

SEMAINE CONTRE L'INTIMIDATION  
ET LA VIOLENCE À L'ÉCOLE

PRÉVENTION DE LA  
VIOLENCE  
VERBALE

GUIDE  
D'ANIMATION

Préscolaire  
+  
Primaire  
+  
Secondaire

MES  
PAROLES,  
J'Y  
VOIS :

pour une communication  
positive à l'école

ENSEMBLE CONTRE

**l'intimidation**

Institut  
Pacifique

Centre Mariebourg | Résolution de conflits | Médiation sociale

Québec





© Institut Pacifique, 2015, tous droits réservés.

© Gouvernement du Québec  
Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche,  
2015, tous droits réservés.

Guide en français *Mes paroles, j'y vois : pour une communication positive à l'école*  
pour le préscolaire, primaire et secondaire (pdf) | 978-2-922390-49-0



## RÉALISATION

**Shirlane Day**, DIRECTRICE GÉNÉRALE

**Isabelle Boissé**, DIRECTRICE DU DÉVELOPPEMENT DES PROGRAMMES ET DES SERVICES

## RECHERCHE, CONCEPTION ET RÉDACTION

**Isabelle Boissé**, DIRECTRICE DU DÉVELOPPEMENT DES PROGRAMMES ET DES SERVICES

**Geneviève Duchesne**, FORMATRICE, CONSULTANTE ET MÉDIATRICE – PROGRAMMES ET SERVICES EN RÉOLUTION DE CONFLITS, INSTITUT PACIFIQUE

**Amandine le Polain de Waroux**, FORMATRICE ET CONSULTANTE – PROGRAMMES ET SERVICES EN RÉOLUTION DE CONFLITS, INSTITUT PACIFIQUE

**Rebecca Medeiros**, ÉDUATRICE, INSTITUT PACIFIQUE

**Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche**  
**Direction de l'adaptation scolaire et des services éducatifs complémentaires**

**Danielle marquis**, RESPONSABLE DU DOSSIER CLIMAT SCOLAIRE, VIOLENCE ET INTIMIDATION

**Louis Robitaille**, CHARGÉ DE PROJET AU DOSSIER CLIMAT SCOLAIRE, VIOLENCE ET INTIMIDATION

**François Sirois**, CHARGÉ DE PROJET AU DOSSIER CLIMAT SCOLAIRE, VIOLENCE ET INTIMIDATION

## COMITÉ DE RÉVISION

**Isabelle Boissé**, DIRECTRICE DU DÉVELOPPEMENT DES PROGRAMMES ET DES SERVICES, INSTITUT PACIFIQUE

**Shirlane Day**, DIRECTRICE GÉNÉRALE, INSTITUT PACIFIQUE

**Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche**  
**Direction de l'adaptation scolaire et des services éducatifs complémentaires**  
**et Direction des communications**

## DIRECTION ARTISTIQUE ET ILLUSTRATIONS

**Stéphane Lauzon Lefebvre**, DESIGNER GRAPHIQUE ET ILLUSTRATEUR, INSTITUT PACIFIQUE

# TABLE DES MATIÈRES



Présentation des partenaires	1
Description du projet <i>Mes paroles, j’y vois : pour une communication positive à l’école</i>	2
Quelques définitions	3
Quelques statistiques	5
Répercussions de la violence verbale et des incivilités verbales	5
Compétences personnelles et sociales : prévention de la violence verbale et maintien d’une communication bienveillante et positive	6
Présentation et description des activités pédagogiques proposées	8
Plan d’animation : <i>activité pour les adultes – La causerie positive</i>	10
Plan d’animation : <i>activité pour le préscolaire 5 ans et le 1<sup>er</sup> cycle du primaire – Le sac à mots</i>	16
Plan d’animation : <i>activité pour les 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles du primaire – Plein les bras</i>	20
Plan d’animation : <i>activité pour les 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> cycles du secondaire – Le sac à maux</i>	26
Plan d’animation : <i>activité pour les élèves et le personnel de l’école – Invasions positives</i>	33
Bibliographie	34

## PRÉSENTATION DES PARTENAIRES

### INSTITUT PACIFIQUE

L'Institut Pacifique est un organisme à but non lucratif qui développe, depuis 1976, des programmes et des services pour promouvoir des compétences en matière de résolution de conflits et de médiation auprès des jeunes du préscolaire, du primaire et du secondaire. Réputé pour la qualité et le sérieux de ses activités, il offre chaque année une formation sur la résolution pacifique des conflits à plus de 100 000 jeunes.

### MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE

La lutte contre l'intimidation et la violence à l'école est une priorité pour le gouvernement du Québec. Il en est de même pour le ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, qui soutient et accompagne les milieux scolaires depuis 2008 pour prévenir et traiter la violence et l'intimidation en favorisant l'instauration d'un climat scolaire positif et bienveillant. Il appuie les milieux scolaires, notamment dans l'application des dispositions de la Loi sur l'instruction publique et de celles de la Loi sur l'enseignement privé visant à prévenir et à combattre l'intimidation et la violence à l'école. Il alloue des ressources financières, confie des responsabilités à des agents de soutien régionaux qui possèdent une grande expertise et fournit des outils et des documents de référence sur le sujet.



## QUELQUES DÉFINITIONS

### LA COMMUNICATION

La communication est une notion large et complexe. Chaque personne qui communique alterne entre les rôles d'émetteur et de récepteur. Les attitudes et les actions dans chacun de ces rôles ont un effet sur tous les acteurs engagés dans la communication. Dans un contexte scolaire où un climat positif et bienveillant est primordial, on doit accorder une importance particulière aux messages verbaux transmis par tous les acteurs, et ce, au quotidien. En effet, qu'il s'agisse de propos clairs dirigés (insulte, allusion méprisante, etc.), d'une réaction verbale spontanée non dirigée (sacre, soupir, mot désobligeant, etc.) ou d'un mot grossier qui devient un code ou un mode de communication adopté par plusieurs personnes, ces messages verbaux sont porteurs de sens. Bien qu'ils soient souvent perçus comme anodins ou banals, ces propos ont inévitablement des répercussions non négligeables sur les personnes et sur le climat général. Pour contribuer au bien-être des gens et au maintien d'un climat positif et bienveillant, chaque acteur du milieu scolaire doit veiller au développement d'une communication verbale positive.

### LA VIOLENCE VERBALE<sup>1</sup>

La violence verbale se manifeste lorsqu'une personne utilise des paroles pour atteindre l'autre, directement ou indirectement, par des injures ou des messages méprisants ou humiliants. Elle peut se traduire notamment par des interdictions, du chantage, des insultes ou des menaces et crée une tension, voire un sentiment de détresse ou un état de peur. La violence verbale est la violence la plus répandue dans les milieux scolaires québécois et elle doit être reconnue comme telle par les différents acteurs pour que ses conséquences et ses répercussions sur les autres et sur l'environnement soient bien mesurées. La reconnaissance des propos verbaux violents, allant de l'insulte claire à l'allusion subtile, en passant par les menaces détournées, permet aux acteurs du milieu d'intervenir adéquatement et d'affirmer de manière cohérente et uniforme que ces propos et messages sont inacceptables dans un milieu que l'on veut sain et bienveillant pour tous.

### INCIVILITÉ ET CIVILITÉ

L'incivilité peut se définir par le manque de courtoisie, de politesse ou de respect de l'autre, souvent par ignorance ou par rejet des règles du savoir-vivre en société<sup>2</sup>. À l'inverse, la civilité est une attitude ou un comportement de respect et de considération à l'égard des autres qui favorise les relations harmonieuses et le partage pacifique de l'espace commun.

1. C. Beaumont, (2010), « La violence en milieu scolaire : S'entendre sur une définition opérationnelle du phénomène », *Vie pédagogique*, vol. 156, p. 9-11.

2. Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche. *Guide pour soutenir l'intervention du personnel scolaire dans la lutte contre l'intimidation et la violence à l'école*, document de travail à paraître.

