

## Démarche des Messages Clairs

Sur le plan pédagogique, il est possible de distinguer pour les élèves 6 courtes étapes :

1. **Je prévient l'autre** : « *J'ai un message clair à te dire ou je veux te faire un message clair* » ou « *Ce que tu m'as dit/fait m'a fait souffrir et je vais te faire un message clair. Es-tu prêt(e) à m'écouter ?* »
2. **J'explique pourquoi** :
  - *Quand tu te moques de moi...*
  - *Quand tu me pousSES...*
  - *Quand tu fais du bruit pendant que je travaille...*
3. **Je dis ce que je ressens** : « *J'ai de la peine / mal / peur... Je suis en colère / énervé...* »
4. **J'exprime mon besoin** : « *... car j'ai besoin de (calme pour travailler / d'être en sécurité / de progresser en...)* »
5. **Je vérifie que l'autre a bien compris** : « *As-tu bien compris ?* »
6. **Je formule une demande** : « *J'aimerais que tu ne te moques plus de moi / j'aimerais que tu ne recommences plus / que tu me présentes des excuses / que tu fasses une réparation.* »

Source : Sylvain Connac et Danièle Jasmin

## Aider les élèves à régler les petits conflits quotidiens pendant les récréations.

- 1) Permettre aux deux partis d'énoncer les faits. Les écouter.
- 2) Reformuler les faits énoncés par les deux partis : *Saya, tu étais en train de jouer avec ta copine quand Kévin t'a bousculée en courant. Kévin, tu n'as pas vu que Saya était sur ton chemin.*
- 3) Permettre à la (les) victime(s) d'exprimer ce qu'elle(s) ressent(ent) en lui demandant de regarder son agresseur : *J'ai de la peine / j'ai eu mal / ... Je suis en colère / énervé(e)...*
- 4) Vérifier que l'agresseur a bien compris : *As-tu bien compris ce que te dit Saya ?*
- 5) Demander à la victime de formuler à son agresseur une demande pour « tourner la page » : *J'aimerais que tu ne te moques plus de moi / J'aimerais que tu ne recommences plus / que tu me présentes des excuses / que tu fasses une réparation.*
- 6) Selon le type d'agression, demander à l'auteur : *Comment pourrais-tu faire la prochaine fois ?*
- 7) Etre le garant des excuses, de la réparation présentées et acceptées par l'autre.