

activité 5

À chaque situation, sa solution

temps nécessaire
40-50 minutes

objectif

*aider les élèves à développer
des stratégies pacifiques de
résolution de conflit*

démarche suggérée

*Cliquez ici pour
télécharger la
diapositive*

- 1 • À l'aide des **diapositives de l'activité 5**, introduisez la notion de conflit ainsi que la différence entre un conflit et une situation d'intimidation (au besoin, fiez-vous aux éléments de discussion de l'**activité 1** pour définir l'intimidation). Expliquez pourquoi savoir résoudre des conflits peut aider à prévenir l'intimidation. Utilisez les **éléments de discussion** pour vous aider à faire le pont entre la notion d'intimidation et celle du conflit.
Suggestion :
À un moment ou à un autre, ça va tous nous arriver d'avoir un conflit avec une personne de notre entourage. Même si les conflits sont «normaux», ils peuvent parfois se transformer en situation d'intimidation ou encore, nous porter à poser des gestes ou dire des choses qui peuvent blesser les autres. Dans tous les cas, être capable de résoudre des conflits sans avoir recours à la violence permet d'éviter de blesser autrui et aggraver ou faire perdurer la situation.
- 2 • Distribuez la **Fiche de l'élève A** et invitez les élèves à prendre connaissance des étapes de résolution de conflit. Pour chacune des étapes, invitez les élèves à y inscrire leurs propres stratégies. Lorsque les élèves ont terminé de compléter la fiche individuellement, invitez-les à partager au groupe certaines de leurs stratégies.
Attention :
Chaque conflit est différent. Ces étapes servent avant tout de guide, mais elles doivent être adaptées à chaque situation.
- 3 • Séparez les élèves en groupes de 3-4 et attribuez une mise en situation (**Fiche de l'élève B**) à chaque groupe. Demandez ensuite aux équipes de réfléchir à un plan de résolution de conflit et de l'inscrire sur la fiche pour être capable de l'expliquer aux autres élèves de la classe. Durant cette étape, invitez les élèves à se mettre à la place de **tous les**

éléments de discussion

Nous sommes tous appelés, un jour ou l'autre, à avoir un conflit avec une ou des personnes. Il vaut donc mieux se préparer à trouver des moyens pour les régler pacifiquement. Un conflit survient lorsque deux personnes ont un désaccord ou une différence d'opinion ou d'intérêt. Contrairement à la situation d'intimidation, les élèves impliqués dans un conflit sont dans un rapport de pouvoir égal. Le conflit devient de l'intimidation lorsqu'il y a un déséquilibre de force et de pouvoir entre les personnes impliquées. Il est possible de résoudre des conflits sans avoir recours à de la violence. Il existe plusieurs moyens de faire valoir notre point de vue en restant calme et en prenant le temps d'exprimer nos émotions dans le respect des autres. La communication non-violente est un exemple de stratégie à utiliser pour nous aider à exprimer nos limites, nos opinions et nos besoins. Elle consiste à utiliser ses observations et sentiments pour exprimer une préoccupation. Ainsi, la personne à qui on s'adresse aura moins tendance à être sur la défensive puisque l'intention n'est pas d'accuser l'autre, mais plutôt de dire comment on se sent ou ce que l'on a observé. Un exemple de communication non-violente peut être de parler en utilisant le « je » au lieu du « tu ». Par exemple : « Je me sens inconfortable », au lieu de « tu me rends inconfortable ».

personnages associés à leur mise en situation (comment chaque personne du groupe s'est sentie, qu'est-ce qu'elles aimeraient que les autres fassent si elles étaient à leur place ? etc.) afin de bien réfléchir aux différentes avenues possibles pour désamorcer le conflit ou proposer un compromis.

- 4 • De retour en grand groupe, invitez chaque équipe à jouer, par le biais d'une mise en scène ou d'un sketch, ou à présenter oralement, son plan de résolution de conflit. Pour chaque présentation, invitez les autres équipes à voir s'il est possible de bonifier le plan proposé.
- 5 • Pour terminer l'activité, revenez sur l'importance d'adapter les stratégies à chaque situation en citant des exemples qui ont été présentés.



activité 5 A

À chaque situation, sa solution



Les étapes de la résolution de conflit

Voici un exemple d'**étapes** pouvant favoriser une **résolution de conflit pacifique**. Inscris dans les espaces vides un moyen qui t'aide à réaliser chacune de ces étapes. Bien entendu, chaque situation est différente et il peut arriver qu'on prenne un chemin différent pour résoudre un conflit. Fait-toi confiance!

