Une image contenant texte

Description générée automatiquement**Une image contenant cercle, Caractère coloré, Graphique

Description générée automatiquement5 POSTURES POUR APPRENDRE**

**A GERER UN CONFLIT ?**

*Cycle 4*

Une image contenant texte, Police, Graphique, logo

Description générée automatiquement

Une image contenant noir, obscurité

Description générée automatiquementUne image contenant noir, obscurité

Description générée automatiquement**OBJECTIFS**

* **Accroître** la connaissance de soi
* **Connaître** les différentes postures possibles lors d’un conflit
* **Communiquer** de façon constructive

**MISE EN ŒUVRE**

Une image contenant Graphique, clipart, graphisme, conception

Description générée automatiquement

Dans toute relation, le conflit est inévitable, surtout pendant la période de l’adolescence. Selon la posture adoptée, la situation peut avoir une issue différente.

L’activité proposée aborde les 5 postures de gestion d’un conflit. Le questionnaire permet de **se décentrer de la situation conflictuelle** afin d’axer son attention sur **les différentes postures possibles**. Les élèves sont amenés à conscientiser leurs réactions et à chercher les réponses les plus constructives.

*Voici une proposition de mise en œuvre :*

* 1. **L’accueil : on commence ?**
* Il est possible d’instaurer un rituel pour introduire la séance : un conte, une musique, un jeu, une mascotte…
* Rappeler le cadre et les règles du groupe (besoins du groupe et besoins de l’animateur) : bienveillance, respect, écoute…
* **Une image contenant Graphique, clipart, Caractère coloré, capture d’écran

  Description générée automatiquement**Situer la séance dans un ensemble *(si c’est le cas)*
* Présenter le ou les objectif(s) du jour ; vous pouvez également utiliser le document en *annexe 3* pour présenter les différentes étapes de la séance du jour.
* Proposer une organisation spatiale qui change du quotidien : se mettre en cercle sans les tables, aller dans une autre salle qui sera la même pour chaque séance…
* Apporter une régularité dans la réalisation des activités CPS : 1 fois par semaine, tous les 15 jours ou tous les mois.
* Si possible, scinder le groupe en 2 ou réaliser l’activité en coenseignement.
  1. **L’expérimentation : on joue ?** *(phase de contextualisation)*
* Distribuer un questionnaire à chaque élève (cf. annexe 1) : laisser 10 minutes pour y répondre individuellement
* Une image contenant cœur, Carmin, capture d’écran, Graphique

  Description générée automatiquementDemander aux élèves de former un binôme ou un trinôme :
* Comparer leurs réponses afin de prendre conscience qu’il existe différents modes de réactions possibles lors d’un conflit
* Réfléchir aux avantages et aux inconvénients de ces différents modes et les noter sur des post-it de deux couleurs différentes *(post-it jaune pour les avantages et post-it rose pour les inconvénients par exemple)*
  1. **L’analyse : c’était quoi ?** *(phase de décontextualisation)*

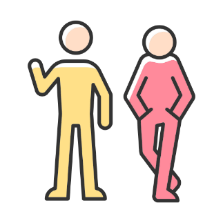
Une image contenant clipart, Graphique, émoticône, dessin humoristique

Description générée automatiquementL’enseignant projette le tableau avec les 5 colonnes (annexe 2).

**1-** Il reprend avec les élèves les réponses par couleur et amène les élèves à décrire la posture adoptée lors d’un conflit. Il peut ensuite nommer cette posture (si ce n’est pas fait). Voici les 5 postures à faire ressortir du questionnaire :

* Affirmation de ma position *(le requin)* : “Passer en force” pour satisfaire ses besoins et donc d’**imposer sa position**
* Adaptation *(le nounours)* : Accepter la solution de l’autre pour éviter le désaccord cela dans le but de **satisfaire les exigences de l’autre**
* Evitement *(la tortue)* : Renoncer à traiter le problème et ignorer le conflit afin de **ne pas se confronter au problème**
* Collaboration *(la chouette)* : Prendre en compte les besoins de chacun et faire en sorte de **rechercher une solution efficace qui bénéficie aux 2**
* Compromis *(le renard)* : Négocier, marchander ce qui permettra **d’obtenir des concessions mutuelles pour parvenir à une décision acceptable pour les 2**

**2-** L’enseignant propose aux élèves de placer leur post-it dans chaque colonne et mène le **débat sur les avantages et les inconvénients de chaque posture.**

Cette étape permet de montrer qu’une même posture peut présenter des avantages et des inconvénients en fonction de la situation.

