

n°22

# KITS CU

## Prévenir et gérer les conflits



[www.lescouts.be](http://www.lescouts.be)



# RÉCAPITULATIF DU KIT CU

## Enjeux de la thématique pour le conseil d'unité

- Outiller le conseil d'unité pour résoudre les conflits entre les scouts.
- Et, pourquoi pas, disposer de techniques pour permettre au conseil d'unité de mieux vivre, en interne, ses propres conflits.

## Objectifs

Ce dispositif de conseil d'unité aidera l'animateur à s'améliorer dans ces différents savoirs :

### SAVOIR

- Identifier les émotions de base.
- Maîtriser les correspondances comportements (en situation de conflit) – émotions – besoins – signaux du langage non verbal.

### SAVOIR-ÊTRE

- En situation de conflit, rester ouvert au dialogue avec l'autre.
- En situation de conflit, rester connecté à ses émotions et à ses besoins.

## Attentes du conseil d'unité



L'équipe d'unité retranscrit ci-après les demandes et attentes des animateurs par rapport à ce point. Ces attentes seront évaluées en fin de dispositif par le conseil d'unité.

## À chaque question son kit CU !

Les conflits n'existent pas en tant que tels, indépendamment des situations qui les engendrent. Ils peuvent dériver de problèmes liés à la communication, à l'organisation, à la relation avec les parents, etc. N'oublie pas de consulter aussi :

- Kit CU *La relation avec les parents*
- Kit CU *Améliorer la communication dans le staff et l'unité*
- Kit CU *S'organiser en staff*

## SAVOIR-FAIRE

- Décoder les comportements et le langage non verbal : quelle émotion et quel besoin y a-t-il derrière ?
- Accueillir les émotions et les besoins.
- Se positionner comme médiateur dans un conflit en proposant des dispositifs de résolution.
- Transformer un conflit en occasion de mieux se connaître, soi-même et les autres.

## Résumé du dispositif de conseil d'unité (3h)

### ACCROCHE + ÉVEIL

35 min

Dans un conflit, quelles sont les réactions possibles et les émotions qui les provoquent ?

### APPORT

30 min

Découvrir comment nos besoins face à un conflit déclenchent nos émotions et nos réactions. Quelques pistes simples de décodage.

### PRODUCTION

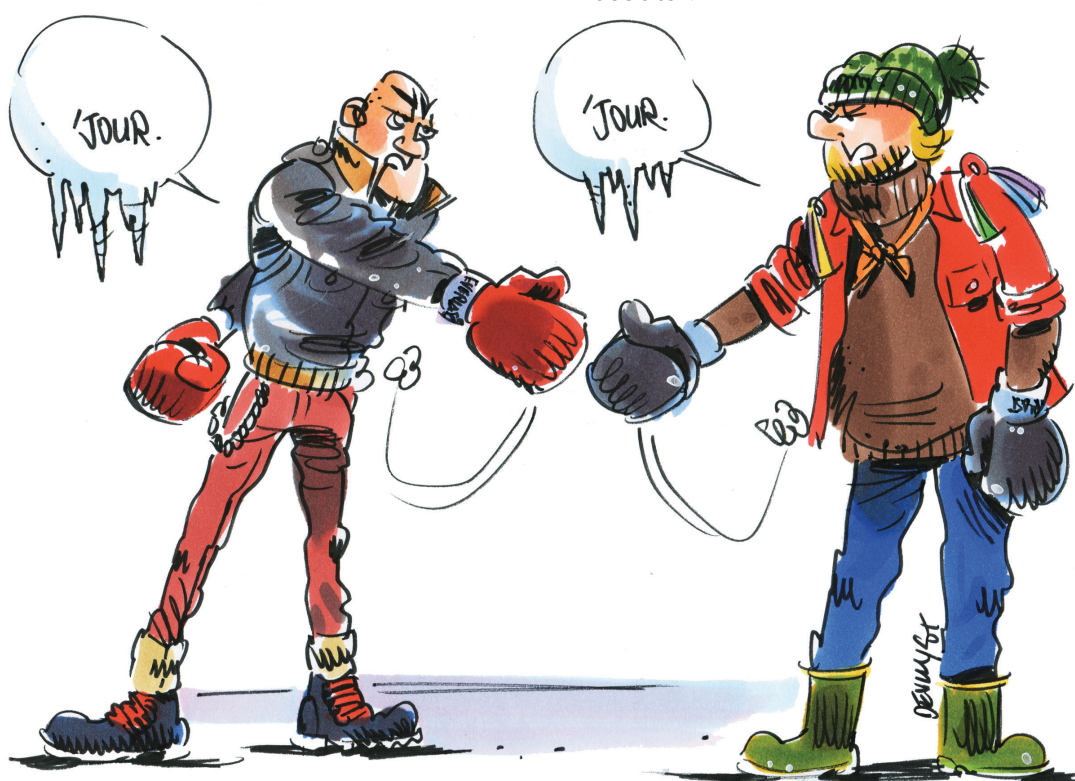
1h45

Découvrir et expérimenter des dispositifs pour apprendre aux scouts, en fonction de leur âge et de leur section, à décoder leurs émotions et leurs besoins ; à se positionner de manière constructive dans un conflit.

### RETOUR SUR SOI

10 min

Qu'ai-je appris et qu'ai-je envie de transmettre aux scouts ?



# ÉTAPE 1

## NOUS FORMER EN CONSEIL D'UNITÉ

### Accroche + éveil

5 + 30 min

Le formateur lit l'extrait suivant.

#### **L'élixir de Palmyre**

Palmyre était le benjamin d'une famille de cinq garçons. Ses parents rêvaient d'une fille avant de clore la série de leurs enfants. Ils lui donnèrent le nom réservé à la petite sœur qu'ils avaient souhaitée pour leurs quatre fils aînés.

Palmyre était aimable, serviable, travailleur. Il était aussi jaloué, tracassé, exploité. Ses frères l'aimaient bien, mais le traitaient avec condescendance. Sa mère le gardait souvent auprès d'elle et lui recommandait de se méfier de ses camarades, qu'elle trouvait espiègles et brutaux.

À l'école, on se moquait de Palmyre. On enviait aussi ses résultats, mais il avait le succès modeste.

Modeste, et pourtant rudoyé, il ne savait, pour toute défense, que fuir ou attendre que ses agresseurs le laissent tranquille. D'habitude, il n'attendait pas trop longtemps, car ses camarades avaient aussi du cœur et n'aimaient pas le voir pleurer.

L'un de ses professeurs s'intéressait à lui sans en faire étalage. Il lui dit un jour :

« – Palmyre, quand on se moque de toi, ou que l'on t'attaque, pourquoi ne réponds-tu pas ?

– Monsieur, je ne sais pas comment faire. Je n'ose pas.

– Veux-tu que je t'apprenne à oser ? »

S'étant mis d'accord, l'élève et le professeur se retrouvèrent pour des leçons particulières d'un type inattendu. Palmyre apprit... la boxe. Il apprit aussi à se redresser, à regarder ses agresseurs en face, à respirer profondément quand il était menacé et à trouver la répartie lorsqu'on se moquait.

La boxe et l'audace ne s'apprennent pas en un jour, mais en un ou deux ans, c'est possible. Progressivement, Palmyre osa répondre du tac au tac aux pa-

roles et aux coups et réussit à se faire respecter vaille que vaille, quitte à écoper de quelques claques.

