

## COLLEGE

Les différentes fiches qui vous sont proposées sont directement issues d'un document intitulé « des outils pour la médiation en milieu scolaire...pour apprendre au quotidien à gérer les conflits et à prévenir la violence *Sophie Canellini Béatrix / mai 2012.*).

Ce cahier pratique se compose de deux parties (résolution des conflits et médiation)

### I/ Sensibilisation à une résolution alternative des conflits

Les différentes activités se déclinent autour de 4 thèmes et touchent à des apprentissages essentiels comme :

1. La connaissance de soi et des autres
2. Les points de vue différents
3. L'écoute (verbale et non verbale)
4. La disparité des attitudes face aux conflits et les différentes stratégies à mettre en place pour les régler.

#### OBJECTIFS GENERAUX :

- Débloquer la capacité de chacun à communiquer correctement avec l'autre sans jugement
- Reconnaître les sentiments de l'autre et son propre comportement face au conflit
- Admettre les points de vue de l'autre, ses émotions ainsi que leur évolution potentielle
- Accepter le conflit et son affrontement ...et de façon volontairement très ludique.

## Thème 1 - La connaissance de soi et des autres

### Objectifs spécifiques :

- Créer est de créer une cohésion au sein du groupe des participants.
- Permettre qu'une confiance réciproque s'instaure dans un esprit de non jugement.

Cette confiance établie, il sera plus simple par la suite de parler de soi et de ses émotions.

Ceci explique le choix d'une première séance basée sur des activités très ludiques et physiques, qui permettent de se détendre et de mieux se connaître avant d'aborder dans les séances suivantes des thèmes plus centrés sur l'écoute, le conflit et sa gestion, l'autre et ses points de vue.

Ces types de jeux peuvent également s'inscrire au fil des séances pour désamorcer une tension, permettre une respiration.

## Les Rébus

- **Objectif** : Connaissance de l'autre.
- **Matériel** : Un tableau noir ou une grande feuille de papier au mur.
- **Déroulement** : Chacun représente son prénom sous forme de rébus en le dessinant au tableau. Il tente de le faire découvrir aux autres. Un animateur tentera de valoriser ce qui se dit et se fait en posant des questions sur l'existence d'un diminutif ou non, du sentiment face à son prénom (attirance ou dégoût), etc.
- **Intérêt du jeu** : Cet exercice permet à chacun de connaître le prénom de l'autre de manière ludique. Il fera connaissance doucement de l'autre par l'intermédiaire d'un surnom, d'un prénom, etc.
- **Durée** : Prévoir deux à trois minutes par participants.

## Les Prénoms Mimés

- **But** : Connaissance de l'autre.
- **Matériel** : Aucun, simplement de l'espace.
- **Déroulement** : Tous les élèves se mettent en cercle. Un élève prononce son prénom en accompagnant ses paroles d'un geste. Tout le groupe reproduit le geste et répète le prénom.
- **Intérêt du jeu** : Cet exercice permet la cohésion au sein du groupe et favorise le sentiment d'appartenance au groupe.
- **Durée** : Prévoir deux à trois minutes par participants.

## Po Po Lo Gom

- **But** : Connaissance de l'autre.
- **Matériel** : Aucun.
- **Déroulement** : Tous les élèves se mettent en cercle. Un animateur se place au centre. Il désigne quelqu'un du doigt et lui demande de lui dire le prénom de son voisin de gauche ou de droite. L'élève doit le prononcer avant que l'animateur ait terminé de formuler la phrase: "Po Po Lo Gom".
- **Intérêt du jeu** : Permet la cohésion au sein du groupe et demande de l'attention.
- **Durée** : Cinq minutes.

## Le Nœud

- **But** : Permettre la cohésion et l'entraide au sein du groupe.
- **Matériel** : Aucun.
- **Déroulement** : On fait un cercle. Chacun donne une main à un de ses voisins et l'autre à la personne en face de lui.  
  
