:

2016 est la 3^{ème} étape de nos 5 ans d'aventure "je déclare la paix" ; vous pouvez la vivre même sans avoir vécu les deux premières; elle invite à développer l'estime de soi :

**« Je suis valable, je suis aimable, je suis capable
Développons les trois piliers de l'estime de soi »**

Chacun est invité à construire et nourrir son "coffre à trésors" de ses qualités, savoir-faire, compétences, valeurs,

Le livret pédagogique est en cours (déjà présent dans son approche générale sur notre site) et sera complété d'ici fin juin de ses fiches spécifiques par niveau (maternelle, élémentaire, collège, lycée) et de fiches pédagogiques ciblées qui auront pour but de vous offrir des outils, des lectures, ... pour développer l'estime de soi de vos élèves, de vos enfants, de vos jeunes, et ainsi pouvoir mener cette quinzaine en projet de trimestre voire d'année.

« Découverte de l'empathie avec les chaudoudoux »

par un atelier des Journées d'été 2015

Par Annie Ghiloni, Marion Maupais, Marie Renouard et Mylène de Sainte Marie

Fiche pédagogique

Pour encourager l'empathie, l'un des ateliers de nos journées d'été qui regroupait des enseignants en maternelle et élémentaire a choisi de s'appuyer sur un album : « le conte chaud et doux des chaudoudoux » de Claude Steiner chez Interéditions, outil très riche et très porteur pour « nourrir » ce thème.

Les participants ont ainsi monté un projet à mettre en œuvre en classe avec les enfants dans l'objectif de permettre à chacun d'apprendre à reconnaître ses ressentis et ceux de l'autre, d'apprendre à sentir l'importance de ses paroles à autrui.

piquant (FP) : les enfants miment comment ils ressentent cette situation et verbalisent pour chacune ce qu'ils ressentent dans leur corps.

- ◇ Jeux de rôle par 3 tournants :
 - A dit à l'oreille de B un CDD ou un FP,
 - B mime le ressenti à C,
 - C dit si c'est un CDD ou un FP.
- ◇ Retour sur ce qui a été vécu et analyse des jeux de rôles : un sketch est pris en exemple pour découvrir, comprendre la diversité des émotions exprimées pour un reçu dans le but de répertorier les émotions exprimées, de les différencier selon que l'on ait reçu un chaudoudou (CDD) ou un froid-piquant (FP).

TEMPS 3 : travail en classe

- ◇ Les enfants sont invités à revenir sur les émotions nommées pour développer leur vocabulaire des émotions ressenties avec le livre « des larmes aux rires » de Claire d'Harcourt aux éditions Seuil et Funambule réunies.
- ◇ Puis à regrouper en petits groupes les émotions par familles (colère, joie, tristesse, dégoût, surprise, peur), par le tri des photos prises lors de la séance 2 et /ou de reproductions d'œuvres artistiques.
- ◇ Puis à élaborer les humeuromètres de chacune des émotions avec le vocabulaire découvert grâce aux photos/images en regard (classement de ces émotions suivant leur intensité).
- ◇ *s'arrêter à l'étape tri des photos/images pour les plus

jeunes et prévoir la fabrication d'un cube des émotions que chaque enfant pourra utiliser pour dire dans quel état émotionnel il se sent à un instant T.



TEMPS 4 : Expression corporelle

- ◇ Échauffement : le même qu'en séance 2
- ◇ Reprise du temps de la séance 2 en groupe de trois (ABC) + travail sur l'accueil :
 - A dit un CDD* ou un FP*
 - B mime le ressenti à C,
 - C réagit face à la réaction de B

Avec retour sur ce travail :

Quand c'était un CDD* : comment vous êtes-vous sentis ?

Quand c'était un FP* : qu'est-ce qui a été le plus agréable pour vous ?

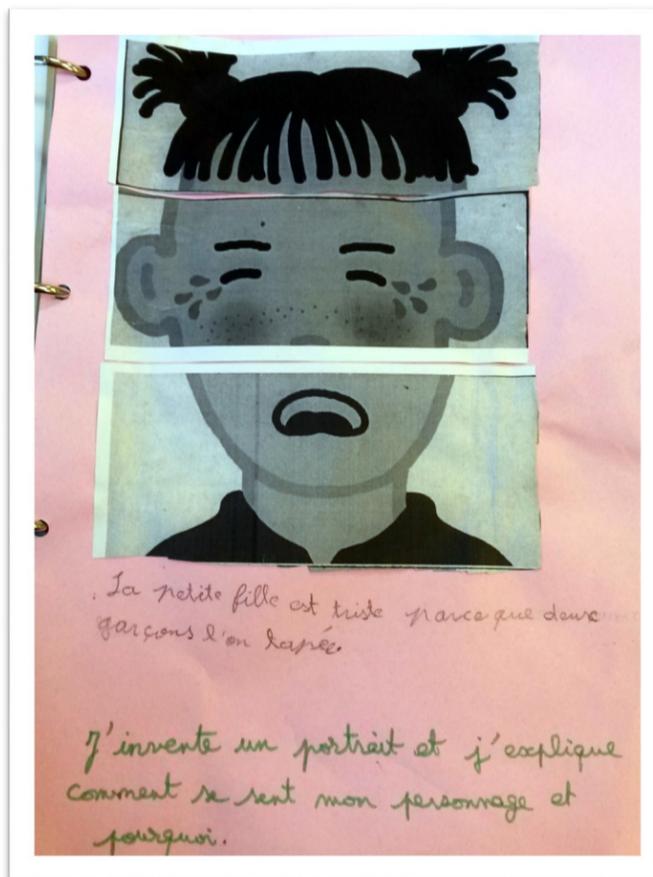
(CDD = chaudoudou ; FP = froid piquant)

