

## Section 01 : Introduction à la communication bienveillante

### 1. Description

Cette section, composée de deux séquences complémentaires, est consacrée à la communication bienveillante en milieu scolaire.

La première séquence abordera la définition de la communication bienveillante, et explorera les principaux fondements qui la sous-tendent. Elle mettra l'accent sur l'empathie, le respect, et l'écoute active, considérés comme le socle essentiel d'un environnement d'apprentissage propice, où peuvent se développer des relations positives et saines.

La deuxième séquence se focalisera sur les avantages concrets de la communication bienveillante. A travers l'analyse d'extraits de textes, des études de cas et des situations concrètes, les participants exploreront les bénéfices tant sur le plan personnel qu'interpersonnel, ainsi que l'impact positif sur le climat de la classe.

Ces deux séquences convergent vers un objectif commun : doter les participants des connaissances et compétences nécessaires pour intégrer de manière efficace la communication bienveillante dans leur pratique éducative quotidienne.

### 2. Tableau des ressources

Connaissances (Savoirs)	Habilités (Savoir-faire)	Attitudes (Savoir-être)
<ul style="list-style-type: none"><li>Les participants acquerront des connaissances relatives à la communication bienveillante, aux aspects sur lesquels elle s'appuie, et ses avantages en milieu scolaire.</li></ul>	Les participants seront capables de/d': <ul style="list-style-type: none"><li>Définir la communication bienveillante ;</li><li>Identifier ses aspects fondamentaux ;</li><li>Identifier ses avantages en milieu scolaire ;</li><li>Analyser quelques démarches bienveillants.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Adopter des approches bienveillantes ;</li><li>Favoriser l'empathie, l'écoute attentive et le respect mutuel dans des situations conflictuelles.</li></ul>

### 3. Indicateurs d'acquisition

- Les participants définissent la communication bienveillante ;
- Les participants identifient les aspects fondamentaux et les avantages en milieu scolaire de la communication bienveillante ;
- Les participants analysent quelques démarches bienveillantes.

## 4. Séquences d'apprentissage

### 4.1 Qu'est-ce que la communication bienveillante ?

#### 4.1.1 Objectif

A la fin de cette séquence, les participants seront capables de/d' :

- Définir la communication bienveillante ;
- Identifier ses aspects fondamentaux.

#### 4.1.2 Activités proposées

##### 4.1.2.1 *Activité N° 1 : Les compétence de vie, c'est quoi ?*

- **Consigne** : Lisez attentivement le texte suivant qui définit la communication bienveillante, puis indiquez si les énoncés proposés sont vrais ou faux en fonction des informations fournies dans le texte (Cochez la case appropriée pour chaque énoncé).

La communication bienveillante est un mode de communication qui vise à établir des relations positives et harmonieuses en tenant compte des besoins, des émotions et des réactions des individus. Elle repose sur l'empathie, la compréhension et le respect mutuel.

Elle consiste à exprimer ses pensées et ses sentiments de manière claire et respectueuse, tout en étant ouvert à l'écoute et à la compréhension des autres.

La communication bienveillante favorise la résolution des conflits, la création de liens solides et le renforcement de la confiance entre les individus.

Enoncés	Vrais	Faux
- La communication bienveillante vise à établir des relations en ne tenant compte que des émotions.		
- La communication bienveillante repose sur l'empathie, la compréhension et le respect de soi et des autres.		
- La communication bienveillante favorise la résolution des conflits.		
- La communication bienveillante contribue à la création de liens solides entre les individus.		
- La communication bienveillante altère la confiance entre les individus.		