Un jour qu'il rentrait à la maison en flânant, surgit devant lui une espèce de géant titubant, qui devait avoir un verre dans le nez. Inquiet, Palmyre fit pourtant face, mais le colosse se précipita sur lui et l'adolescent ne s'en sortit que grâce à son agilité. L'ivrogne avait le vin mauvais et l'avait repéré.

Palmyre alla raconter son aventure à son ami le professeur. Après l'avoir écouté et observé avec attention, ce dernier alla chercher une minuscule fiole hermétiquement bouchée et la remit à Palmyre.

Il lui dit : « Garde cet élixir sur toi. Si tu rencontres le géant, fais face, regarde-le dans les yeux, et s'il s'approche de trop près, débouche le flacon. Tu y trouveras les idées et la vigueur qui te tireront de ce mauvais pas. »

Palmyre était intrigué, guère rassuré, mais il faisait confiance au professeur, au flacon et à lui-même.

L'occasion d'éprouver cette confiance ne tarda pas. Le repérant de loin, le géant marchait sur lui en bougonnant. Palmyre avança tranquillement. Après un instant d'hésitation, l'ivrogne fit encore quelques pas. Palmyre sortit l'élixir de sa poche et le déboucha. Intrigué, l'autre s'arrêta.

« – Qu'est-ce que c'est ? demanda-t-il.

– De l'élixir. Voulez-vous en goûter ?

Sur une réponse confuse, qu'il estima positive, Palmyre huma le flacon et l'inclina. Il était vide.

– Tu n'as pas peur, toi ! remarqua l'homme, un brin admiratif.

– C'est mon professeur qui m'a fait cadeau de cette fiole, dit Palmyre. »

Et ils se mirent à causer.

Source : Louis Fèvre, Chantalle Servais, Gustavo Soto, Guide du maître praticien en PNL, Lyon, Chronique Sociale, 2008, p. 226-7.

---

## 1. QUEL ÉLIXIR VOUDRAIS-TU REMETTRE EN CADEAU À TES SCOUTS ?

---

Au départ du récit qui a été lu précédemment, le formateur propose aux animateurs une réflexion en trois temps :

1. Le formateur demande aux animateurs de choisir une situation de conflit entre deux scouts, si possible récente, et dont ils ont été le témoin.
2. Chaque animateur réfléchit individuellement à la situation qu'il a choisie en se laissant guider par les questions du formateur :
  - Quelle attitude ont adoptée les deux scouts durant le conflit : la fuite ? la contre-attaque ? la soumission ? l'humour ? la curiosité ? autre ?
  - Qu'est-ce qui a motivé ce choix : la peur ? la colère ? le désir de maintenir la relation ? le désir de comprendre l'autre ? autre chose ?
  - Comment la réaction de l'un a-t-elle été interprétée par l'autre et qu'est-ce que la réaction de chacun a déclenché chez l'autre ?
  - Si tu avais eu une baguette magique (qui n'a toutefois pas le pouvoir de faire disparaître les conflits), qu'aurais-tu voulu changer dans les attitudes des deux scouts pour améliorer l'issue de l'échange entre les deux scouts ?
3. Par groupes de deux, les animateurs échangent sur le résultat de leur réflexion.

---

## 2. ET TOI, QUEL ÉLIXIR DÉSIRERAI-TU RECEVOIR ?

---

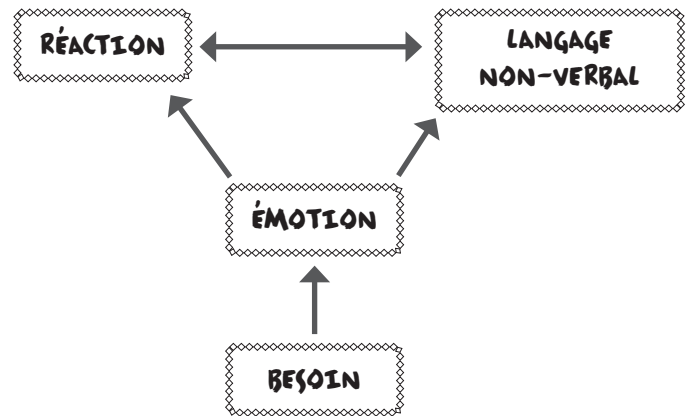
De la même manière, le formateur propose aux animateurs de réfléchir à leur propre attitude face à un conflit.

1. Le formateur demande aux animateurs de repenser à une conversation qu'ils ont eue récemment et qui s'est mal passée.
2. Le formateur invite chacun à observer l'échange en se mettant à la place de l'autre :
  - En te mettant dans la peau de celui avec qui tu parles, comment te perçois-tu ? Est-ce que ton attitude, le ton de ta voix, tes propos sont adéquats ? (Exemples : je suis en train de manipuler ; je laisse tomber trop vite ; je m'énerve ; etc.)
  - En te mettant toujours dans la peau de l'autre, que ressens-tu ? (Exemples : si j'étais l'autre, je me sentirais sur la défensive, méfiant, en colère, etc.)
  - En reprenant ton rôle dans l'échange, que voudrais-tu changer dans tes attitudes et tes réactions, si tu en avais la possibilité, pour améliorer l'issue du conflit ? (Exemples : je voudrais moins manipuler ; je voudrais me calmer avant de parler ; etc.)
3. Par groupes de deux, les animateurs échangent sur le résultat de leur réflexion.

Source : Virigile S. Martin, Guillaume Poupard,  
*50 exercices de systémique*, Paris, Eyrolles, 2013.

En situation de conflit, les **réactions** possibles (fuite, agressivité, larmes, immobilité, recherche du dialogue, sollicitude) sont issues des **émotions** ressenties par chacun (peur, colère, tristesse, surprise, joie, amitié) et répondent à un **besoin** (protection, destruction d'un obstacle, réflexion, décision, exploration, affiliation). Elles peuvent être décodées plus ou moins facilement, suivant les cas, par un observateur extérieur grâce au **langage corporel** : le ton de la voix, les postures corporelles, les expressions du visage, etc.

Les animateurs se répartissent en petits groupes en évitant que plusieurs membres d'un même staff ne se retrouvent ensemble. Ils reçoivent des cartons sur lesquels ont été collés, séparément, les émotions, les besoins, les signes du langage corporel, les réactions possibles dans un conflit (utiliser pour cela l'annexe 1). Chaque groupe cherche à recomposer le tableau suivant :



ÉMOTION	BESOIN	DÉCLENCHEUR (COMMENT L'ÉCHANGE EST INTERPRÉTÉ)	(RÉ)ACTIONS	LANGAGE CORPOREL
<b>PEUR</b>	protection	menace	s'enfuir	paralysie et attention accrue, crispation des muscles (et du visage en particulier)
<b>COLÈRE</b>	destruction	obstacle, injustice	mordre, casser, frapper, crier	énergie dirigée vers les muscles, besoin d'action (gesticulation), bouffée de chaleur (afflux de sang au visage)
<b>TRISTESSE</b>	réflexion, réorientation	échec, perte	pleurer, demander de l'aide, se réfugier en soi-même	ralentissement, baisse du tonus et de la motivation (le corps se voûte, la personne recule)
<b>DÉGOUT</b>	rejet	personne nuisible, objet ou substance toxique	jeter au loin, rejeter du groupe	nausées (moues de dégoût)
<b>JOIE</b>	exploration	réussite, satisfaction	(sou)rire, s'ouvrir aux autres et aux nouvelles expériences	accroissement de l'énergie, envie d'exploration et d'engagement (le corps se penche vers l'autre)
<b>AMITIÉ</b>	affiliation	présence d'un être cher	partager, prendre soin	sécrétion d'hormones propices à la confiance, à la coopération (visage souriant, corps détendu)