De nombreuses activités peuvent être menées pour prolonger cette découverte

- « jouer » devant d'autres classes, les parents des situations en jeux de rôles
- En Arts Visuels:
 - créer avec de la pâte à modeler, terre, dessiner, peindre, les émotions
 - créer des histoires à partir de visages, tableaux exprimant des émotions
- En ateliers d'écriture : écrire une histoire de manière individuelle ou collective « au royaume des chaudoudoux » « au royaume des froids piquants »
- En éducation morale et civique : chacun reçoit un sac de chaudoudoux que les élèves sont invités à faire vivre, remplir au gré de ce qu'ils remarquent de bien chez leurs camarades. D'autre part, un coffre des froids-piquants collectif est installé dans la classe : les élèves sont invités à y jeter les froids-piquants qu'ils ont reçu (par un dessin, un écrit,)
- point émotionnel (météo des émotions) le matin en arrivant en classe, le soir avant de se quitter (le dé peut être un bon outil pour ce moment ou des signes météo : main "soleil", "nuage" ou "orage" intérieur

- fabriquer une roue à sentiments pour la maison afin de permettre un lien pour les parents avec ce qui se fait à l'école
- fabriquer des puzzles des expressions du visage en lien avec les émotions
- création de visages expressifs à partir de bandes découpées de visages
- créer des jeux : loto des émotions, memory des sentiments,

Et à chaque lecture d'album, expliciter les émotions des personnages, afficher leurs photos et/ou les mettre dans un grand livre de référence (à partir de l'École de Léon).



« L'empathie ça me branche »

Un jeu créé lors des journées d'été 2015 par Noémie Baltazard, Boris Bouard et Annie Ghiloni

Fiche pédagogique

Les participants aux journées d'été 2015 de la Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix se sont penchés sur le thème de l'empathie. L'un des trois groupes de travail a choisi la création d'un outil permettant de prendre conscience du concept et de développer leur empathie. C'est ainsi qu'a été en partie créé le jeu coopératif « l'empathie ça me branche ».

Notre groupe avait pour particularité de viser un public adultes, volontaires, hors contexte scolaire. Assez hétérogène donc. Nous voulions préserver cette ouverture. Et, comme plusieurs d'entre nous étaient de grands joueurs, c'est tout naturellement que nous avons intégré la dimension ludique. Le nom de notre jeu est venu du dessin d'un arbre que nous avons fait lors de nos recherches en coopération : Cet arbre est devenu notre plateau de jeu.



NOTRE OBJECTIF :

Proposer un outil qui s'appuie et s'adapte à la diversité des situations de vie privée et professionnelle, qui permette de s'exercer à l'écoute empathique et d'en acquérir les « bonnes pratiques » en favorisant la coopération des personnes en présence.

DESCRIPTIF :

C'est un jeu de rôle pour 4 à 6 joueurs avec une succession de scénettes : cartes situations. Elles sont réparties sur les branches de l'arbre. Chaque branche correspond à un moment différent de la journée : lever - petit déjeuner ; départ au travail ou à l'école (pour emmener les enfants) ; au travail ou à la maison ;

midi ; ; coucher.

Chacun des joueurs est tour à tour écouté, écoutant, coopérant.

Chacun, à son tour, tire une carte-situation qui l'amène à jouer la situation problématique tirée et devient l'**écouté**. Son voisin de gauche (ou le suivant) est invité à jouer avec lui, prendre le rôle de celui qui va l'écouter de manière empathique (l'**écoutant**), aider l'écouté à se libérer de ses émotions, accéder à ses besoins et pouvoir affronter sa situation problème. Un joueur/observateur qui voit la situation se bloquer et désire venir en aide se propose en **coopérant**, peut venir se joindre au duo ou prendre la place de l'écouter.

Afin de favoriser le non-jugement, la coopération et la diffusion des clés d'une écoute empathique que la dimension

ludique, un maître du jeu préalablement initié à l'empathie anime les échanges.

Comme dans la « vraie » vie, des évènements intérieurs (émotions,...) ou extérieurs, (aléas) peuvent intervenir pour complexifier ou simplifier les écoutes.

Comme au théâtre forum, il est possible de rejouer la scène pour expérimenter les conséquences d'une autre façon d'écouter.

BUT DU JEU :

Gagner le plus de smileys possible. Chaque smiley se gagne quand la situation a été bien vécue, que les émotions ont bien été prises en compte, que les besoins de l'écouter comme de l'écouter sont satisfaits, que les 5 clés de l'empathie ont été respectées (Ces 5 clés sont inscrites sur le tronc de notre arbre).

LE POURQUOI DE NOS CHOIX:

Nous avons voulu créer des situations diverses, variées dans les cartes-situations

- pour permettre aux joueurs une mise à distance par rapport à soi, à sa vie personnelle et réussir à s'imaginer dans des situations inconnues, dans la peau de personnages différents de soi,

- pour simuler des écoutes empathiques dans différents moments de vie et ainsi pouvoir acquérir des réflexes petit à petit dans sa propre vie par rebond.

Le jeu est encore en phase de réalisation du prototype. Nous envisageons ensuite de faire appel à des professionnels du jeu pour nous assister, développer une version plus aboutie et prendre en charge la mise en forme. Il est donc déjà sous copyright de la Coordination pour une éducation à la non-violence et à la paix.

Nous aurons ensuite besoin d'une phase d'expérimentation dont les retours permettront l'amélioration des mécanismes de fonctionnement.

Je rappelle ces règles avant chaque temps de méditation, ce qui permet aux enfants de se mettre en condition.

Ensuite je fais un petit dong avec mes crotales et je tourne un sablier d'une minute.

Moi aussi je fais cette minute en me recentrant : cela m'apaise également. Pendant cette minute, j'invite les enfants à ressentir leur respiration, car c'est ce qui permet d'être dans son corps, à ressentir ce qu'il se passe à l'intérieur... si une partie bouge de lui dire de s'arrêter, trouver un mot qui peut dire comment je me sens, là, maintenant (ce qui suppose d'avoir travaillé au préalable sur le vocabulaire des émotions.) Il est important de ne pas trop parler pour qu'il y ait du silence, pour que l'enfant sache aussi l'appréhender.

Pour chaque temps de méditation je donne une consigne :

1er temps : je sens ma respiration (objectif : centrage sur soi, apprendre à ressentir son corps et à laisser passer les pensées)

2ème temps : je cherche un mot qui dit comment je me sens là maintenant (objectif : pouvoir nommer l'état émotionnel dans lequel je suis à présent).

