

LA PREVENTION DES VIOLENCES PAR LE MESSAGE CLAIR

Les travaux de Danielle JASMIN nous ont alors conduits vers ce qu'elle appelle les « messages clairs.¹ » Un message clair est une petite formulation verbale entre deux personnes en conflit : une victime, qui se reconnaît comme ayant subi une souffrance et un persécuteur identifié par la victime comme étant la source de ce malaise. Il part du principe que si l'on souhaite sortir d'un problème relationnel, il vaut mieux s'attacher aux solutions qu'aux raisons qui en sont la cause. Ainsi, un message clair ne conduira pas des enfants à rechercher le pourquoi de ce qui les oppose. En revanche, il préférera orienter leur discussion vers des idées qui pourraient résoudre le différend.

De manière précise, ce message clair s'énonce ainsi :

1 - « Ce que tu m'as fait m'a fait souffrir et je vais te faire un message clair. »

2 - « Quand tu ... » La victime explique ce qui s'est passé.

3 - « Ça m'a ... » Elle exprime avec des mots les émotions qu'elle a ressenties.

4 - « Est-ce que tu as compris ? » La victime demande au persécuteur si le message était bien clair et, par là même, s'il est d'accord pour ne plus recommencer voire s'excuser.

Message clair

1 - « Je vais te faire un message clair »

2 - On explique ce qui s'est passé

3 - On décrit ses émotions

4 - « As-tu compris ? »

→ Oui - c'est terminé

→ Non - Conseil

Un message clair se veut donc une rencontre non-violente entre deux personnes en conflit qui vont être amenées à se dire d'abord ce qui, dans les faits, a été la cause de la souffrance et ensuite les sentiments que ces faits ont produits (ce que ça fait dans les cœurs).

Lorsque celui qui est identifié comme le persécuteur accepte le message clair (« Oui j'ai compris », « Je m'excuse », « J'aurais pas dû te faire ça », ...), le conflit est très souvent résolu et rapidement oublié. Lorsqu'en revanche, ce persécuteur refuse le message clair (« Je suis pas d'accord », « Oui mais toi tu m'avais fait ça », moqueries, rires, ...), la victime est alors en droit de

déposer une critique au conseil, lui demandant ainsi de trouver une solution ou même de solliciter un adulte pour tenter de régler le problème.

Dans les faits, environ ¾ des conflits peuvent être résolus à travers ces messages clairs. Ces réussites tiennent à deux facteurs. Pour la victime, c'est l'occasion de voir sa souffrance prise en compte et donc de se sentir soulagée d'avoir pu honnêtement exprimer ce qui lui faisait mal. Pour le persécuteur, c'est un moment important : d'une part parce qu'il va avoir la possibilité de prendre conscience qu'une de ses attitudes a pu entraîner une souffrance et d'autre part parce qu'il va pouvoir marquer son regret. A l'inverse, lorsqu'un message clair n'aboutit pas positivement, sa tentative permet au moins de situer les échanges dans la parole qui devient alors un tiers médiateur sur lequel les enfants peuvent s'appuyer en lieu et place des agressions physiques.

Une des principales conditions pour qu'un message clair puisse être utilisé efficacement est qu'il s'adresse à des enfants sensibilisés. Nous avons choisi pour cela d'organiser de petites formations dans chaque classe. Elles consistent à ce chacun découvre d'abord ce qu'est le message clair (le plus souvent une simple démonstration suffit), sache ensuite dans quelles situations il peut être employé (ni pour des « tas de sables », ni pour des problèmes importants) et enfin en maîtrise la formulation (la double acception « Ce qui s'est passé – Les émotions ressenties »). Nous utilisons souvent des jeux de rôles dans lesquels les enfants s'investissent pour s'essayer de manière fictive à la démarche. A la suite de cette courte séance, certains enfants parmi les plus compétents peuvent devenir des « maîtres-messages-clairs » au service de ceux qui n'y arrivent pas encore par eux-mêmes.

Ces messages clairs se déroulent sans la présence de l'adulte et, en fonction de ce qui se décide dans chaque classe, notamment à travers le conseil, ils peuvent se faire pendant les récréations ou lors des moments de classe, dans le couloir.