Après le travail en petits groupes, le formateur organise une mise en commun. Voici quelques suggestions de questions pour lancer ensuite la réflexion :

- Est-ce qu'un visage rouge signifie toujours la colère ? (Non, ce peut être aussi un signe de timidité, de gêne, de honte, etc.)
- Est-ce que le tableau des correspondances est une science exacte ? (Non, le langage non verbal n'est pas univoque ; on peut l'interpréter de différentes façons.)
- Du coup, si je ne suis pas sûr(e) de bien interpréter les signes non verbaux, que puis-je faire ? (Par exemple, vérifier avec l'autre : « *J'ai l'impression que tu es triste ; est-ce que je me trompe ?* »)

### MATÉRIEL

- Un exemplaire de l'annexe 1 par sous-groupes : les cases du tableau ont été préalablement découpées.

## Production

1h45

### L'ÉLIXIR SCOUT : DOUZE ANS POUR LE FABRIQUER

Palmyre n'a pas appris la boxe et l'audace en un jour ; « *mais en un ou deux ans, c'est possible* ». De même, apprendre à décoder ses émotions, à prendre conscience de ses réactions et de ce qu'elles déclenchent chez les autres demande du temps. Bonne nouvelle : chez Les Scouts, on a douze ans pour le faire !

Avec les plus jeunes, on commencera par apprendre à percevoir en soi les **émotions de base** :

- Qu'est-ce que je ressens ?
- Comment ça se manifeste ?
- Comment puis-je reconnaître, chez moi, telle ou telle émotion ?

On ouvrira, ensuite, petit à petit, à la **compréhension des émotions et des besoins des autres** :

- Que ressentent mes amis ?
- Comment ça se manifeste chez eux ?
- Quel est le besoin exprimé par l'émotion de l'autre ?
- Est-ce pareil ou différent à ce qui se passe pour moi ?

À l'adolescence, une nouvelle étape peut être franchie dans la **prise de conscience des interactions entre mes émotions et celles des autres** :

- Qu'est-ce que ton ressenti provoque chez moi ?
- Qu'est-ce que ma réaction déclenche chez toi ?

Le but est d'amener progressivement les scouts à être à l'écoute et à prendre soin des émotions les uns des autres, mais aussi d'attirer leur attention sur les **répercussions de ces interactions émotionnelles sur le groupe** :

- Qu'est-ce que le vécu du groupe déclenche comme émotions chez moi ?
- Qu'est-ce que ma réaction envoie comme message au groupe ?

Bref, il s'agit d'apprendre, pas à pas, à devenir des partenaires émotionnels solidaires : d'abord comprendre les émotions, les siennes et celles des autres, afin de pouvoir utiliser ce savoir-faire pour adopter de meilleures réactions une fois qu'on est immergé dans un conflit.



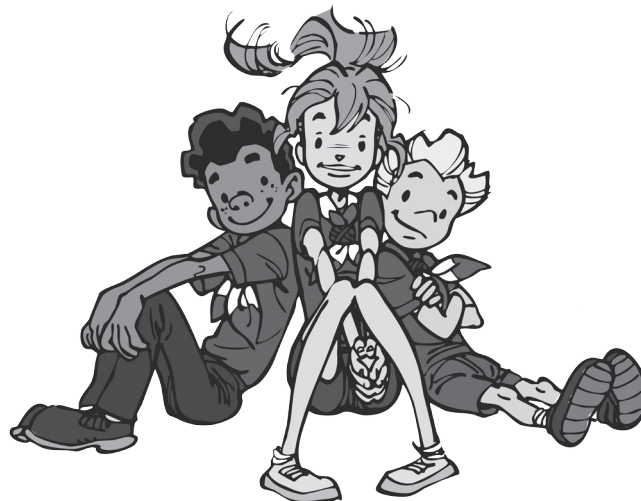
## DISPOSITIF GLOBAL

Il est conseillé au staff d'unité de s'approprier les dispositifs avant de les faire découvrir aux staffs.

Les animateurs sont répartis en deux groupes, suivant qu'ils animent les sections enfants ou adolescents.

Expliquer à chaque groupe d'animateurs qu'ils vont expérimenter deux dispositifs : les dispositifs Baladins et Louveteaux pour les staffs des sections enfants ; les dispositifs Éclaireurs et Pionniers pour les staffs ados.

Demander aux animateurs de s'impliquer personnellement dans les dispositifs, avec leur vécu et leurs émotions, pour ressentir l'effet du dispositif sur soi.



### BALADINS : APPRENDRE À DÉCODER LES RESSENTIS

Dispositif pour un bivouac suivi d'un conseil autour de *Monsieur Loyal* : voir annexe 2.

#### Grandir vers l'estime de soi

Lorsqu'on est attentif aux besoins de chaque scout, qu'on peut reconnaître ses sentiments et ses émotions, chacun peut alors évoluer à son rythme. Un climat basé sur le bien-être et la bienveillance mutuelle favorise le développement des enfants dans tous les domaines.

6-8 ans



Je prends confiance

#### DANS LES ACTIVITÉS AU QUOTIDIEN

À l'âge des baladins, les enfants peuvent éprouver des difficultés à exprimer ce qu'ils ressentent parce qu'ils ont du mal à rester centrés sur eux-mêmes et à mettre des mots sur leurs émotions. Pour les aider, on peut :

- Raconter des histoires, pour leur permettre de s'identifier à divers personnages qui éprouvent des sentiments variés.
- Mettre en place des jeux où l'imaginaire occupe une grande place. Un renard qui passe sur le thème du Far West, cela donne l'occasion de devenir ce beau cowboy valeureux dans les plaines de l'ouest et ressentir ses émotions et ses besoins.
- Les sécuriser en étant très attentif à leurs besoins (sommeil, besoin de se défouler, etc.)
- Veiller aux rythmes de la journée pour que les besoins des baladins y trouvent une juste place.






## LOUVETEAUX : IDENTIFIER LES BESOINS DERRIÈRE LES RESSENTIS

Dispositif pour rédiger, en cogestion, une charte des règles du bien-vivre ensemble. À utiliser après quelques réunions : voir annexe 3.



### DANS LES ACTIVITÉS AU QUOTIDIEN

- Le temps de la mue est un bivouac qui met en avant les relations. Dans les activités proposées, qu'elles soient personnelles, en sizaine, en tranches d'âge ou dans des défis lancés à l'ensemble de la meute, c'est l'expression des besoins et spécificités de chacun que la meute est appelée à reconnaître. 
- Pourquoi ne pas familiariser les louveteaux aux émotions et à leur expression corporelle ? Voir le *Traces de loup orange*, p. 8. 
- La sizaine aussi peut rédiger sa propre charte, en adhérant encore plus aux besoins des louveteaux. Voir le *Traces de loup blanc*, p. 14.
- Pour apprendre aux louveteaux à devenir eux-mêmes médiateurs dans les disputes des copains : voir le *Traces de loup blanc*, p. 23. 



