

Travailler sur des conflits en maternelle, Intervention de Nathalie FRANCOLS Le 14 octobre 2014

Prises de notes d'Isabelle Bernetière

« **On est méchant quand on se dispute** » c'est un leitmotiv que les enfants entendent souvent.
Mais, en fait, non, on est énervé.

Pour traiter du sujet il est intéressant de passer par des albums, des images, des photos...
La question à poser à partir de ces documents est la suivante :

« **Comment rentrer en lien avec l'autre ? Comment font-ils pour habiter ensemble ?** »

RACONTER

- J'aime pas quand : je me mets en colère...
 - Une bagarre que j'ai vue
 - A la télé j'ai vu
- Raconter c'est comprendre, c'est une première prise de pouvoir sur ce qui se passe.

Dans toutes les histoires, tous les contes il y a la même récurrence des rôles principaux ; ils sont au nombre de 3 :

- le méchant
- le sauveur
- la victime

On peut mettre ceci en parallèle avec le jeu des 3 figures de Serge Tisseron

<http://www.sergetisseron.com/le-jeu-des-trois-figures/>

Lorsque l'on propose de faire des jeux de rôle, les persécuteurs ont du mal à endosser le rôle de la victime. Celle-ci doit savoir qu'elle a le choix dans ce qu'elle peut donner comme réponse pour se défendre contre une agression.

ETUDIER

Une vie sans conflit n'existe pas. Le but est donc d'entrer dans le conflit pour sortir de la violence. C'est un postulat que l'on doit intégrer en tant qu'adulte : le conflit est nécessaire.

On peut dire à un enfant qui se bat pour une trottinette que c'est bien d'avoir du désir pour cette trottinette, qu'on peut le comprendre. En effet, le conflit est nécessaire, il doit être l'occasion de faire un apprentissage : **savoir dire oui ou non**--> c'est un apprentissage pour le futur.

Il est intéressant de discuter avec les enfants sur les images :

- **qui c'est** dans le conflit ?
- **pour quoi** ? (objet de la discorde : poser des mots sur leur désir--> on va apprendre à négocier son désir, à le différer) et
- **pourquoi** ils se disputent ?
- **qu'est-ce qu'ils ressentent** : c'est un premier apprentissage de l'empathie
- Qu'est-ce qu'ils aimeraient ?
- Comment font-ils pour trouver une solution ?
- Comment le conflit a-t-il cessé ?
- Le problème est-il résolu ?

- Quelles solutions peut-on proposer ? les réponses des enfants forment un large panel qui va au-delà de la réponse classique de l'adulte : « Demande-lui pardon ». Ce peut être : une caresse, un sourire, un dessin, un caillou (on les aide, alors, à ouvrir leur imaginaire et on les accompagne dans la frustration) --> **C'est le cheminement qui se produit dans la tête de l'enfant qui est le processus le plus important.**

Triangle dramatique

La victime peut ne pas avoir envie de sortir de cette condition, car elle est confortable. Elle attend le sauveteur qui arrive par magie. Or, il faut payer pour trouver une direction et s'y frotter, trouver des solutions par soi-même.

Le persécuteur persécute pour répondre à ses propres besoins de pouvoir, de sécurité. Plus il a de pression, plus il prend de pouvoir, plus il se sent en sécurité.

On peut poser aux enfants la question : « Qu'est-ce qui s'est passé dans la tête du loup pour qu'il soit si méchant ? »

La face

On a tous peur de la perdre en de multiples occasions. Pour l'enfant, je la perds quand : je fais pipi dans ma culotte, on se moque de moi, je ne sais pas faire, je dis des erreurs. Le smiley permet alors de matérialiser.

Le territoire ou la bulle

Le territoire de l'adulte c'est ce que l'on peut nommer la bulle chez les enfants.