1 • Me calmer avant d'agir

Exemples : Prendre de grandes respirations

Attendre un peu avant d'aller parler à l'autre personne

Prendre un temps en solitaire pour réfléchir à la situation

Faire une activité pour se changer les idées (par ex. Écouter de la musique ou faire une marche) puis revenir à la situation une fois qu'on se sent plus calme ou qu'on a les idées plus claires

Demander l'avis d'une personne de confiance.

2 • M'expliquer auprès de l'autre personne

Exemples : Demander à l'autre si c'est un bon moment pour parler

Éviter d'accuser l'autre et parler au « je »

Nommer comment on se sent, ce que l'on a vu ou ce qui nous déçoit

Si c'est le cas, reconnaître les gestes qu'on a posés qui auraient pu nourrir le conflit

Écouter l'autre

3 • Chercher des solutions avec l'autre personne

Exemples : Si c'est le cas, dire ce qu'on peut faire pour mieux agir la prochaine fois

Proposer des solutions

Demander l'avis de l'autre et voir si elle aussi a des solutions à proposer

4 • S'entendre sur une solution

Exemples : Voir quelles solutions communes ont été proposées

Faire un compromis et se rejoindre « au milieu du pont »

5 • Appliquer la solution

Exemples : Mettre en pratique la solution trouvée (l'appliquer pour vrai!)

Se laisser la liberté d'essayer les solutions, de voir si elles fonctionnent et de les modifier au besoin

S'entendre à mieux communiquer nos besoins dans le futur et faire attention à l'autre

activité 5 ^B

À chaque situation, sa solution



Activité de mise en situation

Première étape : Réfléchissez et répondez en équipes aux questions suivantes :

- 1 • Quels sont les risques associés à cette situation (comment pourrait-elle se détériorer en situation de violence ou d'intimidation ?) ?
- 2 • Comment pensez-vous que les personnes impliquées dans la situation se sentent ?
- 3 • Comment pouvons-nous éviter que la situation se détériore ?

Deuxième étape : Élaborez un plan de résolution de conflit en vous fiant aux stratégies de résolution de conflit vues précédemment (voir **Fiche de l'élève A**). En groupe, on vous demandera de mimer, sketcher ou d'expliquer votre plan pour résoudre le conflit.

Mise en situation 1

Irina envoie un message sur Messenger à son amie Catherine pour lui demander si elle veut faire quelque chose cette fin de semaine. Irina voit que Catherine a lu son message, mais qu'elle n'y répond pas. La journée passe et Irina n'a toujours pas de nouvelles. Toutefois, elle a entendu que Catherine a invité Béatrice à aller magasiner samedi. Irina se sent fâchée contre Catherine, car elle a l'impression que celle-ci l'ignore.

Mise en situation 2

Jérémie arrive lundi matin à l'école avec de nouvelles lunettes. En arrivant dans la classe, son meilleur ami Sébastien se moque de ses lunettes devant les autres élèves de la classe. Jérémie est fâché contre Sébastien, car il trouve que son meilleur ami a exagéré dans ses commentaires et qu'il l'a humilié devant les autres élèves.

Mise en situation 3

Durant le cours d'éducation physique, deux équipes s'affrontent dans une partie de soccer. Moussa a l'impression que ses adversaires font exprès pour l'accrocher. Il en parle aux membres de son équipe, qui deviennent eux aussi fâchés par l'attitude de leurs adversaires.

Mise en situation 4

Ton ami publie une photo de toi sur Instagram que tu n'aimes pas. Tu lui demandes de l'enlever, mais il refuse de le faire.

Mise en situation 5

Durant l'heure du midi, tes camarades ont ri de deux élèves qui ne font pas partie de votre groupe. Tu étais présent, mais tu n'as rien dit et tu as juste regardé. Toutefois, tu apprends que l'un des deux élèves est allé tout raconter à la TES de l'école et que ton nom est sorti. Au retour du midi, l'ensemble de votre groupe, y compris toi, êtes convoqués et tu apprends que vous aurez tous une retenue et un appel à la maison. Tu es vraiment fâché contre l'élève qui a tout raconté, car tu as l'impression d'être punie injustement.

Mise en situation 6

Une connaissance dans ton cercle n'arrête pas de t'appeler par un surnom qui te déplaît. Tu commences à ressentir de la frustration parce que tu as l'impression qu'elle fait exprès pour rire de toi devant les autres. Qu'est-ce que tu fais ?