3ème temps : je pense à une personne avec qui j'aime bien être ou un paysage où j'aime bien être (objectif : m'apporter un mieux être)

4ème temps : je cherche quelque chose que j'ai fait depuis hier et dont je suis fier. (objectif : construire et nourrir l'estime de soi)

Développer l'empathie envers soi pour en avoir envers l'autre

Par Mylène de Sainte Marie, professeur des écoles dans Paris 13^e

Fiche pédagogique

Une phrase de Matthieu Ricard moine bouddhiste sur la méditation m'a interpellé :

" Il vaut mieux faire 10s/jour de méditation plutôt que 2h tous les 15 jours."

J'ai choisi d'instaurer 1mn de méditation à chaque entrée en classe : celle du matin, celle de l'après-midi et le retour de chaque récréation. Je lui ai donné le nom de "la minute de retour à soi" dans l'objectif d'apprendre aux enfants à

- se centrer sur eux,
- être à l'écoute de leur corps, de leurs émotions,
- être pleinement conscients du moment présent
- s'apaiser.

Parce que savoir être chez soi, avec soi, permet de mieux gérer ses émotions, d'être à l'écoute de soi et par voie de conséquence de l'autre, d'apprendre à se concentrer, gérer ses moments de stress ou d'émotions intenses...

Cette minute est ritualisée et très cadrée avec des règles à respecter scrupuleusement :

1. je m'installe confortablement
2. je libère mes mains
3. je suis en lien avec moi, avec rien, avec personne
4. je choisis si je ferme les yeux ou si je fixe un point en bas.

Quand le sablier a fini de s'écouler, je refais un dong avec mes crotales et tout le monde ouvre les yeux. Les enfants qui veulent partager leur ressenti peuvent le faire, ce n'est pas une obligation : il est très intéressant de faire partager le mot que les enfants ont choisi pour désigner leur météo intérieure : ça donne du vocabulaire, ça me permet d'être informée du thermomètre émotionnel de ma classe et aussi d'entendre ceux qui sont énervés ou tristes. Certains enfants ont envie de partager le pourquoi de leur émotion, ils peuvent le faire mais de manière synthétique, car ce moment n'est pas un espace de discussion ou de débat. C'est très enrichissant pour chacun d'écouter ces partages, d'être en lien dans cette intimité ; les enfants sont ainsi plus proches et à l'écoute des uns, des autres. Chacun peut prendre la mesure de l'état émotionnel, affectif de l'autre, partager ses joies, consoler ses peines, apaiser sa colère... En entendant s'exprimer les autres, les enfants apprennent à parler d'eux, à écouter l'autre, à comprendre l'autre. Ce travail d'écoute et d'expression émotionnelle est un premier pas qui nous emmène vers l'empathie en se rendant compte que l'autre éprouve les mêmes émotions que soi, en les partageant lors de l'échange.

Cette minute apporte à ma classe un moment de connexion, de partage, de lien, d'empathie, d'apaisement et de silence. Ensuite nous sommes tous calmes pour nous mettre au travail.

Un jour, j'avais oublié de la faire car nous étions dans un projet... ils étaient excités comme des puces, en train de gigoter dans tous les sens, de bavarder... Je ne comprenais pas jusqu'à ce que je réalise: "Ah ben oui voilà, j'ai oublié de faire la minute de retour sur soi." « Dorénavant, je vous le promets, je ne l'oublie plus ».

Cette pratique demande une régularité et d'être exploitée sur un temps assez long car beaucoup d'enfants ont du mal à lâcher prise, à fermer les yeux (il ne faut jamais obliger un enfant car c'est une coupure avec le monde extérieur et ça peut représenter une grande insécurité pour lui !!). Ce n'est qu'en se sentant en sécurité que l'enfant pourra commencer à lâcher et à se centrer sur lui.

Au bout de 21 jours, temps qu'il faut au cerveau pour faire d'une action une habitude, tous les enfants dès la première règle énoncée commencent à se centrer sur eux-mêmes. C'est très surprenant de les voir tous s'apaiser, se couper de l'extérieur pour entrer en eux.

Accueillir de jeunes migrants à l'École, un défi ?

Témoignage

Au-delà d'une approche morale qui pourrait laisser chacun juger, à l'aune de son expérience de vie ou de son degré d'empathie, du bien fondé et des modalités de l'accueil des jeunes étrangers à l'École, le Code de l'Éducation¹ prescrit aux professionnels de l'Éducation Nationale de mettre en œuvre des actions permettant à ces jeunes de s'inscrire dans un parcours scolaire au plus près de leurs besoins.

Dès lors, et en s'appuyant sur l'expertise des CASNAV², des enseignants-ressources et de l'ensemble de la communauté éducative, ces élèves a "besoins éducatifs particuliers", doivent être accompagnés dans leur cursus, évalués, orientés, comme chaque élève à l'École de la République.

Compte-tenu des profils très différents de ces "enfants venus d'ailleurs" qui arrivent en France dans le cadre d'un regroupement familial, d'une demande d'asile ou comme "mineurs isolés", leur scolarisation et à terme leur réussite, apparaît comme un ambitieux défi.

On attend de ces jeunes étrangers allophones³ qui arrivent dans les classes, avec souvent un parcours qui fait directement référence aux secousses géopolitiques dont la presse rend compte quotidiennement, qu'ils deviennent élèves - francophones évidemment - et qu'ils fassent rapidement la démonstration de leur désir d'apprendre. Quelle urgence, quelle pression !

J'accompagne depuis plus de 10 ans, comme professeur de Lettres, ces élèves dans leur cursus au sein de la structure UPE2A⁴ d'un collège. Une trentaine d'élèves passe dans l'année par cette UPE2A, y restent quelques semaines ou quelques mois.

Il ne faut pas se priver, dans cette dernière situation, de l'appui pédagogique que peuvent apporter les professeurs des Ecoles pour l'apprentissage de la lecture, y compris auprès d'élèves des collèges ou lycées. C'est à nous, enseignants, de mobiliser et de relier toutes les ressources présentes dans l'Éducation Nationale pour répondre aux nouvelles questions pédagogiques qui se présentent. A nous aussi d'inventer les solutions.