### Comment éviter la manipulation par les émotions ?

Les dernières recherches en neurosciences<sup>1</sup> montrent que les émotions s'opposent à la raison pour nous faire opérer des choix. La publicité et le marketing, par exemple, cherchent à nous émouvoir pour mieux nous manipuler. À l'âge des louveteaux, on est très vulnérable à ce genre de techniques.

Lorsque nous rencontrons certaines difficultés avec les louveteaux, nous faisons bien en nous référant aux valeurs qui leur tiennent à cœur, dont la justice ou le sens de l'équité. Mais lorsqu'on joue sur les sentiments et la relation pour les persuader de modifier leur comportement, alors, cela devient du chantage et de la manipulation. À éviter, donc...

<sup>1</sup> Ensemble des connaissances et des recherches qui s'intéressent au système nerveux, et notamment à la gestion des émotions.

## ÉCLAIREURS : METTRE LES CHAUSSURES DU VOISIN

Dispositif pour apprendre à se mettre à place de l'autre et à mieux comprendre son point de vue :  
**voir annexe 4.**

« Si tu veux connaître l'autre, marche une journée dans ses mocassins. »

Proverbe amérindien

### DES MOTS POUR RÉDUIRE LA VIOLENCE

À l'âge des éclaireurs, les compétences émotionnelles qui permettent de se sentir en paix avec soi-même et avec les autres, peuvent être remises en cause. Les fluctuations hormonales accentuent les ressentis et le corps ne renvoie plus toujours les signaux qui permettent de s'adapter. Pour les adolescents, du sentiment de fin du monde où personne ne les aime ni ne les comprend, à l'exaltation qui les fait se sentir rois du monde, il n'y a qu'un pas. La première violence vécue par cette tranche d'âge est celle qu'ils retournent contre eux-mêmes...

Rigoler ensemble, trouver les mots pour mettre les choses à distance, se retrouver entre pairs dans la patrouille les aident à traverser ces moments difficiles. Le conseil, le tally, tout ce qui favorise l'expression peut aider à prendre du recul et à retrouver la confiance en soi et dans les autres.

« On n'est pas des chotchottes et c'est pas le club Med... »

À l'adolescence, on a besoin de montrer qu'on grandit et qu'on peut faire abstraction d'émotions inopportunes ou qu'on est capable d'endurer pas mal de petits soucis... Le risque est de créer ainsi un effet de groupe où tout le monde se sent obligé de mordre sur sa chique en toutes circonstances.

Pourtant, les petites frustrations accumulées ont tendance à engendrer des réactions violentes et démesurées par rapport à ce qui les a déclenchées. Au contraire, un climat de bienveillance et d'acceptation mutuelle, où chacun se sent libre d'exprimer ses besoins, diminue très fortement les passages à l'acte et la violence.

12-16 ans



Je construis  
avec les autres

## PIONNIERS : TOUS RESPONSABLES

Dispositif pour apprendre à gérer les divergences d'opinion : **voir annexe 5.**

Une divergence d'opinion ou un conflit n'implique pas seulement ceux qui se heurtent et peinent à trouver un accord ou à retrouver une relation harmonieuse. Ceux qu'on appelle les témoins s'investissent également, dans l'échange, qu'ils restent silencieux ou décident de donner leur avis. Or, leurs réactions auront souvent un impact décisif, aidant à la résolution ou bien contribuant au dérapage. Dès lors, comment choisir son attitude et ses propos de manière à favoriser l'harmonie du groupe ?

### Comment bien réagir quand on est témoin d'une discussion qui chauffe ? Intervenir ou laisser faire ?

Face à deux amis enthousiastes, tellement convaincus par leur idée qu'ils en viennent à s'opposer, on a fatalement envie d'aider. On commence par écouter le point de vue de chacun, puis on donne son avis, en croyant qu'il est ob-

jectif et distancé. Or, à partir du moment où on donne raison à l'un et tort à l'autre, même avec toutes les nuances qui s'imposent, on crée une coalition avec l'un contre l'autre. Nous voici pieds et poings liés, pris dans le conflit ! Adieu, notre belle objectivité !

Mieux vaut se taire, alors ? L'ennui, c'est qu'en se taisant, on envoie aussi des messages silencieux, du genre : « *votre problème ne m'intéresse pas ; je suis indifférent à votre malaise ; etc.* ». Pas très sympa pour les amis en difficulté !

**Ni silencieux ni interventionniste : quelle est la bonne position à adopter face à un conflit ? Le dispositif proposé répond à ces interrogations.**

16-18 ans



Je m'engage

## Retour sur soi

10 min

Chacun pour soi, les membres du conseil d'unité réfléchissent aux questions suivantes :

- Qu'ai-je ressenti en vivant les dispositifs proposés ?
- Qu'ai-je appris sur ma manière d'aborder les émotions/conflits ?
  1. Comme acteur ?
  2. Comme témoin ?
- Qu'ai-je envie de transmettre aux scouts de ma section/de l'unité ?

Ensemble, le conseil d'unité décide les actions qu'il souhaite mettre en place pour la gestion des conflits (à noter dans le document de la page suivante) :

- Quelles valeurs voulons-nous transmettre aux scouts à travers la gestion des conflits ?
- Désirons-nous nous outiller davantage ? (voir page 15 (ressources))
- Comment voulons-nous gérer nos propres conflits, en staff ou en conseil d'unité, pour être cohérents avec nos propositions éducatives pour les scouts ?
- Souhaitons-nous élargir notre plan aux autres acteurs de l'unité, les parents par exemple ?

## ÉTAPE 2 : QUELLE MISE EN PRATIQUE POUR NOTRE CONSEIL D'UNITÉ ?


### Décisions prises en conseil d'unité

Pour aider les staffs dans cette thématique, voici les décisions prises en staff...

SECTIONS	DÉCISIONS
BALADINS	
LOUVETEAUX	
ÉCLAIREURS	
PIONNIERS	

Pour aider le conseil d'unité dans cette thématique, voici les décisions :

**DÉCISIONS DU CONSEIL D'UNITÉ**



# Plan d'action

	BALADINS	LOUVETEAUX	ÉCLAIREURS	PIONNIERS
LISTE DES ACTIONS RÉALISÉES				
ÉCHÉANCE				
RESPONSABLE				
LISTE DES ACTIONS À MENER				
RESSOURCES INTERNES / EXTERNES				
OBJECTIFS À ATTEINDRE				





## RESSOURCES POUR LE FORMATEUR

- papapositive.fr (et notamment 10 phrases positives pour accueillir les besoins et les émotions des plus jeunes : papapositive.fr/10-phrases-positives)
- *Sachem* n°256, novembre 2015.
- *Ça se discute* n°157, novembre 2015.
- **Liste générale du matériel pour ce dispositif :**
  - 1 exemplaire de l'annexe 1 par sous-groupe, dont les cases ont été découpées.
  - Autant de feuilles A4 que de participants au groupe sections enfants.
  - Autant d'exemplaires de l'annexe 4 que de participants au groupe sections enfants.
  - Des feutres de couleurs.
  - 2 CD de musique douce (facultatif).
  - Un baton de parole.
  - Des bandes de papier.
  - Des petits papiers de deux couleurs différentes pour débattre (facultatif).
  - Au moins deux locaux, suffisamment spacieux.
- **Liste générale des annexes pour ce kit :**
  - Annexe 1 : *Correspondances émotions–besoins–comportements–langage corporel*
  - Annexe 2 : *Dispositif Baladins*
  - Annexe 3 : *Dispositif Louveteaux*
  - Annexe 4 : *Silhouette d'enfant à annoter*
  - Annexe 5 : *Dispositif Éclaireurs*
  - Annexe 6 : *Dispositif Pionniers*