- **La bulle d'espace**, c'est la bulle dont j'ai besoin pour me sentir bien. Il y en a qui en ont des grandes et d'autres qui en ont de plus petites et **c'est pas juste** ; parfois nos bulles se frottent (pour exemple dans le rang)
- **La bulle de temps**, c'est la plus essentielle de ma vie, car je sais qu'elle peut s'arrêter à tout instant, je n'ai donc pas de temps à perdre. C'est moi qui choisis ce à quoi je consacre mon temps. Les enfants ont dans leur bulle : « **dépêche-toi, allez** » Ils peuvent aussi choisir d'y mettre un frein.
Pour cela on peut travailler à partir de l'**album** : *Je compte jusqu'à 3, Emile Jadoul* (Il était une fois un papa bouc très pressé et un petit bouc qui n'aime pas se dépêcher. Quand le petit bouc ne va pas assez vite, son père compte jusqu'à trois.)
- **La bulle des choses que j'aime** : Il est important de faire passer la nuance, tu aimes ça, d'accord, mais **moi** je n'aime pas.
- **La bulle des choses que je sais** : les enfants croient des choses, et ce peut être très violent pour eux qu'un autre leur dise que ce qu'ils savent n'est pas vrai.

Les petites choses qui nous paraissent sans importance, à hauteur d'enfants, c'est important et c'est important d'être reconnu.

Lorsque le territoire est piétiné plus on s'intéresse à la victime, moins le persécuteur persécute parce que ça ne « marche » plus et parce qu'il peut avoir moins peur d'être victime, donc avoir moins besoin de persécuter pour, inconsciemment, se protéger d'être victime.

Il est donc fondamental d'**apprendre à la victime à se défendre plutôt que de faire la morale à celui qui attaque.**

Les émotions

On va apprendre à mettre en mots ses émotions et notamment ses sensations physiques, pour se les approprier.

Lorsqu'on dit : « **Tu m'énerves** » à un enfant on lui donne le pouvoir (*ah ! c'est donc ça qu'il faut faire pour t'atteindre !*). Il vaut mieux lui préférer : « **je m'énerve avec ce que tu dis** »

Il faut apprendre :

- à reconnaître ses émotions: il y a souvent un point de confusion entre la honte et la colère chez les enfants.
- à les graduer : quand on est enfant on est penaud, maladroit avec ça, on ne sait pas quoi faire. On peut lui demander pour exemple: « c'est une toute petite, une grosse ou une très grosse peine ? »

4 émotions principales

La peur : c'est ce qu'on ressent en face d'un danger, cela entraîne un mouvement de fuite pour demander protection. On n'est pas tout puissant que l'on soit enfant ou adulte mais on éprouve un immense plaisir quand on a surmonté sa peur. Un smiley bleu pour symboliser la peur permet l'accès à une symbolique.

- Qu'est-ce qui me fait peur ?
- Qu'est-ce qui se passe dans mon corps ?
- Qu'est-ce que je peux faire pour ne plus avoir peur ?

La colère

Elle est dérangeante car bruyante !

Elle est causée par un dommage (sur le physique, sur l'aspect du territoire ou de la face) elle engendre une attaque pour demander réparation ou la restauration des frontières. Souvent on veut garder la relation avec l'autre donc on laisse tomber ! Il faut cependant arrêter l'invasion de son territoire. On rumine parce qu'on n'a pas été réparé !

Il s'agit d'accepter les limites de l'autre et renoncer à son impuissance : je peux me défendre avec des mots (sentir que j'ai le droit de le faire)

- Qu'est-ce qui met en colère ?
- Que se passe-t-il dans mon corps ?
- Qu'est-ce que je fais pour ne plus être en colère ?
- Qu'est-ce que je fais pour qu'il arrête ?

La réponse souvent entendue est : « Que je passe toujours en 1^{er} ! ». ça ne va pas être possible ! Il faut montrer que l'on peut exister en étant 2^{ème}, 3^{ème}... dernier, lui enlever de la tête que s'il n'est pas premier il existe quand même, qu'il est aimé.