Vérifiez que personne ne tient les mains d'une seule et même personne; cela fausserait le jeu. On se retrouve face à un nœud qu'il faudra dénouer sans se lâcher les mains. Recommencez l'exercice en entremêlant encore plus les bras. On peut compliquer les choses en le faisant les yeux fermés.
- **Intérêt du jeu** : Cet exercice en plus d'obliger l'entraide amène un élément nouveau : le toucher. Chaque participant doit toucher ses partenaires, il ne garde plus cette distance souvent présente dans toute relation. Ce jeu permet de créer un lien au sens propre et figuré.
- **Durée** : Varie en fonction de l'agilité des personnes présentes et du nombre de participants.

## Le noeud- variante 1

- **But** : idem

- **Matériel** : Aucun.

- **Déroulement** : Demander à un ou deux participants (selon le nombre total) de sortir pendant que les autres se mettent en cercle et se donnent la main le plus naturellement possible. Ensuite, ils s’emmêlent le plus possible, sans se lâcher les mains pour parvenir à faire un noeud. La ou les personnes qui sont à l’extérieur entrent alors et tentent de dénouer le noeud afin que tous les participants se retrouvent à nouveau en cercle comme au début. Lorsque l’exercice est réussi, englober le ou les “dénoueurs” dans le cercle formé.

- **Intérêt du jeu** : Idem avec en plus une expérience de médiation pour les personnes qui dénouent le noeud.

- **Durée** : Idem

## Le noeud- variante 2

- **But** : idem.

- **Matériel** : Aucun.

- **Déroulement** : Tous les participants se donnent la main pour former une chaîne. Un participant ne bouge pas pendant que les autres tournent autour de lui (attention de ne pas trop tirer et de ne pas trop serrer les personnes qui vont se retrouver au centre). On fait une spirale, une coquille d’escargot. Une fois que la spirale est terminée, demander à la personne qui se trouve au centre de sortir de la coquille en passant sous les bras des autres participants. la spirale se dénoue et tous les participants se retrouvent comme au début.

- **Intérêt du jeu et Durée** : Idem.

## Le Crocodile

- **But** : Permettre la cohésion et l'entraide.
- **Matériel** : De grande feuille de papier et un espace assez grand.
- **Déroulement** : Mettre par terre des grandes feuilles de papier (deux fois A3, par exemple); ce sont les pontons. Il y en aura autant que la moitié des participants, chaque feuille sera l'abri pour deux personnes. Imaginer votre sol comme un marécage rempli de crocodiles. Les participants déambulent dans ce grand marécage sans toucher les pontons. Au signal, ils doivent retrouver un ponton très rapidement pour ne pas être dévorés par les crocodiles. Mais pour que leurs pontons ne se détruisent pas, il faut à tous prix que deux personnes s'y trouvent. Pour qu'ils ne soient pas dévorés, il ne faut pas qu'une seule partie de leurs pieds ne dépassent. Au fil du déroulement l'animateur plie les feuilles, en deux puis en quatre, puis en huit. Aux participants de trouver des stratégies pour ne pas se faire dévorer.
- **Intérêt du jeu** : Cet exercice oblige les personnes à se toucher, à se prendre dans les bras, à avoir une approche différente de l'autre. Il s'agit de faire attention, tout au long de ce jeu, qu'il n'y ait pas de résistance trop forte. C'est aussi un jeu qui fait appel au toucher, à l'approche physique et non plus uniquement verbale ou visuelle.
- **Durée** : Une vingtaine de minutes en fonction du nombre de participants.

## Les Points Communs

- **But** : Connaissance de soi et des autres.
- **Matériel** : Matériel : Papier / Crayons.
- **Déroulement** : Se regrouper par deux ou trois et essayer de se découvrir un maximum de points communs en trois minutes. Puis mise en commun.
- **Intérêt du jeu** : Cet exercice permet de prendre conscience de l'autre et en même temps des ressemblances qui existent entre lui et soi.
- **Durée** : Mise en commun : trois minutes ; et prévoir cinq/dix minutes pour que chaque groupe expose ses trouvailles et puisse en discuter.

## Présentation par deux

- **But** : Connaissance de soi et des autres.
- **Matériel** : Aucun.
- **Déroulement** : Par deux, se présenter l'un l'autre sur qui je suis, mes motivations à participer ou tout autre thème fixé par les animateurs. Retour en grand groupe et chaque participant présente son/sa collègue.  
L'animateur demande à chaque fois si la personne présentée désire ajouter quelque chose ou si ce qui a été dit lui convient.
- **Intérêt du jeu** : Cet exercice permet de mieux connaître l'autre et de commencer à travailler la reformulation.
- **Durée** : 5 minutes à deux et 2 minutes par présentation.

