LES MESSAGES CLAIRS

Synthèse : Claire Raffort

Définition : Un message clair est une petite formulation verbale entre deux personnes généralement en conflit : une victime qui se reconnait comme ayant subi une souffrance et un persécuteur identifié par la victime comme étant la source de ce malaise.

Objectifs : Autonomiser les élèves dans leur gestion de conflit ; Permettre à chacun des protagonistes d’être entendu dans ce qu’il a vécu ; Trouver ensemble une solution gagnant – gagnant.

Enoncé du message clair :

1. « Ce que tu m’as fait m’a fait souffrir, je vais te faire un message clair »
2. « Quand tu ….. » La victime explique ce qu’il s’est passé
3. « Ca m’a ……… » Elle exprime avec des mots ce qu’elle a ressenti.
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 : « Je voudrais que tu arrêtes » « Je voudrais que tu t’excuses » « Je voudrais qu’on trouve une solution ».

Avec des enfants plus grands, il est possible de renforcer les messages clairs en ajoutant une phrase énoncée du besoin qui a été altéré et une autre formulant une demande de réparation.

Règles à suivre lors d’un message clair :

 - Celui qui reçoit le message clair s’arrête et se me rend disponible à l’autre quand celui-ci vient le voir pour lui faire un message clair.

- S’il n’est pas disponible (trop énervé par exemple), il dit à l’autre qu’il reviendra vers lui dans 5mn quand il sera calmé et il le respecte.

- Celui qui fait un message clair doit expliquer ce que l’autre à fait en s’appuyant sur des faits concrets et observables.

|  |  |
| --- | --- |
| **formulations à éviter** | **formulations concrètes** |
| Quand tu m’as embêté(e)… | Quand tu m’as parlé alors que je travaillais / Quand tu m’as pris mon jeu /  Quand tu m’as tiré la capuche…. |
| Quand tu m’as insulté(e)… | Quand tu m’as dit : « ... » |
| Quant tu m’as frappé(e)... | Quand tu m’as fait ça : (l’enfant montre physiquement ce que l’autre a fait) |

- Il ne dit pas le message clair sur un « ton violent ».

-Celui qui reçoit le message clair ne se justifie pas de son acte à ce moment-là, il accueille d’abord ce qu’il s’est passé pour l’autre.

- Il peut ensuite faire son message clair à l’autre si celui-ci lui a fait quelque chose en amont.

- Si l’enfant qui reçoit le message n’écoute pas, rigole, s’en va, qu’une des règles n’est pas respectée ou que les enfants n’arrivent pas à trouver une proposition de réparation qui convienne au deux, ils demandent de l’aide à un enfant médiateur ou à un adulte formé à la médiation. Si cela ne suffit pas, le conflit est porté devant le conseil.

Effets du message clair :

Lorsque le persécuteur accepte le message clair (« Oui, j’ai compris » ; « Je m’excuse » ; « Je n’aurais pas du faire ça »,…) le conflit est très souvent résolu et rapidement oublié. Si le persécuteur refuse le message clair (« Je ne suis pas d’accord », « oui mais toi tu m’avais fait ça », fuite, moqueries, rires…), il est nécessaire de faire intervenir un médiateur (enfant formé, adulte formé) ou de porter cela en conseil.

Les bienfaits de la démarche :

Pour la victime, c’est l’occasion de voir sa souffrance prise en compte et donc de se sentir soulagée d’avoir pu exprimer ce qui lui faisait mal.

Pour le persécuteur, c’est l’occasion de prendre conscience qu’une des ses attitudes a pu entraîner une souffrance, et, de pouvoir marquer son regret.

Si un message clair n’aboutit pas, il aura cependant été l’occasion de situer l’échange dans la parole plutôt que dans l’agression physique.

Pour que ça marche : Il est nécessaire que les enfants soient sensibilisés à la démarche par l’adulte :

* Découverte du message clair par une petite démonstration
* Maitrise de la formulation (ce qui s’est passé / émotions ressenties / besoins éventuels)
* Disposer d’un vocabulaire de base pour exprimer ses émotions (travail en amont possible)
* Jeux de rôles pour s’entrainer
* Eventuellement repérage d’enfants compétents pour devenir médiateur

Remarques :

* Certains enfants peuvent se servir du message clair pour prendre le pouvoir sur l’autre, donc inciter les enfants à vérifier à chaque fois que chacun reparte gagnant et non pas humilié ou accablé.
* Il arrive qu’un enfant vienne nous faire à nous un message clair, ou que nous nous ayons besoin d’en faire un. Si cela nous semble difficile, ne pas perdre de vue que l’idée est d’entrer dans une relation de coopération et de respect mutuel.
* Il devrait est possible d’utiliser le message clair pour exprimer une situation qui nous est agréable !

 Exemple pour aller plus loin:

*Deux enfants ont un conflit à gérer : l’enfant A est celui qui reçoit l’acte et l’enfant B, l’auteur de l’acte.*

1. **L’enfant A (receveur) informe l’enfant B (auteur)** qu’il veut lui faire un message clair: *« Je vais te faire un message clair »*

2**.** Ils se mettent à **l’écart des autres**. Ensemble, ils prennent **3 grandes respirations.**

3. **L’enfant A (receveur) décrit** ce qui s’est passé et e**xprime** ce qu’il a ressenti.

*Ex : « Quand tu m’as pris mon stylo dans ma trousse sans me demander, ça m’a énervé. »*

4. **L’enfant B (auteur) répète ce qui a été dit** et **fait une proposition pour réparer l’acte.**

*« Quand j’ai pris ton stylo dans ta trousse sans te demander, ça t’a énervé.*  *Je te propose de m’excuser. Est-ce que ça te va? »*

5. **Puis, il vérifie si l’autre accepte** sa proposition **ou pas**:

*- Oui (enfant A)—>* **L’enfant B s’excuse :** *Pardon.*

- *Non (enfant A)—>* **Si la proposition n’est pas acceptée**, l’enfant B peut faire une autre proposition, ou si il n’en trouve pas, **l’enfant A peut suggérer** quelque chose en vérifiant que **B est d’accord**:

*- Je propose que la prochaine fois tu me demandes avant de prendre quelque chose dans ma trousse. D’accord ? (enfant A)*

*- D’accord.» (enfant B)*