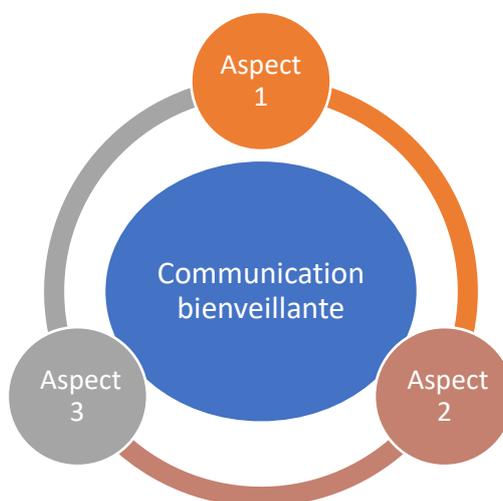
**NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document.**

#### 4.1.2.2 *Activité N° 2 : Les aspects fondamentaux de la communication bienveillante*

- **Consigne** : Lisez attentivement le texte suivant et identifiez trois aspects fondamentaux sur lesquels se repose la communication bienveillante.

La communication bienveillante améliore la qualité de vos relations avec autrui. Elle est basée sur le respect et l'écoute de votre interlocuteur, que ce soit un proche, un collègue ou un inconnu. Ce mode de communication favorise une coopération harmonieuse et la résolution d'un conflit éventuel. Cela consiste à parler de manière bienveillante, sans faire de reproches ni prodiguer de conseils, sans jugement. Le principe est d'exprimer objectivement votre ressenti, vos émotions, vos besoins et souhaits. Si l'autre se sent agressé ou blessé, le risque qu'il soit sur la défensive est important, ce qui n'augure rien de bon pour votre relation. En appliquant au quotidien ces principes, cela développe votre qualité d'empathie et votre aisance dans votre relation aux autres. La communication bienveillante permet également de mieux se comprendre, d'identifier ses aspirations profondes. Attention, cette méthode n'est pas applicable du jour au lendemain. C'est un savoir-être qui s'acquiert avec le temps, et après de nombreux exercices. Mieux vaut s'entraîner au début sur des situations qui ne sont pas particulièrement stressantes, et dont l'enjeu est mineur.

[www.orientaction.com/communication-non-violente-methode-relationnel-benefices](http://www.orientaction.com/communication-non-violente-methode-relationnel-benefices)



La communication bienveillante consiste à établir des relations fondées sur ....., et .....

**NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document.**

#### 4.1.2.3 *Activité N° 3 : Analyse de situations de communication*

- **Consigne** : Examinez les situations proposées, indiquez s'il s'agit d'une communication bienveillante ou non, et justifiez votre réponse.

Situations	Réponses	Communication bienveillante		Justifications
		Oui	Non	
1. Deux élèves travaillent sur un projet en groupe. L'un d'eux propose une idée différente de celle initialement suggérée par son camarade.	a) J'apprécie ta proposition. Explique-moi plus en détail comment ton idée peut contribuer au projet, et nous pouvons envisager comment l'intégrer.			
	b) Ton idée est stupide. Ça ne marchera jamais. Laisse-moi faire les choses correctement.			
2. Un élève a du mal à comprendre un concept en classe.	a) Tu n'as vraiment aucune idée de ce dont tu parles. C'est évident que tu n'as pas étudié.			
	b) Je remarque que tu sembles rencontrer des difficultés avec ce concept. Voudrais-tu que nous travaillions ensemble après les cours pour mieux le comprendre ?			

Situations	Réponses	Communication bienveillante		Justifications
		Oui	Non	
3. Un enseignant donne un retour sur les devoirs d'un élève.	a) C'est un désastre ! Tu devrais vraiment faire plus d'efforts. Je ne comprends même pas comment tu as pu écrire quelque chose d'aussi médiocre.			
	b) Je vois que tu as mis beaucoup d'efforts dans ce devoir. J'apprécie ta créativité, et je pense que tu pourrais encore améliorer certains aspects. Que dirais-tu de discuter de ces points ensemble ?			

**NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document.**

### 4.1.3 Synthèse de la séquence

Au cours de cette séquence de formation, notre objectif était de plonger dans la compréhension de la communication bienveillante en explorant sa définition et les principaux aspects sur lesquels elle s'appuie.

Nous avons défini la communication bienveillante comme un mode d'interaction basé sur l'empathie, le respect et l'écoute active. Ces aspects constituent le socle d'un environnement d'apprentissage propice, dans lequel fleurissent des relations positives et saines.