L'accueil bienveillant de ces jeunes dans l'établissement scolaire, le contact permanent avec leurs familles ou les travailleurs sociaux, avec les partenaires de la Ville, de l'Aide Sociale à l'Enfance, des Centres d'Accueil pour Demandeurs d'Asile sont autant de paramètres qui vont favoriser les rapports de confiance et l'engagement de tous.

D'autre part, s'il faut évidemment scolariser rapidement, il ne faut pas négliger pour autant l'aménagement d'un emploi du temps individualisé et la formalisation d'objectifs qui soient accessibles à ces nouveaux venus à l'École française qu'ils découvrent.

Inclure dans une classe "ordinaire" en parallèle de l'UPE2A, c'est incontournable pour fréquenter ses pairs ; d'où la nécessité d'informer au préalable les équipes d'enseignants des atouts et des difficultés des élèves et en leur proposant des pistes pédagogiques innovantes :

Comme on n'apprend pas à nager au bord de la piscine en regardant ses camarades, on n'apprend pas à devenir élève uniquement en s'imprégnant de l'atmosphère d'une classe ! Il faut se sentir attendu pour arriver plus vite, se sentir intelligent pour s'imaginer réussir, être sollicité pour s'impliquer.

Mon expérience m'invite à partager ce ressenti : le jeune migrant, quelle que soit la raison de son arrivée en France, veut rapidement jouer le rôle qu'on lui réserve à l'École, il attend ce rôle depuis longtemps quelquefois. Il veut devenir élève, sans recevoir de regard compatissant, sans être réduit à celui qu'il faut toujours aider, mais en étant accepté comme chacun le mérite : comme un individu partie d'un tout et qui enrichit ce tout par sa présence.

L'enseignant d'UPE2A doit être "l'élément facilitateur". Il doit avant tout informer pour éviter les malentendus et les défiances, créer des liens en proposant des modalités de communication privilégiées au sein de la classe et dans l'établissement scolaire.

Ainsi, par exemple, pour favoriser l'inclusion des jeunes allophones qui rejoignent une UPE2A et ainsi les rendre immédiatement membres et acteurs du groupe, l'approche qui me semble essentielle est la comparaison des langues. Non seulement comparaison du lexique, mais aussi des structures. Tous travaillent à relever les différences, et s'amuse à découvrir les similitudes ; liens entre les langues, liens entre les êtres. Le Français devient la langue de communication sociale, scolaire, la langue de l'entraide. Les langues maternelles sont souvent convoquées afin de ne pas ajouter au déracinement, le deuil de sa propre langue ou du moins sa rétrogradation violente.

Respect, approche interculturelle, reconnaissance de l'individu sont les maîtres-mots de ma pratique, auxquels j'ajouterai, une nouvelle fois, la confiance.

Croire et convaincre qu'un élève allophone trouvera sa place à l'École de la République, qu'un jeune étranger trouvera sa place en France si on lui laisse le temps de s'engager.

C'est mon projet, c'est le projet des enseignants qui ont découvert et accompagné ces jeunes.

¹ Code de l'éducation Version consolidée au 22 avril 2016 [Article L131-1](#) et [Article L332-4](#)

² Centre Académique pour la Scolarisation des enfants allophones Nouvellement Arrivés et des enfants issus de familles itinérantes et de Voyageurs (BOEN n°37 du 11 octobre 2012, [circulaires du 02/10/12](#))

³ Personne dont la langue maternelle est différente de celle de la communauté dans laquelle elle vit.

⁴ Unités Pédagogiques pour Elèves Allophones Arrivants

Dans le n°473 des Cahiers Pédagogiques de mai 2009 vous trouverez des témoignages de mes élèves d'alors :

- Mohammed, marocain, 12 ans, 6ème, 9 mois de présence en France : "Quand je suis arrivé, tout le monde m'a accueilli. Mon grand-père m'a emmené. Le directeur a expliqué et nous a emmenés en classe." (page 14)
- Haydar, turc, 13 ans, 5ème, 1 an de présence en France : "La prof de physique, elle venait toujours me voir pour me dire si c'est bien ou pas... me corriger. Mais les autres profs faisaient comme avec les autres élèves. Parce qu'ils ne nous connaissaient pas. Et aujourd'hui la physique est la matière où j'ai toujours la moyenne" (page 31)
- David, arménien, 3ème, 1 an et demi de présence en France à propos d'une enseignante de sa classe de 3è : "Si on nous dit pas ce qu'on doit faire ou pas, c'est pas bien. On sait pas. Et je crois que je suis personne pour elle, rien pour elle" (page 40)

Et ces vidéos pour des paroles en direct d'IA-IPR et CASNAV et d'élèves : <http://eduscol.education.fr/cid59114/ressources-pour-les-eana.html#lien1> et http://www.dailymotion.com/video/x2v9eog_l-inclusion-scolaire-des-eleves-allophones-temoignages-de-tzu-ling-et-leandro-school

Par Franck Mercier

Coordonnateur UPE2A

Collège Perrot d'Ablancourt - Châlons en Champagne

Les outils de bienveillance mis en vie

Témoignage

Parents de deux garçons de 7 et 9 ans, nous avons toujours favorisé une éducation bienveillante et respectueuse des rythmes, des besoins et de la personnalité de nos enfants. Ils ont profité pendant 3 années d'une Calandrete, école associative à pédagogie institutionnelle Oury et Freinet, en occitan, leur permettant d'être des enfants, pas seulement des élèves, et de construire leurs potentiels dans un cadre sécurisant les interactions. Notre aîné ayant besoin d'une immersion francophone pour favoriser sa lecture et son écriture, ils ont dû intégrer à la rentrée 2015 la petite école publique du village, une classe de niveau d'âges et de cours mélangés.