Il nous arrive aussi de voir quelques enfants venir nous faire un message clair ou même, à notre tour, d'en faire un à quelqu'un avec qui on a eu un problème de relation. Quand on n'y est pas habitué, ce sont des situations assez particulières à vivre mais qui permettent aux enfants d'entrer dans une relation de respect mutuel et de coopération. Le principe est alors qu'une fois ce climat de classe atteint, il permette à chacun de se construire en tant que personne authentique et responsable.

Sylvain CONNAC

¹JASMIN D. « Le conseil de coopération », Editions de la Chenelière.

COMPTE-RENDU DE MESSAGES-CLAIRS ENREGISTRES

Message clair 1 :

- ✓ Jérémy – « Je veux te faire un message clair. (Les deux enfants se lèvent et vont dans le couloir). Ce que tu m'as fait m'a fait souffrir, je vais te faire un message clair. Tout à l'heure, tu m'as demandé de t'aider pour la fiche de géométrie et j'ai dit oui. Mais maintenant tu fais que rigoler et t'écoutes pas ce que je te dis. Moi ça me met en colère et j'ai envie que tu t'arrêtes parce que j'ai autre chose à faire et je crois que tu te moques de moi. As-tu compris ? »
- ✓ Ridoine – « Oui j'ai compris. »

Message clair 2 :

- ✓ Mennana – (En remontant de la récréation) « Ce que tu m'as fait m'a fait souffrir. Je vais te faire un message clair. C'était pendant la récréation, t'arrêtais pas de me dire Mezzaza Mezzaza et moi ça m'énerve. Je t'ai demandé d'arrêter mais tu continuais. Moi ça me donne envie de me moquer de toi aussi et de te dire un autre surnom et ça me fait de la peine parce que mon prénom c'est Mennana et c'est ma maman qui l'a choisi. As-tu compris ? »
- ✓ Thaleb : « Oh la la ! Et toi t'as vu ce que t'as fait ? Tu dis à toutes les autres que j'aime Fatima et c'est pas vrai alors là je crois que tu ferais mieux de te taire là ! »
- ✓ Mennana : « Ça c'est n'importe quoi et j'te critique au conseil. »

« À QUOI TE SERVENT LES MESSAGES CLAIRS ? »

« Moi, ça me sert parce que j'arrive à régler mes petits problèmes. » (Chris – 9 ans)

« Pour moi, un message clair sert à régler un problème qui n'est pas très dangereux. Ça sert aussi à ne pas passer par le conseil et donc à ne pas se servir des sanctions. » (Arslan – 9 ans)

« Le message clair sert à régler les conflits. Quand deux élèves créent un conflit, au lieu de passer à la violence physique ou morale, ils font un message clair. Les élèves qui n'y arrivent pas appellent un maître-message-clair puis essayent de régler le conflit. » (Thaleb – 10 ans)

« Ça sert à régler les problèmes sans les maîtres. On apprend à trouver des solutions tout seul. » (Ichem – 8 ans)

« Un message clair sert à régler les problèmes en parlant. Au lieu de se battre, on dit ce qu'on a dans le cœur au moment de la dispute. » (Mennana – 10 ans)

« Les messages clairs servent à régler des problèmes, à se sentir bien dans son cœur et à ne plus recommencer. » (Jérémy – 9 ans)

« Un message clair c'est pour exprimer tout ce qu'on a dans le cœur et ça soulage. Pour faire un message clair, la victime et le persécuteur se disent ce qu'ils pensent. » (Nesrine – 9 ans)

« Pour moi, les messages clairs m'aident à régler les problèmes pour que ça se passe mieux. » (Fatima – 9 ans)

ENTRAÎNEMENT AUX MESSAGES CLAIRS

Question 1 : Que faut-il choisir pour chacune des situations suivantes ?