Nous avons également exploré les fondements de ce mode de communication, en mettant en lumière des aspects fondamentaux tels que l'empathie, qui encourage la connexion émotionnelle, et l'écoute active, qui favorise une compréhension profonde. Le respect mutuel a été identifié comme un principe fondamental, reconnaissant la valeur intrinsèque de chaque individu.

Cette séquence a œuvré à doter les participants des compétences nécessaires, leur permettant d'intégrer la communication bienveillante dans leurs interactions quotidiennes, dans l'optique de créer un environnement propice à l'apprentissage et à l'épanouissement personnel des élèves.

## 4.2 Avantages de la communication bienveillante en milieu scolaire

### 4.2.1 Objectif

A la fin de cette séquence, les participants seront capables de/d' :

- Identifier les avantages de la communication bienveillante ;
- Analyser quelques approches bienveillantes.

### 4.2.2 Activités proposées

#### 4.2.2.1 *Activité N° 1 : Avantages de la communication bienveillante en situation de classe*

##### ▪ **Situation** : Conflit en classe

Deux élèves ont eu un désaccord profond pendant une activité de groupe en classe, perturbant le calme régnant. Leur enseignante intervient.

Approche 1	Approche 2
<ul style="list-style-type: none"><li>• Elle invite les élèves à s'exprimer librement, écoutant attentivement leurs perspectives sans jugement. Les retours de l'enseignante sont positifs et constructifs, soulignant les efforts de chacun. Guidant la discussion vers des solutions constructives, elle encourage les deux élèves à comprendre mutuellement leurs points de vue et à trouver des compromis.</li><li>• La résolution du conflit renforce les relations en classe, favorise le développement des compétences sociales, et crée un climat positif propice à l'apprentissage. Les élèves se sentent soutenus, renforcent leur estime de soi, et apprennent à assumer la responsabilité de leurs actions dans un environnement propice au bien-être émotionnel.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Elle réagit de manière punitive. Elle réprimande sévèrement les élèves sans chercher à comprendre leurs points de vue. Les sanctions contribuent à un climat négatif, où les élèves évitent de s'exprimer. Le conflit reste non résolu, car l'approche punitive ne favorise pas la réflexion constructive. Les relations se détériorent, et les compétences sociales ne sont pas développées. L'impact sur l'estime de soi est négatif, avec des conséquences sur la motivation et le bien-être émotionnel des élèves. L'environnement stressant créé par l'approche autoritaire ne favorise pas la responsabilité individuelle et l'épanouissement des élèves.</li></ul>

- **Consigne** : En vous basant sur les deux approches différentes de l'enseignante pour clore l'incident proposées ci-dessus, répondez aux questions suivantes :

- Quelle est, selon vous, l'approche la plus appropriée ?

.....

.....

.....

- Quels sont, selon votre point de vue, ses avantages?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

#### 4.2.2.2 Activité N° 2 : Etude de cas

▪ **Contexte :**

Dans une école primaire, la classe de Madame Mariama accueille une diversité d'élèves aux profils variés. Un jour, une élève commence à montrer des signes de détresse émotionnelle. Ses résultats scolaires chutent, et elle semble repliée sur elle-même.

▪ **Situation :**

L'enseignante décide d'aborder le cas de son élève avec empathie. Elle prend le temps de parler individuellement avec elle, en utilisant des expressions compatissantes et en montrant un réel intérêt pour son bien-être, et une écoute active.

Grâce à cette approche, l'élève se sent à l'aise de partager les défis auxquels elle est confrontée à la maison. Elle commence à se sentir comprise et soutenue. Sa confiance en elle augmente de façon remarquable. Sa relation avec son enseignante fondée sur la confiance et la compréhension mutuelle s'intensifie.

Les autres élèves de la classe observent cette approche bienveillante, se sentent en sécurité pour partager leurs préoccupations, et à s'estimer mutuellement, créant ainsi un environnement d'apprentissage propice à leur réussite et à leur bien-être.

