

# DES MESSAGES CLAIRS POUR EVITER LA GUERRE

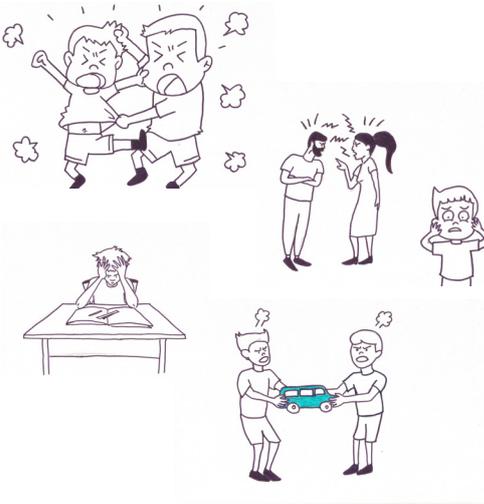
## COMMENT ENSEIGNER LE RECOURS AUX MESSAGES CLAIRS ?

La démarche d'enseignement passe par trois étapes principales :

- Identifier les émotions et repérer ce qui les cause
- Enrichir le lexique des émotions afin que leur verbalisation soit précise
- Automatiser une démarche de communication non-violente

Etape d'entraînement complémentaire :

Repérer les situations qui relèvent d'un message clair



## COMMENT FAIRE UN MESSAGE CLAIR ?

Propositions de formulation

### CYCLE 1

#### Emetteur

Arrête de ..... (*action*)

Je suis ..... (*émotion*)

Est-ce que tu as compris ?

#### Récepteur

Oui

Excuses et/ou réparation

### CYCLE 2

#### Emetteur

Je veux te faire un message clair

Je suis... (*émotion*)

Parce que... (*fait*)

Je te demande...

Est-ce que tu as compris ?

#### Récepteur

Oui/Non

Je ferais/je ne ferais plus...

Excuses et/ou réparation

Est-ce que le problème est réglé ?

### CYCLE 3

#### Emetteur

Je veux te faire un message clair

Quand tu .... (*fait*)

Ça me ... (*émotion*)

J'ai besoin...

Je te demande...

Est-ce que tu as compris ?

#### Récepteur

Oui/Non

Je ferais/ ne ferais plus...

Excuses et/ou réparation

Est-ce que le problème est réglé ?



## DOCUMENTS D'ACCOMPAGNEMENT

Lien vers le site de la circo : <https://cir4.education.pf/les-messages-clairs/>

- séquence d'apprentissage CE1 Hitivainui
- ressources sur internet
- vidéos pour présenter les messages clairs