- 1 - Ne rien faire
- 2 - Faire un message clair
- 3 - Critiquer au conseil
- 4 - Prévenir tout de suite un maître ou une maîtresse

S i t u a t i o n s :

- Mon métier, c'est responsable du rang, et un élève ne m'écoute jamais.
- Plusieurs enfants me menacent.
- Plusieurs enfants me rackettent.
- Plusieurs enfants ne veulent pas que je joue avec eux.
- Quelqu'un embête ma petite sœur et elle me le dit.
- Un adulte entre dans l'école et frappe un enfant.
- Un élève rigole avec un autre.
- Un enfant emmène à l'école un objet très dangereux.
- Un enfant fouille dans mon cartable et vole ma calculatrice.
- Un enfant insulte violemment ma famille.
- Un enfant me bouscule et ne s'excuse pas.
- Un enfant me bouscule sans faire exprès et s'excuse.
- Un enfant me demande du goûter pour la 10^{ème} fois.
- Un enfant me demande du goûter.
- Un enfant me demande une nouvelle fois du goûter et je n'en ai presque plus.
- Un enfant me dit un diminutif (Ex : « Tom » si je m'appelle Thomas)
- Un enfant me gêne pour travailler.
- Un enfant me parle et me dit un surnom.
- Un enfant me raconte une blague.
- Un enfant menace un petit et je le vois.
- Un enfant n'arrête pas de m'embêter.
- Un enfant s'amuse à pousser d'autres enfants dans les escaliers.
- Un enfant se moque de ma famille.
- Un enfant se moque de moi après lui avoir fait plusieurs messages clairs.
- Un enfant se moque de moi.
- Un enfant tombe, pleure beaucoup et semble avoir très mal.



Question 2 : Quel est le message clair qui convient à ces situations ?

- Un enfant me parle et me dit un surnom.
- Un enfant se moque de moi.
- Un enfant n'arrête pas de m'embêter.
- Plusieurs enfants ne veulent pas que je joue avec eux.
- Un enfant me demande une nouvelle fois du goûter et je n'en ai presque plus.
- Un enfant me bouscule et ne s'excuse pas.
- Un enfant me gêne pour travailler.
- Un enfant se moque de ma famille.



C o r r e c t i o n d e s s i t u a t i o n s :

Ne rien faire

- Un enfant me raconte une blague.
- Un élève rigole avec un autre.
- Un enfant me demande du goûter.
- Un enfant me bouscule sans faire exprès et s'excuse.
- Un enfant me dit un diminutif (Ex : « Tom » si je m'appelle Thomas)

Faire un message clair

- Un enfant me parle et me dit un surnom.
- Un enfant se moque de moi.
- Un enfant n'arrête pas de m'embêter.
- Plusieurs enfants ne veulent pas que je joue avec eux.
- Un enfant me demande une nouvelle fois du goûter et je n'en ai presque plus.
- Un enfant me bouscule et ne s'excuse pas.
- Un enfant me gêne pour travailler.
- Un enfant se moque de ma famille.

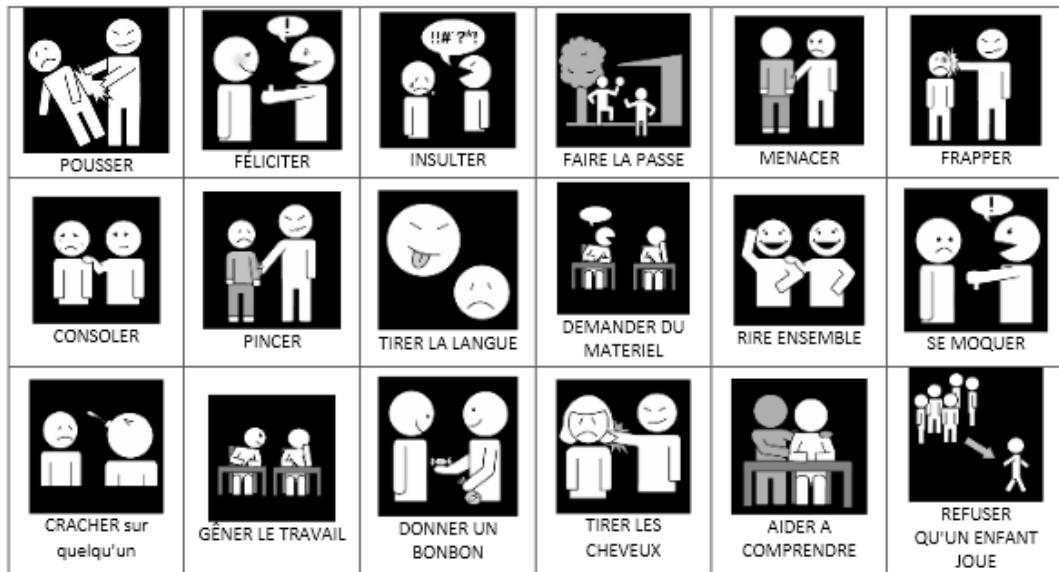
Critiquer au conseil






- Un enfant fouille dans mon cartable et vole ma calculatrice.
- Un enfant se moque de moi après lui avoir fait plusieurs messages clairs.
- Un enfant me demande du goûter pour la 10^{ème} fois.
- Mon métier, c'est responsable du rang, et un élève ne m'écoute jamais.
- Un enfant insulte violemment ma famille.