## RESSOURCES POUR L'UNITÉ QUI VEUT ALLER PLUS LOIN

- Graines de médiateurs (universitedepaix.org/Actions Jeunesse).
- Roue des émotions (et des besoins) : existe en version enfant et version adulte (l'autrementdit.net/outils pédagogiques).
- Cartes des émotions (fcppf.be).
- D'autres supports pour faciliter l'expression des émotions : hoptoys.fr (taper "émotions" dans le moteur de recherche).
- Dispositif de gestion de conflit pour le conseil d'unité : voir *Sachem* n°256, novembre 2015.

**Éditrice responsable : Christelle Alexandre**  
**Édition : janvier 2017**

# CORRESPONDANCES ÉMOTIONS–BESOINS– COMPORTEMENTS–LANGAGE CORPOREL

	ÉMOTION	BESOIN	DÉCLENCHEUR (COMMENT L'ÉCHANGE EST INTERPRÉTÉ)	(RÉ)ACTIONS	LANGAGE CORPO- REL
✂	<b>PEUR</b>	protection	menace	s'enfuir	paralysie et attention accrue, crispation des muscles (et du visage en particulier)
✂	<b>COLÈRE</b>	destruction	obstacle, injustice	mordre, casser, frapper, crier	énergie dirigée vers les muscles, besoin d'action (gesticulation), bouffée de chaleur (afflux de sang au visage)
✂	<b>TRISTESSE</b>	réflexion, réorientation	échec, perte	pleurer, demander de l'aide, se réfugier en soi-même	ralentissement, baisse du tonus et de la motivation (le corps se voûte, la personne recule)
✂	<b>DÉGOUT</b>	rejet	personne nuisible, objet ou substance toxique	jeter au loin, rejeter du groupe	nausées (moues de dégoût)
✂	<b>JOIE</b>	exploration	réussite, satisfaction	(sou)rire, s'ouvrir aux autres et aux nouvelles expériences	accroissement de l'énergie, envie d'exploration et d'engagement (le corps se penche vers l'autre)
✂	<b>AMITIÉ</b>	affiliation	présence d'un être cher	partager, prendre soin	sécrétion d'hormones propices à la confiance, à la coopération (visage souriant, corps détendu)

Source : Moïra Mikolajczak, Jordi Quoidbach, Ilios Kotsou, Delphine Nelis, *Les compétences émotionnelles*, Paris, Dunod, 2014, p. 19-20.

# DÉFINIR ET EXPLORER LES ÉMOTIONS DE BASE

## OBJECTIF

Dispositif pour un bivouac suivi d'un conseil autour de *Monsieur Loyal*.

## MATÉRIEL À PRÉVOIR

- autant de feuilles A4 que d'enfants
- des feutres de couleur
- un CD de musique douce (facultatif)

## ÉTAPE 1 : FAIRE APPEL À L'IMAGINAIRE

- Placer les baladins en cercle, déchaussés et debout sur une feuille de papier.
- Leur demander de fermer les yeux.
- D'une voix douce et lente, décrire la scène suivante :

« *Debout, les pieds bien en contact avec la feuille de papier, les yeux fermés, imaginez que vous êtes comme une maison très haute, posée dans un beau jardin.*

*Dans ce jardin, il y a des personnes, des animaux, des jeux, des livres, des photos que vous aimez. Vous êtes heureux de vous promener dans ce magnifique jardin : il y a de jolies plantes, des fleurs de toutes les couleurs, des arbres immenses, des oiseaux qui chantent, du soleil qui réchauffe et un petit vent doux qui souffle dans vos cheveux. Dans ce jardin, vous pouvez vous amuser : jouer, courir, danser, dessiner, nager, etc.*

*C'est un endroit où vous vous sentez bien à l'abri, en sécurité et heureux. »*



## ÉTAPE 2 : DÉLIMITER LE JARDIN DES ÉMOTIONS

- Lorsque les baladins ont terminé d'imaginer la scène, leur demander d'ouvrir les yeux sans bouger les pieds.
- Expliquer que chacun va choisir un feutre d'une couleur qui lui plaît et qu'avec ce feutre, un animateur va dessiner le contour de leurs pieds sur la feuille de papier : ce sera le pourtour de leur jardin, dont ils peuvent décider s'il doit rester ouvert ou fermé. (L'animateur suit les consignes du baladin.)

## ÉTAPE 3 : COMPOSER SON JARDIN DES ÉMOTIONS

- Chaque enfant prend une boîte de feutres et s'installe, au calme, dans un coin du local.
- Demander aux baladins de dessiner (ou d'écrire s'ils en sont capables) à l'intérieur du jardin tout ce qui les fait se sentir heureux ; à l'extérieur, tout ce qui leur fait peur ou les rend malheureux.
- (Facultatif) Afin d'aider les enfants à rester calmes et concentrés, on peut passer un CD de musique douce.

## ÉTAPE 4 : ÉCHANGES

- Les baladins s'assoient en cercle, avec leur dessin devant eux.
- Les animateurs invitent les baladins qui le souhaitent à expliquer ce qu'ils ont dessiné (ou écrit) : ce qui les rend heureux, malheureux ou leur fait peur.
- Les baladins collent leur dessin ou leur note sur le corps de Monsieur Loyal.

D'après : Francine Castelle-Marie, *Apprendre aux enfants à gérer attention et émotions. En groupe, avec la méthode Vittoz*, Lyon, Chronique Sociale, 2014.



# DÉCOUVRIR LES BESOINS QUI SE CACHENT DERRIÈRE LES RESSENTIS

## Au quotidien

Lorsqu'on établit des règles dans un groupe, elles n'ont pas toutes la même fonction. Certaines visent la sécurité (ex. : on ne marche pas le long d'une grand-route) et d'autres le respect des autres (ex. on ne frappe pas) : ces deux types de règles sont souvent générales et universelles. D'autres principes veillent à rencontrer les besoins des scouts : ceux-ci étant, par définition, personnels et variés, comment aider chaque louveteau à identifier les siens propres et à demander à la meute d'y être attentive ?

**À utiliser après quelques réunions**



## OBJECTIFS

- Dispositif pour rédiger, en cogestion, une charte des règles du bien-vivre ensemble.
- Découvrir les besoins qui se cachent derrière nos émotions et les formuler au reste du groupe.
- Prendre conscience de sa responsabilité à respecter les besoins des autres et s'engager librement à le faire.