- **Consigne :** Relevez à partir de la situation proposée ci-haut les avantages liés à l'approche d'une communication bienveillante, adoptée par l'enseignante, sur le plan personnel, le plan interpersonnel, et sur l'environnement de la classe.

 <b>Plan personnel</b> • • • •	 <b>Plan interpersonnel</b> • •	 <b>Environnement de la classe</b> • • •
--	---	---

**NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document.**

#### 4.2.2.3 *Activité N° 3 : Contrôle de connaissances*

- **Consigne** : Choisissez la bonne réponse de chaque énoncé :

##### **1. Qu'est-ce que la communication bienveillante dans le contexte éducatif ?**

- a. Un mode de communication autoritaire.
- b. Une approche encourageant l'écoute, l'empathie et le respect.
- c. Une méthode de communication stricte sans prise en compte des émotions.

##### **2. Quel est l'un des avantages de la communication bienveillante en classe ?**

- a. Renforcement des relations positives.
- b. Création d'un climat négatif.
- c. Encouragement de la punition sévère.

##### **3. Comment la communication bienveillante contribue-t-elle à la gestion des comportements ?**

- a. En imposant des sanctions strictes.
- b. En ignorant les comportements inappropriés.
- c. En favorisant la résolution constructive des problèmes.

##### **4. Quel rôle joue la communication bienveillante dans le développement des compétences sociales des élèves ?**

- a. Elle entrave le développement des compétences sociales.
- b. Elle ne joue aucun rôle dans le développement des compétences sociales.
- c. Elle favorise le développement de compétences sociales positives.

##### **5. Pourquoi la communication bienveillante est-elle importante dans la résolution des conflits en classe ?**

- a. Parce qu'elle ignore les conflits.
- b. Parce qu'elle encourage la réflexion constructive et la résolution pacifique.
- c. Parce qu'elle intensifie les conflits.

**NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document.**

### 4.2.3 Synthèse de la séquence

Au cours de cette séquence, nous avons exploré les avantages de la communication bienveillante en milieu scolaire.

A travers des extraits de textes choisis, des études de cas et des situations variées, nous avons mis en lumière le rôle crucial que revêt la communication bienveillante dans la création d'un environnement d'apprentissage propice à la réussite et à l'épanouissement des élèves.

Nous avons détaillé, à ce propos, les avantages sur le plan personnel, en démontrant comment ce mode de communication assure le bien-être émotionnel des élèves, favorise l'expression libre des émotions et renforce leur confiance en eux.

Sur le plan interpersonnel, nous avons mis en évidence la manière dont cette approche renforce les relations enseignant-élève et crée un climat de classe fondé sur la confiance et le respect mutuel. Des compétences pratiques, telles que l'écoute active et la résolution constructive des conflits, ont été explorées pour améliorer la dynamique des relations.

Toutes les activités proposées ont illustré comment la communication bienveillante réduit les comportements perturbateurs, encourage la participation des élèves, et cultive l'empathie et le respect de l'autre.

En se dotant de connaissances et de compétences nécessaires, les participants sont désormais invités à intégrer la communication bienveillante dans leur pratique pédagogique.

## 5. Évaluation des apprentissages

### Etude de situations vécues en classe

- **Consigne** : Examinez bien les trois situations proposées. Choisissez la bonne attitude à adopter, puis décrivez votre démarche pour établir une communication bienveillante qui repose sur l'empathie, l'écoute attentive et le respect mutuel.

Situations	Quelle attitude adopterez-vous ?	Décrivez votre démarche pour établir une communication bienveillante avec l'élève.
1. Un élève donne une réponse inadéquate.	a. Se moquer de lui b. L'inviter à réviser son cours c. Lui reformuler la question.	
2. Un élève refuse de participer à une activité en groupe.	a. L'obliger à participer à l'activité b. Discuter avec lui pour savoir les causes de son refus c. Lui attribuer un zéro pour l'activité	
3. Un élève bavarde avec soin voisin pendant la leçon.	a. Le fixer des yeux b. Le faire sortir à l'oral c. Le faire participer activement.	

**NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document.**