La tristesse

Elle arrive quand on perd quelque chose et entraîne un repli sur soi pour se mettre à l'abri dans une coquille, pour se protéger des sollicitations de l'extérieur. On a alors besoin de consolation, en se souvenant, faisant des dessins, regardant des photos... Il faut accepter les limites du temps (rien n'est éternel : mais c'est le travail de toute une vie)

- Qu'est-ce qui rend triste ?
- Qu'est-ce qui se passe dans mon corps ?
- Qu'est-ce que je fais pour ne plus être triste ?

La joie

Elle découle du succès, de la réussite ou à la suite d'une découverte. On éprouve alors un bien-être intérieur qu'on a envie de partager dans un second temps (le premier est purement solitaire et égoïste). Cependant, en fonction du contexte il faut savoir mettre des limites à l'expression de sa joie.

- Qu'est-ce qui rend joyeux ?
- Qu'est-ce qui se passe dans mon corps ?
- Qu'est-ce que ça fait d'être joyeux ?

On travaille énormément des questions de vocabulaire pour mettre des mots sur des choses qui se passent en dedans.

- On peut utiliser les smileys des émotions dans la vie quotidienne, les ranger dans des boîtes dédiées ce qui permet **de penser entre le ressentir et l'agir**. Du coup l'émotion décroît (souvent on s'accroche à sa colère car on se sent puissant quand on est en colère)
- Exprimer l'émotion dans des situations chargées émotionnellement pour ne pas être agie par elle malgré soi.

De mon émotion à ton émotion

Apprendre l'empathie.

Entre nous il y a des mots : **comment peut-on dire autrement ?** L'adulte a souvent une attitude prescriptive.

On peut proposer de rechercher toutes les manières de demander quelque chose et de demander aux enfants : qu'est-ce que ça fait ? Ça donne envie de donner ou pas ?

Ou encore : Comment peut-on refuser quelque chose ? Leur faire ranger les différentes manières de la plus gentille à la moins gentille.

Comment ça fait chez l'Autre ?

Livre : *L'écharpe relationnelle de Jacques Salomé* .Il s'agit de prendre soin de notre lien.

« **Je suis responsable de ce que je dis à 100% mais je ne suis pas responsable de ce que tu comprends.** »

Apprendre à se protéger : je ferme ma bulle, ma face, à tes mots, à ton geste. On peut leur proposer de faire un geste : je tends la main ouverte comme pour un « stop » signifiant « ce mot je ne le prends pas ! » Mais il faut y mettre de la conviction !

La boîte à désir est constituée pour prendre soin de son désir(le dessiner) on peut à l'occasion ouvrir la boîte pour l'explorer.

Je veux te dire un message clair es-tu d'accord ?

Je veux te donner un smiley, es-tu d'accord ?

Si **non** on le range dans la boîte à smileys

Si **oui** le message peut être : « Quand tu as.. j'ai été en colère »

Mesurer son degré d'énergie de soi à soi : retrouver la bonne énergie

- Espace pour vider son trop plein d'énergie (sac de frappe – le cri est extrêmement fatigant : ça charge et ne recharge pas alors que courir charge et décharge –rire pendant 2 minutes)

- Espace pour restaurer son énergie (les hyperactifs ne déchargent pas) : relaxation, reprise de contact avec son corps ; sentir la sensation sur sa main, sur sa jambe, souffler sur son bras
Calme et attentif comme une grenouille, Eline Snel (La méditation pour les enfants et leurs parents (avec un CD). Un véritable manuel d'éducation à la sérénité et d'éducation tout court... Pourquoi la méditation pour les enfants??)
- Moments défouloirs

Et vous ?

Vous devez prendre soin de vous : de votre voix, de votre corps. C'est un droit. S'autoriser à prendre 10 minutes pour ne rien faire.

Modéliser : avec les enfants si soi-même on n'exprime jamais ses émotions (je te demande pardon j'étais trop en colère ; tu as l'air tout content ce matin....) les enfants ne peuvent pas se référer à l'attitude de l'adulte.

La sanction est alors circonscrite aux interdits fondamentaux ce qui donne d'autant plus de poids pour les autres choses.