Prévenir tout de suite un maître ou une maîtresse

- Un enfant s'amuse à pousser d'autres enfants dans les escaliers.
- Plusieurs enfants me rackettent.
- Un adulte entre dans l'école et frappe un enfant.
- Un enfant tombe, pleure beaucoup et semble avoir très mal.
- Un enfant emmène à l'école un objet très dangereux.
- Plusieurs enfants me menacent.
- Un enfant menace un petit et je le vois.
- Quelqu'un embête ma petite sœur et elle me le dit.

Un autre exemple de formation aux messages clairs² :



 MESSAGE CLAIR 		PAS DE MESSAGE CLAIR 	
POSITIF	NÉGATIF	Faire appel à un adulte 	Il y a eu violence 

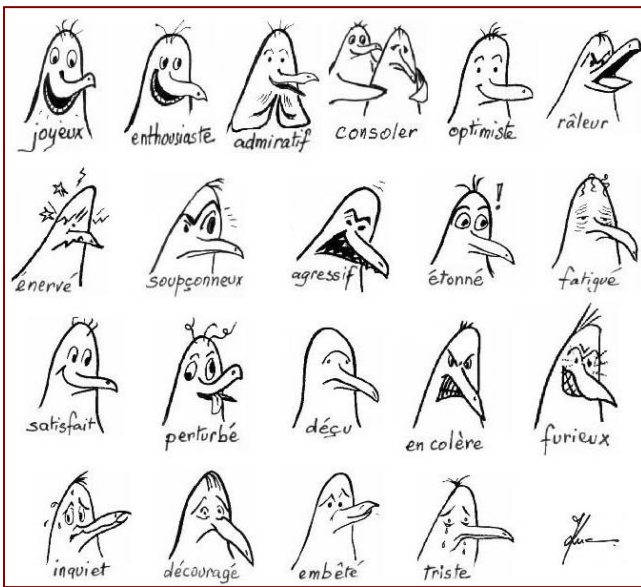
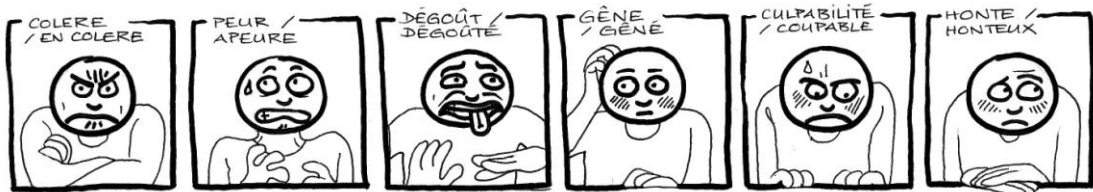
A partir des images du site :

<http://www.sclera.be/index.php?taal=FR>

² <http://cardie.ac-montpellier.fr/IMG/pdf/34BilanFEcoBolivarMTPlesmots.pdf>



Concepteur : S. Connac - J. Emmanu



COMMENT CHAT VA ?

RAVI	AGRESSIF	INTIMIDÉ	ENNUYÉ	DÉTERMINÉ	REPROCHÉ
ARROGANT	OPTIMISTE	EFFRAYÉ	ENVIEUX	MISÉRABLE	IDIOT
FURIEUX	ÉPUISÉ	PERPLEXÉ	SOULAGÉ	ÉLOGIEUX	AMOUREUX
DÉÇU	INDIFFÉRENT	DÉGOUTÉ	FRUSTRÉ	INQUIET	SOUÇONNEUX
PERSECUTÉ	INTERESSÉ	HEUREUX	CONSTERNÉ	EXASPÉRÉ	SURPRIS
MÉDITATIF	SÉDUIT	OFFENSÉ	PERDU	MAUVIEUX	EN DÉSACCORD

EN UNE PHRASE, EXPLIQUEZ VOTRE CHOIX :

.....