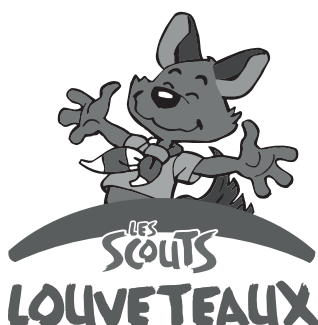
## MATÉRIEL À PRÉVOIR

- un bâton de parole
- des bandes de papier
- des feutres de couleur
- autant de feuilles A4 que de participants, avec une silhouette d'enfant, que l'on peut annoter (annexe 4)
- des petits papiers de deux couleurs différentes pour voter oui et non lors du débat (facultatif)
- un CD de musique douce (facultatif)

## ÉTAPE 1 : SE CONNECTER À SES ÉMOTIONS

- Inciter les loups à s'asseoir en cercle en tailleur et leur distribuer une feuille A4 avec une silhouette d'enfant représentée.
- D'une voix douce, leur suggérer de se détendre, en passant en revue les principales parties du corps : « *Maintenant, le calme envahit votre corps petit à petit en commençant par la tête, puis le cou, les bras, les mains, chacun de vos doigts, la poitrine, le ventre, les cuisses, les genoux, les pieds, chacun de vos orteils.* »
- Proposer de fermer les yeux ou de fixer un point au sol.
- Leur demander d'explorer ce qui se passe en eux à ce moment précis.
  1. Dans leur corps : Est-ce que je me sens fatigué ? Énérvé ? Plein d'énergie ?
  2. Dans leur cœur : Est-ce que je me sens agacé ? Préoccupé ? Joyeux ? Triste ?
  3. Dans leur tête : Quelles pensées s'agitent ? Est-ce calme ? Tranquille ? Speedé ? En ordre ou en désordre ?

→ Les louveteaux notent leurs réponses dans la partie correspondante de la silhouette.
- Inviter ceux qui le souhaitent à partager avec le groupe ce qu'ils ont ressenti.



---

## **ÉTAPE 2 : IDENTIFIER SES BESOINS**

---

- Distribuer aux louveteaux les bandes de papier et les feutres.
- Demander aux enfants de reprendre la position en tailleur, les yeux fermés ou fixés sur le sol.
- D'une voix douce, les inviter à passer en revue les activités des dernières réunions (en s'aidant des *Traces de loup*).
- Poser, dans l'ordre, les trois questions suivantes en laissant du temps pour que les louveteaux y répondent dans leur for intérieur :
  1. À quels moments me suis-je senti(e) bien, c'est-à-dire calme, tranquille, détendu(e) et en confiance ?
  2. Y a-t-il eu des moments où je me suis senti(e) moins bien, c'est-à-dire dérangé(e), agacé(e), énervé(e) ou contrarié(e) ?
  3. Dans ces moments où je me suis senti(e) moins bien, de quoi aurais-je eu besoin pour me sentir mieux ?
- Chaque enfant note, sur son papier, ses réponses aux trois questions.
- Chaque louveteau s'il le souhaite, partage aux autres ses bons et moins bons moments, ainsi que les besoins qu'il s'est découverts.

---

## **ÉTAPE 3 : TRANSFORMER LES BESOINS EN RÈGLES POUR SE RESPECTER LES UNS LES AUTRES**

---

- Chacun s'installe, au calme, dans un coin du local.
- Demander à chaque enfant d'écrire, sur son papier, sa réponse à la question : Qu'est-ce que je dois faire pour me sentir bien et pour que les autres se sentent à l'aise dans notre meute ?
- Encourager : inviter les louveteaux à prendre leur temps. Préciser qu'on peut faire des fautes d'orthographe. Insister sur le fait que c'est important que chacun écrive sa réponse.
- Répéter la question de temps en temps.
- Demander aux louveteaux d'inscrire leur nom sur leur papier.

---

## **ÉTAPE 4 : FORMULER SA DEMANDE ET PROPOSER UNE RÈGLE AU RESTE DU GROUPE**

---

- Les animateurs rassemblent les papiers, trient et communiquent aux louveteaux tout ce qui a été écrit. Après, ils engagent le débat :
  1. Êtes-vous d'accord avec ce que vous avez entendu ? (Pour faciliter le débat, on peut recourir à des petits papiers de deux couleurs, dont l'une signifie oui et l'autre non.)
  2. Voyez-vous d'autres choses à ajouter ?
- Les animateurs prennent note des nouvelles idées et, à la fin du débat, reprennent toutes les bandes de papier.

---

## **ÉTAPE 5 : (À LA RÉUNION SUIVANTE) ADOPTER ET SIGNER LA CHARTE**

---

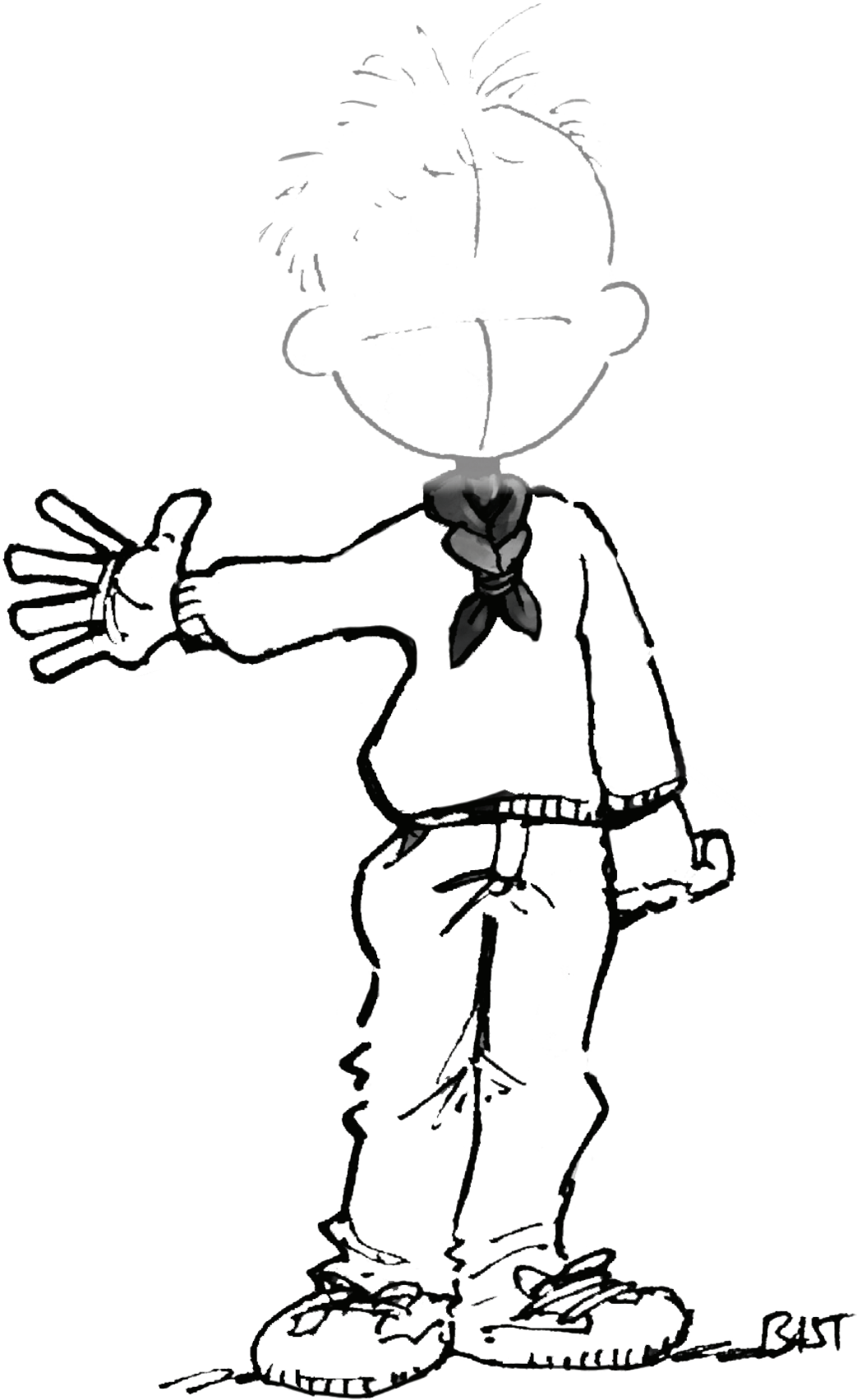
- Les animateurs amènent une grande feuille A3 sur laquelle ils auront préalablement retranscrit les règles proposées par les loups, y compris les ajouts et modifications apportés par le débat.
- Tous les loups sont invités à relire la charte.
- Chacun à son tour vient la signer en disant « *Moi, (prénom), je signe parce que je suis d'accord* ».
- On décore la charte, pour qu'elle soit jolie.
- La charte est affichée à un endroit du local accessible à tous.