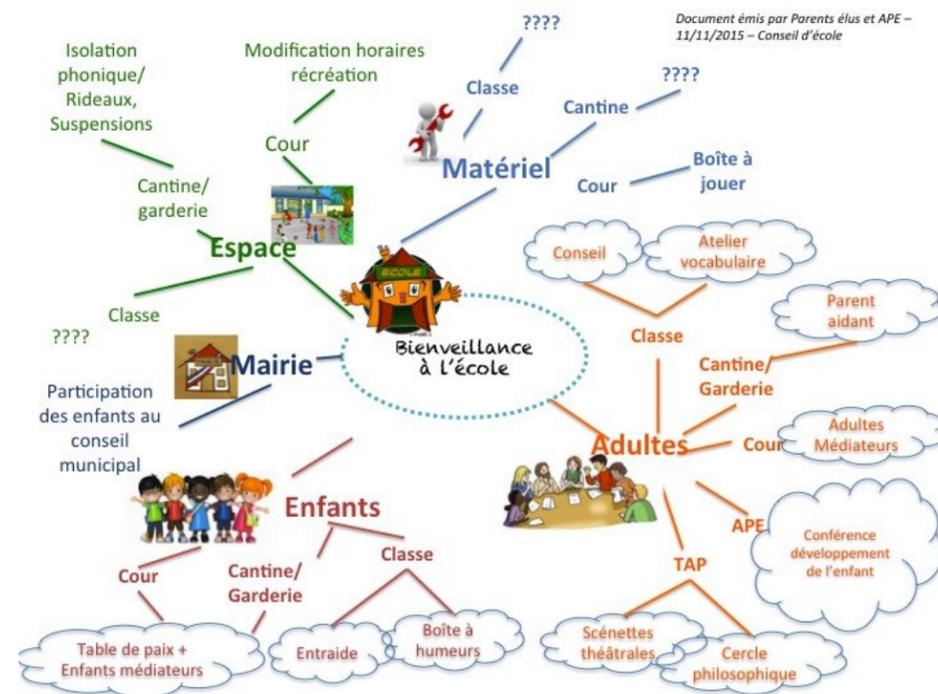
Le directeur et l'institutrice de nos fils, en charge de l'école élémentaire publique nous ont accueillis avec ouverture et intérêt, intéressés par l'expérience de nos enfants en Calandrete pour favoriser l'émergence d'une approche alternative, mettre en place des outils institutionnels et Freinet comme le conseil, les ceintures de couleurs, la correspondance... Je me suis inscrite comme déléguée des parents d'élèves et impliquée dans l'association des parents d'élèves.

Vers Novembre, j'ai remarqué une certaine violence, des enfants malmenés entre autres dans les temps périscolaires. Mes formations et compétences m'ont poussé à proposer des solutions plutôt qu'à critiquer et accuser l'équipe éducative. Avec la présidente de l'APE, nous avons créé une carte mentale et fait un tableau de propositions que nous avons présentées en conseil d'école puis en réunion avec les instituteurs et le maire

dans le but de collaborer ensemble parents/équipe éducative et municipale pour le bien-être de nos enfants dans notre village. Comme dit le proverbe africain: "il faut tout un village pour élever un enfant!" Aujourd'hui, l'éducation pour la Paix prend une résonance toute particulière en ces

tristes actualités. Il est temps d'amener plus de coopération, d'aide à la conscience de ses émotions, à nommer son ressenti et former les adultes et les enfants à la résolution de conflits. J'ai proposé de travailler d'abord en indirect c'est à dire sur les 3 M: Milieu,

Maître, (encadrant au sens large), Matériel, dans et avec lesquels les enfants évoluent en repérant les temps (garderie, classe, cantine, récréation), les encadrants, le matériel en autonomie et les lieux où la violence s'exprime pour pouvoir agir dessus par des modifications matérielles et humaines (Cf mind map) :



- La cantine était très bruyante, stressante pour le personnel et les enfants : enfants nombreux, mauvaise isolation phonique, manque d'autonomie. Il a été décidé avec le maire de faire 2 services (petits/grands) et plus d'actions appelant plus d'autonomie, nécessaire à pour grandir! Le repas est devenu un temps agréable et la petite cour permet un espace réparti dans le temps, pour chaque groupe aux besoins de mouvements différents.

- La récréation a été repérée comme source de conflits. J'ai proposé la mise en place de matériel: une boîte à jouer et l'utilisation d'espaces inutilisés: les côtés où sont rangés vélos et patinettes, la petite cour intérieure... Le maire va faire installer un parking à vélos extérieur et mettre des tables rabattables dans la cour pour faire des activités posées. Les instituteurs ont mis en place des jeux de cour avec un système de prêt.

- Des enfants médiateurs étaient en fonction mais manquaient de formation. Les instituteurs regrettaient l'échec de cette belle initiative car la violence s'exprimait par des bagarres et des humiliations. J'ai donc proposé pour cadre la table de paix inspirée de la résolution de conflits de Faber et Mazlich. Les 3 classes ont travaillé sur les émotions à l'aide d'un tableau des expressions que j'avais prêté et un atelier de vocabulaire pour les plus grands qu'ils ont sérié en « émotions agréables ou désagréables à ressentir ». Le but était de préparer les enfants à pouvoir parler de leur sentiment dans un conflit plutôt que d'accuser l'autre. Et la maîtresse a trouvé un document sur www.dangerecole.blogspot.com décrivant avec des images et des phrases simples comment chercher ensemble des solutions :

1. Je décris à l'autre la situation qui me pose problème sans jugement.

2. Je dis comment je me sens, quelle est mon émotion dans cette situation.
 3. Je dis ce dont j'ai besoin.
 4. Je fais une demande à l'autre qui a le choix d'accepter ou non.
- Les instituteurs témoignent que les enfants ont encore besoin d'entraînement à cette nouvelle manière de fonctionner mais que ça se met bien en place. Mes enfants trouvent que c'est plus calme et que les médiateurs aident bien à comprendre le sens de la justice si important en élémentaire.

Le maire a retenu l'idée d'investir les enfants dans la vie du village par des plantations dans la commune et un conseil municipal des enfants à l'école pour que les enfants portent leur projet pour leur école et leur village dans ce contexte démocratique. Une démarche qui sensibilise aussi l'implication des futurs citoyens.