.....

.....



bouleversé dépité désespéré
 attristé démuni
 blessé abattu **Tristesse** triste malheureux
 désolé affligé las accablé
 déprimé

contrarié
 furieux fâché
 mécontent amer
 excédé énervé
 agacé **Colère** à bout
 de mauvaise humeur
 irrité consterné vexé
 exaspéré en colère
 agité ulcéré
 alarmé

démoralisé blasé
 écoeuré horrifié fâché
 détaché **Dégoût** anéanti
 dégoûté fatigué
 aigri désespéré

coupable
 ennuyé honteux
 abaissé gêné confus jaloux
 défait **Honte** humilié
 déchu indigné dégradé
 secoué embarrassé

DES MOTS POUR DIRE SES EMOTIONS

effrayé fragile
 crispé terrifié méfiant
 anxieux **Peur** apeuré
 craintif inquiet insatisfait
 angoissé atterré
 choqué déstabilisé
 désorienté

de bonne humeur
 remonté admiratif réjoui
 revigoré joyeux content
 enthousiaste **Joie** confiant
 serein satisfait
 impatient calme apaisé
 gai délivré heureux soulagé
 décontracté bien disposé
 submergé de joie
 égayé

bouleversé
 stimulé électrisé
 émerveillé ébahi
 fasciné ébloui effaré
 surpris abasourdi captivé
 amusé **Surprise** excité
 sceptique
 intrigué sidéré détendu
 intéressé amusé
 étonné hilare
 surpris touché
 stupéfait curieux

léger
 vivifié rassuré vivant
 encouragé reconnaissant libre
 attendri passionné rassasié enchanté
 ému optimiste ému paisible béat
 comblé aux anges
 en effervescence ravi charmé
 amoureux en sécurité

Je suis... , je me sens ...



BREVET DE « MAITRE MESSAGE CLAIR »

(Avec une ★, il peut y avoir plusieurs réponses)

NOM :
Prénom :
Date :



1 – A quoi le message clair sert-il ?

- A créer des problèmes avec des camarades
- A pouvoir sortir de la classe
- A essayer de régler son conflit
- A discuter avec un autre enfant

2 – Quand peut-on faire un message clair ?

- Lorsque quelque chose de grave est arrivé
- Lorsqu'un copain nous a touché le bras
- Si un adulte veut taper un enfant
- Au lieu de répondre par une violence par une violence

3 – Qui décide de faire un message clair ?

- L'enfant qui est le plus grand de la classe
- Celui qui se sent victime
- Celui qui a dit une insulte
- Celui qui veut féliciter

4 – Que fait-on si un message clair se termine par des excuses ?

- C'est terminé, on peut retourner travailler
- On a le droit de se moquer
- On critique au conseil
- On va le dire à l'enseignant

5 – Quand peut-on savoir que le message clair ne suffit pas ? ★

- Le camarade se moque de nous
- Le camarade ne nous écoute pas
- Le camarade me propose de jouer avec lui
- Le camarade me dit que j'ai commencé à le gêner

6 – Que fait-on si le message clair ne marche pas ?

- On ne fait rien
- On accepte d'être une victime
- On se plaint à l'enseignant
- On dépose une critique au conseil

7 – Comment dit-on un message clair ?

- On raconte l'histoire du problème
- On demande quelque chose à celui qui nous a dérangés
- On demande pourquoi il nous a fait du mal
- On explique ce qui s'est passé et on décrit ses émotions

8 – Quand peut-on décider de faire un message clair ? ★

- Un camarade nous a rendu un grand service
- Quelqu'un nous a enfermés dans les toilettes
- L'enseignant nous a expliqué quelque chose
- Un objet très dangereux est entré dans l'école

9 – Quelles sont les émotions agréables ? ★

- joie – surprise - confort
- honte – peur - tristesse
- fierté – amour - confiance
- liberté – horreur – en sécurité

10 – Quelles sont les émotions désagréables ? ★

- Tristesse – honte – pessimisme
- Colère – peur - admiration
- Enchanté – comblé - heureux
- Dégoût – vexé – colère