D'après : Francine Castelle-Marie, *Apprendre aux enfants à gérer attention et émotions. En groupe, avec la méthode Vittoz*, Lyon, Chronique Sociale, 2014.

---

# SILHOUETTE D'ENFANT À ANNOTER

---





# METTRE LES CHAUSSURES DU VOISIN

## OBJECTIF

- Aborder sereinement un conflit en conseil de patrouille.
- Vider le conflit sans blesser les protagonistes, en respectant les positions et les émotions de chacun et en utilisant les ressources du groupe. **Exemple** : Ocelot et Alezan se sont disputés. Leurs tentatives de conciliation, au lieu de les apaiser, amplifient sans cesse le différend.

## CONSIGNE INITIALE

Le but n'est pas de juger qui, d'Alezan ou d'Ocelot, a raison, mais bien de les aider tous deux à retrouver leur sérénité et leur capacité à s'écouter et se comprendre.

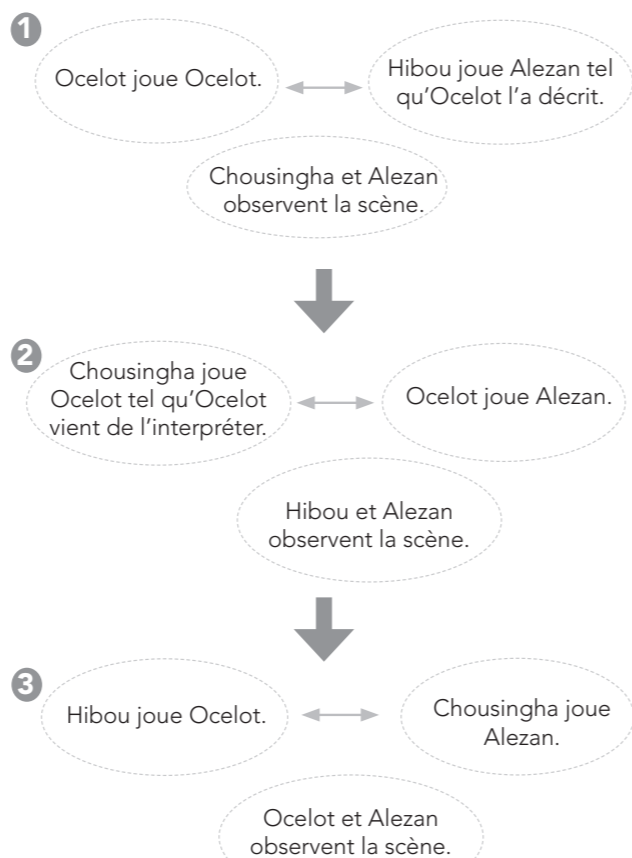
**Préalable** : la patrouille désigne l'un de ses membres, qui aura la fonction de poser des questions à Alezan et Ocelot, à la manière d'un journaliste : objectivement et **sans prendre parti**.



### ÉTAPE 1 : OCELOT DÉCRIT CE QUI SE PASSE POUR LUI/ELLE

- Le journaliste demande à Ocelot de décrire précisément le conflit de son point de vue : la situation (où ? quand ?), le sujet de la discussion, ce qui s'est passé, ce que chacun a dit. Tout le monde note.

- Sur la base du récit d'Ocelot et avec l'aide de deux autres éclaireurs de la patrouille, Ocelot rejoue la situation. Alezan observe en silence.

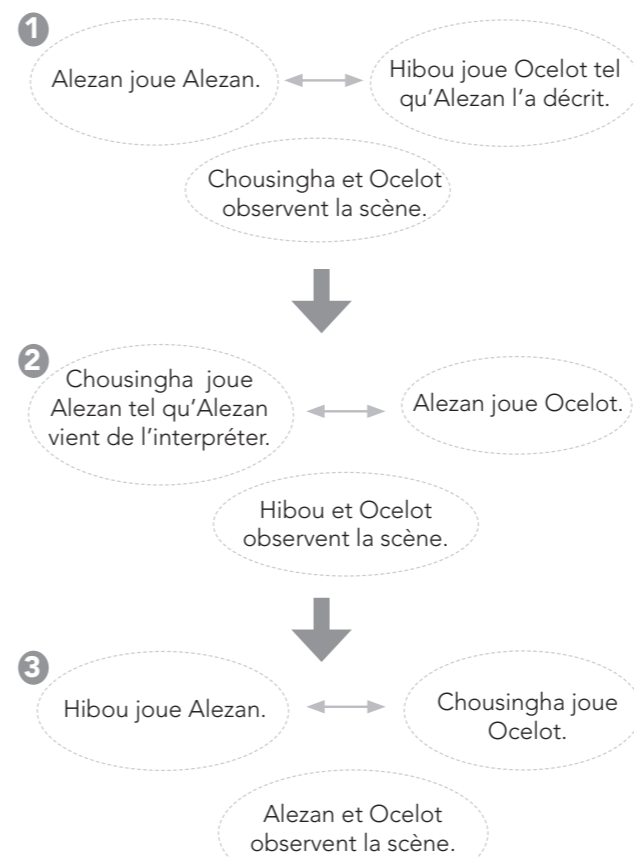


- Les trois éclaireurs-interprètes, **à commencer par Ocelot**, commentent ce qu'ils ont **ressenti** dans chacun des trois rôles. Si nécessaire, le journaliste pose des questions pour aider les trois éclaireurs à préciser leurs propos. **Alezan ne dit rien à ce stade.**

### ÉTAPE 2 : ALEZAN DÉCRIT CE QUI SE PASSE POUR LUI/ELLE

- Le journaliste demande à Alezan de décrire précisément le conflit de son point de vue : la situation (où ?, quand ?), le sujet de la discussion, ce qui s'est passé, ce que chacun a dit. Tout le monde note.

- Cette fois, Hibou et Chousingha jouent les rôles d'Ocelot et Alezan, tels qu'Alezan les décrit. Ocelot observe en silence.