## Le Blason

- **But** : Connaissance de soi et de l'autre.
- **Matériel** : Une feuille où un blason est dessiné, crayons de couleur ou feutres ou tout autre matériel de bricolage en fonction de l'importance donnée à cet exercice.
- **Déroulement** : Chacun dessine son blason et y inscrit sa devise. L'animateur essaie de renvoyer des images positives sur chaque dessin présenté. Il tente de décoder positivement les œuvres pour revaloriser le jeune dans son acte.
- **Intérêt du jeu** : Cet exercice permet de prendre conscience de la manière dont chacun se définit, d'en tenir compte tout au long des séances et d'y travailler par la suite.
- **Durée** : Compter trois-quarts d'heure minimum.

## Les objets de survie

- **But** : Cohésion du groupe et connaissance de soi et des autres.
- **Matériel** : Feuille de papier comportant une liste des objets et une feuille blanche pour l'observateur.
- **Déroulement** : Se mettre en petit groupe (4-5). A partir d'une liste de vingt objets prédéfinis, en choisir cinq qui semblent important à tout le groupe, en cas de survie ou pour partir sur la lune ou ... Une personne observe la manière dont le groupe se détermine. Puis mise en commun.  
Liste : Allumettes / Bougie / Boussole / Chaussures / Corde / Couteau / Couverture / Crayon / Cuillère / Farine / Livre / Papier / Radio / Savon / Sel / Tabac
- **Intérêt du jeu** : Cet exercice permet d'analyser les dynamiques de groupe qui se mettent en place, de voir qui prend la place du leader. Ceci sera utile plus tard pour les caractéristiques du médiateur.
- **Durée** : Laisser cinq minutes aux groupes afin qu'ils se mettent d'accord. Prendre un moment pour exposer les résultats, les difficultés, les facilités et en discuter.

## Le Préféré

- **But** : Connaissance de soi et des autres.
- **Matériel** : Papiers /Crayons.
- **Déroulement** : Chaque participant cite un animal, une couleur ou qu'il préfère en indiquant les qualités qu'il lui trouve et en quoi il se reconnaît. Chacun décrit minutieusement le lieu où il aimerait vivre. Chacun écrit le nom d'une personne qu'il admire sur un bout de papier ainsi que ce qu'il aime en elle, puis opérer un remplacement du nom de la personne par le sien propre et rechercher dans quelles situations on a eu ces qualités. Chacun cite une valeur (ou une qualité) qu'il aime particulièrement en lui. Tous ces exercices se terminent par une discussion en groupe durant laquelle chaque participant explique sa démarche.
- **Intérêt du jeu** : Il permet de mieux cerner les personnes faisant partie du groupe, de comprendre un peu mieux leur mode de fonctionnement et aussi de valoriser chaque personne dans sa prise de parole.
- **Durée** : Prévoir trois minutes pour y penser et deux minutes par participants pour exposer et discuter de son choix

## Les objets cachés

- **But** : Présenter un objet extérieur imposé, innommable (si possible) et caché.
- **Matériel** : Un sac ; une vingtaine d'objets difficilement reconnaissables au toucher. Chaque participant (si le groupe est petit) doit pouvoir deviner et faire deviner au moins deux objets.
- **Déroulement** : Préparer des objets dans une boîte ou dans un sac ; chaque participant y plonge sa main et prend un objet. Avant de le sortir et de le voir il tente de le décrire en donnant au moins 3 caractéristiques. Puis, lorsqu'il le voit, il le nomme.
- **Intérêt du jeu** : Ce jeu permet de se centrer sur quelque chose d'extérieur à soi et aux autres ; de jouer ensemble mais en ne partant pas de soi véritablement.
- **Durée** : Compter deux minutes au minimum par objet à découvrir.