Dernièrement, mon fils aîné s'est plaint que les jeux et cartes de la maison ont été interdits alors qu'à la Calandrete, c'était autorisé et sans aucun conflit. J'ai entendu sa frustration et lui ai dit qu'il y avait 2 attitudes possibles: râler ou tenter d'être acteur d'un changement par proposition. Il s'est donc saisi de l'institution du conseil pour proposer le retour des jeux

en récré. La maîtresse a dit ses réticences à gérer les conflits et pertes potentielles des jouets. Il a proposé d'élire des enquêteurs en cas de perte et d'utiliser les médiateurs en cas de conflits. Voté! Depuis c'est en fonction dans la cour et ça se passe très bien pour la grande joie de tous !

Aujourd'hui, parmi toutes les propositions, je fais le constat que la seule résistance a été de prendre un temps entre adultes encadrants : personnel municipal, instituteurs. Le manque de temps commun a été invoqué. Le projet était de s'informer et se former ensemble à une connaissance des étapes de développement de l'enfant de 3 à 6 ans et de 6 à 12 ans selon la scientifique Maria Montessori et à apprendre de nouvelles habiletés pour aider les enfants aux prises avec leurs sentiments, susciter la coopération, remplacer la punition, encourager l'autonomie, utiliser les descriptions positives afin d'aider les enfants à se dégager des rôles qui les empêchent de s'épanouir selon les approches Faber et Mazlich mais aussi d'Isabelle Peloux de l'école du Colibri. Malgré cela, l'équipe enseignante dit que des changements sont déjà visibles sur les moments les plus critiques de la récréation et de la cantine, que les après-midi sont plus calmes et plus studieux.

Par Valérie Mirault

éducatrice de jeunes enfants, Montessori
conseillère en pédagogie active

La table de paix et les médiateurs pour résoudre les conflits

Lors d'un conflit, si besoin, les deux protagonistes font appel à un médiateur (enfant ou adulte porteur d'un symbole). Le médiateur soutient l'expression de chacun et la recherche d'une solution gagnant /gagnant mais ne sanctionne pas.

1. Chacun son tour exprime son ressenti, ses sentiments de la situation en disant « je ». Il nomme ses besoins.
2. Ils énoncent plusieurs solutions de réparation de la situation que le médiateur écrit sans les évaluer.
3. Ils choisissent les suggestions qu'ils aiment, celles qu'ils n'aiment pas en les rayant et celles auxquelles ils peuvent donner suite.
4. Les deux parties s'y engagent. Ils peuvent même signer la feuille.

Comprendre la notion de différence de points de vue avec le conte du petit chaperon rouge

Par Annie Ghiloni

Fiche pédagogique

OBJECTIFS :

Changer son regard sur l'autre. Découvrir les perceptions différentes de chacun face à une situation-conflit. Favoriser le dialogue et l'écoute comme outils pour la résolution des conflits.

PARTICIPANTS :

À partir de 6 ans. Adapter l'activité selon l'âge.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ :

Temps 1 :

- * Raconter le conte à tous les enfants. Pour les plus grands qui connaissent le conte, leur faire plutôt raconter : cela fera émerger diverses versions (1^{ère} approche de la notion).
- * Leur poser quelques questions: qui est le bon de l'histoire ? Qui est le méchant ? Est-ce que l'on retrouve cette division « bon, méchant » dans d'autres domaines de notre vie quotidienne ? À la télé par exemple ? Pour quelle raison vous pensez que les personnages agissent de cette façon ? Comment le chasseur résout le conflit ? Qu'est-ce que vous en pensez ?
- * Inviter chaque enfant à dessiner (et raconter pour les CE/CM et collégiens) une situation de conflit vécue en présence de la classe entière (donc vécue par quelques-uns et vue par tous).

Temps 2 :

- * Raconter la version du loup de cette histoire (son propre point de vue donc).

« LE PETIT CHAPERON ROUGE » raconté par le loup

La forêt, c'est mon domaine, mon foyer : J'y habite, je prends soin d'elle, j'essaie de la tenir propre. Voilà ce qui est arrivé en vrai !

Par une belle journée ensoleillée, je nettoyais les ordures au bord d'un chemin quand j'ai entendu des pas. Je me suis caché derrière un arbre et j'ai vu arriver une petite fille avec un panier. Je l'ai de suite suspectée être l'auteur de ces ordures rien qu'à voir sa manière luxueuse de se vêtir, tout de rouge, la tête couverte (ceux qui se couvrent veulent se dissimuler, passer incognito, tout le monde le sait !).

Évidemment, je me suis arrêté pour l'observer, lui demander qui elle était, d'où elle venait. Elle m'a alors raconté une histoire à propos de sa grand-mère, qu'elle devait se rendre chez elle, lui apporter un panier pour son déjeuner, que c'était sa mère qui l'envoyait, qu'elle lui avait dit de ne pas adresser la parole aux personnes qu'elle ne connaissait pas, que cela pouvait être dangereux, que... que.....

Pourtant, elle avait l'air d'une personne honnête, ...

Mais elle était dans MA forêt ! Son apparence était suspecte avec son chaperon bizarre à capuche, rouge de surcroît, ce panier à provisions... elle avait besoin d'une bonne leçon!

Aussi, j'ai décidé de lui montrer combien il était dangereux de traverser la forêt habillée ainsi : je lui ai montré le chemin le plus sûr, même s'il était plus long et l'ai laissée le suivre seule. Moi, j'ai vite couru vers la maison de la grand mère. Une dame fort agréable ! Je lui ai expliqué ma vision des choses, le problème de ma rencontre avec

sa petite fille, naïve jusqu'à désobéir aux conseils de sa maman, mon problème pour MA forêt. Avec elle, nous avons pu décider d'un commun accord de la stratégie à mettre en place. La grand mère a proposé de rester cachée dans l'armoire jusqu'à ce que je l'appelle. Elle m'a fait enfiler sa chemise de nuit, son bonnet, m'a couché dans son lit pour prendre sa place.