* 1. **La synthèse : Et dans la vraie vie ?** *(phase de recontextualisation)*

**Une image contenant capture d’écran, Caractère coloré, Graphique

Description générée automatiquement1-** Demander aux élèves de trouver d’abord individuellement puis collectivement une situation de la vie quotidienne qui engendre régulièrement un conflit.

**2-** Répondre individuellement puis collectivement à la question suivante en s’appuyant sur le tableau : Quels comportements sont possibles et quel est le plus avantageux ?

* 1. **L’appropriation personnelle : Ce que je garde**

**Une image contenant capture d’écran, Graphique, graphisme, conception

Description générée automatiquement**Dans un carnet/cahier individuel :

- Noter sa posture dominante/son animal qui ressort suite au questionnaire

- Ecrire la situation pensée individuellement à l’étape précédente et envisager le comportement le plus avantageux.

* 1. Une image contenant texte, clipart

     Description générée automatiquement**La clôture : On termine**

Instaurer un rituel pour terminer la séance : une musique, une mascotte, un exercice de détente …

Une image contenant clipart, Silhouette d’animal, dessin humoristique, dessin

Description générée automatiquement

***La cognition sociale, un champ de recherche captivant !***

Pendant l’adolescence, le cortex préfrontal qui permet la régulation des émotions n’est pas aussi mature que le lobe limbique (siège des ressentis) qui se situe au centre de notre cerveau.

**La méta cognition émotionnelle** peut être une aide à la régulation des émotions : ressentir, identifier, nommer son émotion, réfléchir à une stratégie pour en sortir, pour la comprendre….Voici un processus efficace qui favorise la maturation du cortex préfrontal et qui peut aider les adolescents à mieux se connaître et à mieux communiquer entre eux !

**SOURCES**

- <https://cpe.ac-dijon.fr/spip.php?article910>

**Une image contenant cercle, Caractère coloré, Graphique

Description générée automatiquement**Une image contenant texte

Description générée automatiquement**ANNEXE 1**

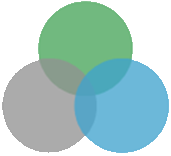
**QUESTIONNAIRE**

Une image contenant texte, ordinateur, personne, homme

Description générée automatiquement

Une image contenant texte, capture d’écran, logiciel, Icône d’ordinateur

Description générée automatiquement

****Une image contenant texte

Description générée automatiquement**ANNEXE 2**

**TABLEAU D’ANALYSE**

|  |  |
| --- | --- |
| **NOM DE LA POSTURE** | **DESCRITPIF DE LA POSTURE** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Une image contenant clipart, Graphique, émoticône, dessin humoristique

Description générée automatiquement

**Une image contenant cercle, Caractère coloré, Graphique

Description générée automatiquement**Une image contenant texte

Description générée automatiquement**ANNEXE 3**

**UNE SEANCE – 6 ETAPES**

Une image contenant Graphique, clipart, graphisme, capture d’écran

Description générée automatiquement

1   
On commence ?

Le début, les règles, ce qu’on va faire

Une image contenant cœur, Carmin, capture d’écran, Graphique

Description générée automatiquement2

On joue ?

Le jeu ou la situation

Une image contenant clipart, Graphique, émoticône, dessin humoristique

Description générée automatiquement3

C’était quoi ?

Le retour sur le jeu, l’analyse

Une image contenant capture d’écran, Caractère coloré, Graphique

Description générée automatiquement4

Et dans la vraie vie ?

Le lien avec les situations « en vrai »

Une image contenant capture d’écran, Graphique, graphisme, conception

Description générée automatiquement5

Ce que je garde…

Tout seul, je réfléchis

Une image contenant texte, clipart

Description générée automatiquement6

On termine ?

La fin