## L'objet personnel

- **But** : Connaissance de soi et des autres.
- **Matériel** : Rien que ce qu'ont sur eux les participants.
- **Déroulement** : Chacun cite un objet qu'il préfère et qu'il a sur lui ou chez lui en indiquant les qualités qu'il lui trouve, et en quoi il se reconnaît. L'animateur et les participants peuvent poser des questions sur l'objet, le choix, la signification. Il y a valorisation de chaque discours.
- **Intérêt du jeu** : Il permet de mieux cerner les personnes faisant partie du groupe, de comprendre un peu mieux leur mode de fonctionnement et aussi de valoriser chaque personne dans sa prise de parole.
- **Durée** : Ne pas fixer de limite à cette activité. Les participants sont libres de s'exprimer longuement ou non autour de l'objet.

## La Sculpture Commune

- **But :** Création d'une sculpture commune à l'aide de matériels divers. Tenter de faire quelque chose de résistant qui reste quelque temps dans la salle prévue pour le module.
- **Matériel :** Demander à chaque élève d'apporter 2 objets par participants. Ces objets doivent être le plus hétéroclite possible. (pas trop encombrants !)
- **Déroulement :** A tour de rôle, chaque participant choisit un objet et le pose sur le lieu choisi à cet effet. L'objet est déposé de manière à toucher l'objet précédemment posé. Chacun explique son choix de l'objet et de sa place.
- **Intérêt du jeu :** La sculpture devrait rester la même tout au long des séances. Elle est en quelques sortes la représentation du groupe qui s'est formé autour du module; elle en est « LE TOTEM. »
- **Durée :** Compter une à deux minutes par objet.

## L'objet imaginaire

- **But :** Détendre l'atmosphère ; accueillir un nouveau participant.
- **Matériel :** Rien. De l'espace.
- **Déroulement :** Tous les participants se mettent en cercle (soit assis, soit debout). L'animateur sort, mystérieusement, un objet de sa poche. Il lui donne un nom puis le décrit au groupe, mais en silence, simplement par gestes. Une fois qu'il a terminé sa présentation, il passe l'objet à son voisin qui devra en faire ce qu'il voudra et ainsi de suite.
- **Intérêt du jeu :** Ce jeu permet de se décontracter, de respirer un peu avant ou après un exercice demandant plus "d'implication". Il fait entrer l'imaginaire dans le groupe.
- **Durée :** Comptez de dix secondes à deux minutes par personne (très fluctuant).

## Prouille

- **But** : Détendre l'atmosphère.
- **Matériel** : Rien. De l'espace.
- **Déroulement** : Tous les participants se promènent les yeux fermés dans la salle. Dès que l'on touche un autre participant, on lui dit "PROUILLE?", s'il répond "PROUILLE", on continue à se promener; s'il ne répond pas, on lui prend la main et l'on se tait (on ne dit plus rien lorsque quelqu'un nous touche). A la fin, il devrait régner un grand silence et tout le monde devrait se tenir par la main.
- **Intérêt du jeu** : Ce jeu permet de se détendre, de bouger et de faire intervenir l'humour dans le groupe.
- **Durée** : En fonction du nombre de participants et de la découverte du « PROUILLE » !

## Les pastilles de couleur

- **But** : Former des groupes de manière aléatoire ; travailler les stratégies mises place pour communiquer sans la parole.
- **Matériel** : Des pastilles de couleur autocollantes.
- **Déroulement** : Au moment où les personnes entrent dans la salle, leur coller sur le front une pastille de couleur. Prévoir le nombre de couleurs en fonction du nombre de groupes désirés. La consigne est de se regrouper en fonction de la couleur que chacun a, mais il est interdit de toucher la pastille et de parler.
- **Intérêt du jeu** : Ce jeu permet de faire connaissance autrement, de mettre en jeu des stratégies d'entraide ; il n'est en effet pas possible d'arriver au but si une tierce personne ne vient pas nous aider pour se regrouper. On peut faire le lien avec la médiation et la tierce personne facilitatrice de communication.
- **Durée** : En fonction du nombre de participants et de la découverte de sa couleur.

**INSPIRER LA COMMUNAUTÉ ÉDUCATIVE POUR LE BIEN-ÊTRE DES ÉLÈVES**

**ADOSEN** – Prévention Santé **MGEN**  
3 Square Max Hymans – 75015 Paris  
[adosen@mgen.fr](mailto:adosen@mgen.fr) - [www.adosen-sante.com](http://www.adosen-sante.com)