Quand le Petit Chaperon Rouge est arrivé, je l'ai invité à venir me rejoindre dans la chambre où j'étais allité, habillé des habits de la grand-mère. La petite fille est entrée avec ses petites joues rosées et s'est mise à me dire quelque chose de désagréable à propos de mes oreilles. J'étais surpris : elle osait insulter mes oreilles ! J'ai essayé, pour me détendre, de lui expliquer gentiment que les grandes oreilles sont très utiles pour bien écouter. (Je voulais l'écouter, lui prêter attention).

Mais elle m'a à nouveau insulté : cette fois, elle a critiqué mes yeux : « très globuleux » a-t-elle dit ! Vous pouvez pas comprendre comment moi je me suis senti par rapport à cette fille si agréable de prime abord mais, en réalité, si désagréable ! J'ai cependant continué à essayer de rester aimable : je lui ai dit que mes grands yeux servaient à la voir meilleure.

Mais, elle m'a encore insulté ! Et là elle m'a vraiment blessé. Elle s'est moquée de mes dents ! Moi qui ai été toute ma vie complexé par mes dents (depuis que je suis petit tous les enfants se moquent de mes dents !) Je sais que j'aurais dû me contrôler, mais elle m'avait vraiment blessé: j'ai EXPLOSER !

Je suis descendu du lit et je lui ai dit que ces grandes dents allaient la manger, la croquer toute crue ! J'étais très en colère.

Maintenant, laissez-moi vous expliquer à vous qui m'écoutez : aucun loup ne mangerait jamais une petite fille ! Ça tout le monde le sait ! Mais le Petit Chaperon Rouge s'est laissée envahir par une peur incontrôlable: elle est devenue folle de peur, a commencé à crier et courir partout. Moi, je courais derrière elle pour essayer de la calmer. J'ai même enlevé les vêtements de la grand mère pour être plus à l'aise dans mes mouvements... mais ça n'a fait qu'empirer la situation!

Du coup la porte s'est ouverte, un énorme chasseur est apparu avec son fusil et m'a regardé fixement. Il était clair que j'étais en danger ! Comme je me retrouvais dans l'incapacité d'expliquer la situation en deux mots, j'ai dû m'échapper vite fait en sautant par la fenêtre qui était juste derrière moi.

J'aimerais bien vous dire que l'histoire s'est terminée là, ainsi, car c'est bien ainsi que cela s'est passé... mais la grand mère n'a pas raconté la même version sur le final de cette histoire. Cachée dans son armoire, ne voyant rien, entendant les cris de sa petite fille, elle s'est mise à avoir peur pour elle, elle aussi ; à imaginer toutes sortes de choses ; elle ne me connaissait que depuis peu.

Après, dans la région, les gens ont commencé à jaser sur mon impulsivité, mes instincts de bête sauvage réveillés face à un enfant, ils se sont mis à dire qu'on ne pouvait pas me faire confiance, puis à dire n'importe quoi, à faire courir des rumeurs. Petit à petit, chacun a commencé à m'éviter.

Je n'ai jamais revu le Petit Chaperon Rouge, j'aurais peut-être pu lui expliquer. Ce qui est sûr, c'est que, depuis cette aventure, je n'ai plus jamais été heureux. Moi, l'inoffensif loup incapable de faire du mal à un enfant, je suis devenu en quelques mois, le pestiféré de la toute la région et même au-delà!

La preuve, cette histoire est même arrivée jusqu'à vous, au-delà du temps et de l'espace !

Inviter chacun à donner son avis sur cette version des faits.

Imaginer ensemble une nouvelle version (celle de la grand-mère ou celle du chasseur ou celle de la maman, ...)

Temps 3 :

- * Reprendre la situation-conflit racontée (ou simplement dessinée pour les plus jeunes) lors du Temps 1.
- * Partager les différences de points de vue de chacun (en écoutant les versions différentes).
- * Discussion autour de ces points de vue, des écarts, de la notion de « Réalité ».

« La règle d'or de la conduite est la tolérance mutuelle, car nous ne penserons jamais tous de la même façon, nous ne verrons qu'une partie de la vérité et sous des angles différents. »

Gandhi, extrait de *Tous les hommes sont frères*

Ressources

Livres pour développer le sujet

- Marshall ROSENBERG, *Vers une éducation au service de la vie*, les Editions de l'Homme, 2007
- Marshall ROSENBERG, *Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs)*, Edition la Découverte, 2004
- Jean-Philippe FAURE et Céline GIRARDET, *L'empathie ou le pouvoir de l'accueil*, Editions Jouvence, 2003
- Thomas d'ANSEBOURG, *Cessez d'être gentil, soyez vrai !*, Editions de l'Homme, 2014
- Catherine GUEGEN, *Pour une enfance heureuse*, Edition Robert Laffont, 2014

Un Film

pour poser la question de la maltraitance en opposition à la nature de l'homme.

- L'odyssée de l'empathie : <http://www.odysee-de-l-empathie.com/bandeannonce.html>

Vidéos

- la scolarisation des élèves allophones (primo-arrivants) <http://eduscol.education.fr/cid59114/ressources-pour-les-eana.html#lien1>
- et ce lien qui accède à des témoignages directs d'élèves http://www.dailymotion.com/video/x2v9e0q_l-inclusion-scolaire-des-eleves-allophones-temoignages-de-tzu-ling-et-leandro-school

Ressources diverses

- Magazine 138 de « Aide et Action » : <http://www.france.aide-et-action.org/wp-content/uploads/2016/03/mag-138-site.pdf>
- Un projet de Visite des musées d'Art pour développer empathie et tolérance : <http://anti-deprime.com/2015/01/16/empathie-tolerance-pensee-critique-les-effets-dune-heure-de-visite-au-musee-dart/>
- Un plan de formation du CNFETP « empathie, tolérance, respect de soi et des autres et citoyenneté » <http://www.cnfeti.p.com/pdf/680-formation-empathie-tolerance-respect-de-soi-et-des-autres-et-citoyennete.pdf>
- Pour créer une boîte à jouer : <http://www.jouerpourvivre.org/>

Nous vous invitons à aller sur ces deux sites très importants pour tous ceux qui désirent défendre comme nous l'éducation à la non-violence et à la paix :

