



# GERER LES MOMENTS DE TENSION



## ASTUCE 1 - J'AI UNE MISSION POUR TOI !

### OBJECTIFS

- **Gérer** les moments de tension
- **Eviter** la survenue d'une crise
- **Faire baisser la tension** pour soi et/ou pour l'élève



### MISE EN ŒUVRE

Quand une situation commence à devenir complexe, lorsqu'on sent que l'élève est dans l'incapacité de gérer une situation (ou ses émotions), voire si on sent que soi-même, on est en difficulté face à un comportement d'élève, on peut l'envoyer « en mission » pour nous rendre un service, en donnant un certain sentiment d'urgence, suivant deux modalités.



#### Modalité 1 : Une demande directe

- « Est-ce que tu peux aller chercher ce manuel dans la classe de tel collègue ? J'en ai besoin tout de suite ! »
- « Peux-tu aller me faire cette photocopie s'il te plait ? »

#### Modalité 2 : Une demande indirecte

On demande à l'élève d'aller porter un message à un collègue ou à un personnel de vie scolaire. Sur ce mot glissé dans une enveloppe, on pourrait écrire : « Moment compliqué en classe. Est-ce que tu aurais une mission pour cet(te) élève ? Merci ! »

Cette astuce permet de faire baisser la tension. Plus tard, en relation duelle, on pourra revenir avec l'élève sur cette situation et identifier ce qui faisait tension afin de la désamorcer.

### SOURCES

*Troubles du comportement en milieu scolaire,*  
*Bruno Egron et Stéphane Sarazin, Retz*