- Les trois éclaireurs-interprètes, **à commencer par Alezan**, commentent ce qu'ils ont **ressenti** dans chacun des trois rôles. Si nécessaire, le journaliste pose des questions pour aider les trois éclaireurs à préciser leurs propos. **Ocelot ne réagit pas.**

### ÉTAPE 3 : OCELOT ET ALEZAN RENOUENT LE DIALOGUE

- Le journaliste demande à Ocelot et Alezan :
  1. Qu'aimeraient-ils changer dans la scène représentée, s'ils en avaient le pouvoir ?
  2. Qu'ont-ils envie de se dire l'un à l'autre après avoir observé les deux mises en scène ?

**Remarque** : il est possible qu'Ocelot et Alezan souhaitent, à ce stade-ci, se parler en privé. Si c'est le cas, ils reviendront ensuite informer la patrouille du résultat de leur conversation.

**NB** : au cas où le conflit concerne un CP et un SP de la même patrouille, le journaliste et les deux acteurs seront choisis parmi les éclaireurs des autres patrouilles, afin d'éviter les conflits de loyauté internes à la patrouille concernée.

Sur ce modèle, invite les animateurs à choisir un conflit récent qui les a opposés au sein de l'un des deux staffs. Accompagne-les dans le dispositif, comme un animateur pourrait le faire avec une patrouille.

# TOUS RESPONSABLES

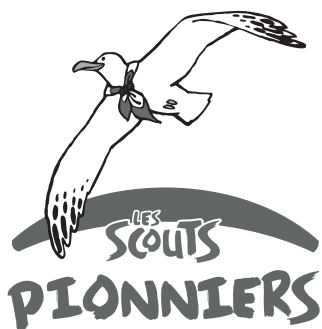
Une divergence d'opinion ou un conflit n'implique pas seulement ceux qui se heurtent et peinent à trouver un accord ou à retrouver une relation harmonieuse. Ceux qu'on appelle les témoins s'investissent également, dans l'échange, qu'ils restent silencieux ou décident de donner leur avis. Or, leurs réactions auront souvent un impact décisif, aidant à la résolution ou bien contribuant au dérapage. Dès lors, comment choisir son attitude et ses propos de manière à favoriser l'harmonie du groupe ?

**Comment bien réagir quand on est témoin d'une discussion qui chauffe ? Intervenir ou laisser faire ?**

Face à deux amis enthousiastes, tellement convaincus par leur idée qu'ils en viennent à s'opposer, on a fatalement envie d'aider. On commence par écouter le point de vue de chacun, puis on donne son avis, en croyant qu'il est objectif et distancé. Or, à partir du moment où on donne raison à l'un et tort à l'autre, même avec toutes les nuances qui s'imposent, on crée une coalition avec l'un contre l'autre. Nous voici pieds et poings liés, pris dans le conflit ! Adieu, notre belle objectivité !

Mieux vaut se taire, alors ? L'ennui, c'est qu'en se taisant, on envoie aussi des messages silencieux, du genre : « *votre problème ne m'intéresse pas ; je suis indifférent à votre malaise ; etc.* ». Pas très sympa pour les amis en difficulté !

**Ni silencieux ni interventionniste : quelle est la bonne position à adopter face à un conflit ?**



## OBJECTIF

- Aborder sereinement, en cordée ou en poste, une grosse divergence d'opinion.
- **Mettre à jour la dynamique du groupe et réfléchir ensemble à des solutions qui vont au-delà du pour ou contre.**

**Exemple :** Alors que tous réfléchissent au projet d'une soirée festive, Fennec et Capucine, intimement convaincus que leur idée est la meilleure, s'affrontent. D'abord discret, le reste du poste est obligé d'intervenir et se retrouve bientôt divisé entre les partisans de Fennec et ceux de Capucine.

## CONSIGNE INITIALE

Le but n'est pas de trancher quelle est la "bonne" proposition, mais de clarifier l'atmosphère relationnelle afin de rétablir la bienveillance et susciter la création collective de nouvelles solutions adéquates pour tout le monde.

## MATÉRIEL

Prévoir un espace suffisant.

## ÉTAPE 1 : FENNEC TRADUIT EN UNE SCULPTURE HUMAINE SA MANIÈRE DE VOIR LA DIVISION DU GROUPE

- Fennec représente sa vision : les personnes impliquées et leurs intentions. Pour ce faire, et **sans expliquer ses choix**, il attribue à chaque pionnier (sauf à Capucine) :
  1. une place dans l'espace (loin/proche, de face/de dos, assis/couché/debout/accroupi) ;
  2. une attitude (amicale/hostile, énergique/abattu, emporté/indifférent, etc.).

**Note :** tous les pionniers disponibles pour la sculpture sont des statues susceptibles d'interpréter leur propre rôle, ou celui d'un autre, ou même celui de tout un groupe : cela n'a pas la moindre importance.

**Exemple :** Fennec se représente lui-même et Capucine dos à dos ; ses partisans qui lui touchent l'épaule de la main ; les partisans de Capucine couchés au pied de celui-ci et les animateurs le dos tourné à la scène.

- Fennec peut s'inclure dans la sculpture (et jouer son propre rôle, par exemple), mais ce n'est pas obligatoire.
- Capucin observe, en silence, la sculpture qui se construit.
- Une fois que tous les pionniers ont reçu une place et une attitude, ils s'immobilisent dans leur rôle et seront attentifs aux émotions qui les traversent **à ce moment-là**.
- Après une à deux minutes d'immobilité, Fennec, puis les "statues", puis Capucin nomment les émotions provoquées en eux face à (ou dans) la sculpture.

---

## **ÉTAPE 2 : CAPUCIN TRADUIT EN SCULPTURE HUMAINE SA MANIÈRE DE VOIR LA DIVISION DU GROUPE**

---

- Même déroulé que dans l'étape 2 : cette fois, c'est Capucin qui attribue une place et une attitude à tous les pionniers, à l'exception de Fennec qui observe en silence.
- À la fin de leur période d'immobilité, les pionniers choisissent un terme pour qualifier leur ressenti : d'abord Capucin ; puis les statues ; ensuite Fennec.

---

## **ÉTAPE 3 : DÉBRIEFING**

---

- Assis en cercle, les pionniers, à commencer par Fennec et Capucin, expliquent tour à tour ce que cet exercice de sculpture a changé dans leur perception du conflit. S'ils envisagent des pistes pour résoudre la divergence et dépasser le conflit, ils en font part au groupe.
- Dans un deuxième temps, les pionniers réfléchissent ensemble à des pistes de solutions qu'ils peuvent proposer – pas imposer – à Fennec et Capucin, pour résoudre la divergence de départ.

### **Et si les pionniers du poste ne sont pas assez nombreux pour réaliser la sculpture ?**

Il est possible de réaliser la sculpture avec des objets symboliques : foulards, chaises, pierres, etc. Dans ce cas-ci, il est important que le sculpteur explicite la symbolique qu'il choisit, afin que les autres pionniers puissent déchiffrer la mise en scène. Les pionniers non-sculpteurs se voient attribuer, de la même façon que dans le dispositif initial, une place et un rôle dans les deux visions du conflit.

Sur ce modèle, invite le staff qui n'a pas proposé de situation pour vivre le dispositif Éclaireurs à identifier une grosse divergence d'opinion entre eux. Accompagne-les dans le dispositif.