- Un lien qui nous est cher car ce lieu « le mur de la paix » est l'une des étapes de notre parcours de paix à Paris. Pour le sauver : http://fr.ulule.com/sauvonslemurpourelapaix/?utm_campaign=presale_33172&utm_source=animationfacebook&utm_medium=animationfacebook
- La violence n'aurait pas toujours existé : des scientifiques et des militants de l'empathie sont rassemblés dans un projet simple et ambitieux : montrer que la brutalité n'est pas inhérente à l'animal humain — et que nous pouvons changer. <http://www.letemps.ch/societe/2015/01/23/violence-aurait-toujours-existe>

Agenda 2016

18-22 août : Journées d'été à l'Arche de Saint-Antoine l'Abbaye (Isère) « Renforcer l'estime de soi : Enjeux - Démarches - Outils ». Intervention de Christian Staquet, ateliers en petits groupes, forums ouverts,... les Journées d'été permettent chaque année à une trentaine de professionnels de l'éducation d'échanger réflexions et pratiques autour de l'éducation à la non-violence et à la paix. Pour y participer, s'inscrire avant le 22 juillet 2016.

21 septembre - 2 octobre : Quinzaine de la Non-violence et de la Paix : « Je suis valable, je suis aimable, je suis capable - Développons les trois piliers de l'estime de soi ».

Livret pédagogique disponible sur le site internet dès mi-juin.

En novembre : 14^e Forum de la non-violence à l'école « Renforcer l'estime de soi : enjeux - démarches - outils ».

Septembre-Octobre : Lettre 36 « l'importance de l'estime de soi »

Associations membres de la Coordination

ACCES - Clairière de Paix • Action des chrétiens pour l'Abolition de la Torture • ACNV • AIRE • Alliance Nationale des UCJG • Alternatives Non-Violentes • APEPA • Arche de Lanza del Vasto • Antenne Réunionnaise de l'Institut de Victimologie – École réunionnaise de la paix • Association "Enfance - Télé : Danger" • Association Centre Nascita du Nord • Association La Salle • Association Le Petit Prince • Association Montessori de France • Association Montessori pour tous • Association Montetibou • Association pour l'instauration d'un Revenu d'Existence • Association pour la Communication Non-Violente • Association pour la Promotion de la Prévention Précoce • Association Ressources Pédagogiques pour une culture de non-violence • Association Unifiée du Collège Cevenol • Atelier de paix du Clunisois • Bureau International Catholique de l'Enfance • Centre de ressources sur la non-violence de Midi-Pyrénées • Centre Quaker International • Collectif des Alpes-de-Haute-Provence pour l'éducation à la non-violence et à la paix • Comité Catholique contre la Faim et pour le Développement • Conflits sans violence • Coordination orléanaise pour la Décennie de la Non-Violence et de la Paix • Coordination parisienne • La Corbinière des Landes • CPCV Ile-de-France • Cultivons la paix • Démocratie et Spiritualité • DIH - Mouvement de protestation civique • Éclaireuses et Éclaireurs de France • Éclaireuses et Éclaireurs Unionistes de France • École de la Paix de Grenoble • École soufie internationale • Emmaüs France • Enseignants pour la paix - Midi-Pyrénées • Espéranto - SAT - Amikaro • Étincelle • Famille franciscaine • Fédération Unie des Auberges de Jeunesse • Former un Avenir sans Brutalité • Génération Médiateurs • Gers-Médiation • Graine de Citoyen • Initiatives et Changement • Institut de recherche et de Formation du Mouvement pour une Alternative • Institut de Recherche sur la résolution Non-violente des Conflits • Institut pour la promotion du lien social • Institut Supérieur Maria Montessori • Jeunesse et Non-Violence • Justice et Paix France • Korhom • L'Arche en France • Le Soc - Maison Jean Goss • Le Valdocco • Les Maisons de Paix • Les Serruriers magiques • Ligue de l'Enseignement • Maison des Droits de l'Enfant • Mémoire de l'Avenir • Mouvement International de la Réconciliation • Mouvement pour le Désarmement, la Paix et la Liberté • Mouvement pour une Alternative Non-violente • Non-Violence XXI • Office Central de la Coopération à l'École • Paix sans frontière • Partage • Pax Christi - France • Psychologie de la motivation • Recherche sur le Yoga dans l'Éducation • Rénover l'École en Valorisant et en Encourageant les Initiatives Locales • Réseau Espérance • Secours Catholique - Réseau mondial Caritas • UNIPAZ France.

Précédents numéros de La Lettre

1. La coopération
2. Les conflits
3. La communication
4. Les règles
5. Les genres
6. Les différences
7. La sanction
8. La solidarité internationale
9. Le respect
10. L'éducation au développement durable
11. La médiation
12. l'estime de soi
13. Les échanges réciproques de savoirs
14. Les émotions
15. Sexualité et sentiments
16. La gestion des temps de tension de la classe
17. L'éducation aux écrans
18. L'art au service de la paix et de la non-violence
19. La rumeur
20. L'éducation à la différence : le handicap à l'école
21. Le bouc-émissaire
22. Créer la cohésion d'un groupe
23. L'empathie
24. Eduquer à la responsabilité
25. Le poids des émotions dans l'apprentissage de la responsabilité
26. Pédagogie nouvelles, nouvelles pédagogies en France
27. Le théâtre-forum, outil de résolution non-violente des conflits
28. Les nouvelles pédagogie dans le monde
29. L'art, le corps et le mouvement
30. Des outils pour construire la paix à petits pas I.
31. Des outils pour construire la paix à petits pas II.
32. Des outils pour construire la paix à petits pas III.
33. De l'intolérance à l'ouverture d'esprit
34. Vers la tolérance, s'ouvrir à l'empathie

APPEL À DON

La Coordination s'est complètement impliquée dans le rassemblement des organismes de formation compétents, dans l'élaboration de pédagogies et de programmes adaptés et dans les actions de pressions auprès des responsables politiques et éducatifs. Cela nécessite des moyens financiers et indépendants.

Votre aide nous est précieuse pour développer nos actions de promotion d'une culture de non-violence et de paix en France et dans le monde.