Les incivilités verbales peuvent se manifester sous différentes formes, comme le fait d'émettre un sacre lors de la remise d'une note d'examen, d'omettre de faire usage de politesse, par exemple ne pas dire merci ou parler en même temps qu'un pair ou que l'enseignant. Les incivilités verbales peuvent être dirigées vers une autre personne. Elles peuvent également se manifester par des réactions impulsives et spontanées qui ne sont pas nécessairement dirigées intentionnellement vers l'autre. Qu'elles soient dirigées ou non, il importe de prendre conscience de leur effet négatif sur les gens et sur le climat général du milieu. Le cumul des incivilités peut affecter le climat de l'école, induire une impression de désordre ou un sentiment de non-respect, ou encore générer des conflits. Par contre, la civilité engendre divers effets positifs tels que l'établissement d'un lien de confiance réciproque entre les personnes, un sentiment de sécurité dans leur environnement et le respect mutuel.

### LA COMMUNICATION VERBALE POSITIVE

La communication verbale positive se traduit entre autres par le choix des personnes d'exprimer verbalement leurs émotions et leurs opinions de façon respectueuse et saine pour limiter les répercussions sur les autres et sur le climat général du milieu. Elle se manifeste par un ensemble de mots bienveillants et positifs empreints de civilité et de respect envers les personnes ou le groupe auquel on appartient. Elle illustre la volonté d'éviter l'expression négative, impulsive et violente d'une émotion ou d'une opinion donnée. La communication verbale positive se manifeste donc par un ensemble de paroles positives empreintes de respect envers les personnes et le groupe auquel on appartient, par le souci du bien-être de chacun ainsi que par un regard positif sur les autres. Elle comporte, en somme, tout ce que l'on peut entendre au quotidien dans une classe, dans un corridor, dans une cour de récréation, dans la salle du personnel, dans les échanges avec les parents et avec d'autres collaborateurs, qui a un effet positif et constructif sur les différents acteurs du milieu et sur le climat général de ce dernier.

## QUELQUES STATISTIQUES

La violence verbale demeure la forme de violence la plus répandue, qu'elle soit directe ou indirecte<sup>1</sup>.

### DANS LES ÉCOLES DU QUÉBEC, EN MOYENNE<sup>2</sup> :

**21 %** des élèves du primaire et **17 %** de ceux du secondaire disent avoir été insultés ou traités de noms par des pairs au moins deux à trois fois par mois durant l'année scolaire.

**20 %** des membres du personnel scolaire du primaire et **15 %** de ceux du secondaire disent avoir été la cible d'impolitesses ou d'insultes de la part des élèves au moins deux à trois fois par mois durant l'année scolaire.

**2 %** des élèves du primaire et **5 %** de ceux du secondaire disent avoir été la cible de cris, de sacres ou encore de regards méprisants de la part d'un adulte au moins deux à trois fois par mois durant l'année scolaire.

## RÉPERCUSSIONS DE LA VIOLENCE VERBALE ET DES INCIVILITÉS VERBALES

- Atteinte à l'intégrité psychologique.
- Dommages à la santé physique (maux de ventre, perte d'appétit, dépression, etc.).
- Détérioration des relations interpersonnelles.
- Diminution du sentiment de sécurité et de bien-être.
- Détérioration du climat général.

1. <http://www.stat.gouv.qc.ca>

2. Chaire de recherche sur la sécurité et la violence en milieu éducatif, *Portrait de la violence dans les établissements d'enseignement au Québec*, Rapport du groupe de recherche SÉVEQ, juin 2014.

## COMPÉTENCES PERSONNELLES ET SOCIALES : PRÉVENTION DE LA VIOLENCE VERBALE ET MAINTIEN D'UNE COMMUNICATION BIENVEILLANTE ET POSITIVE

La violence est un problème relationnel auquel il faut apporter des réponses relationnelles, notamment par des interventions éducatives visant le développement des compétences personnelles et sociales chez tous les élèves, les victimes, les auteurs et les témoins, et ce, dès le plus jeune âge<sup>1</sup>. Il est donc essentiel de s'y attarder lorsque l'on souhaite propager l'utilisation d'une communication verbale positive pour construire un environnement positif et bienveillant à l'école.

### PERCEPTIONS

Chacun interprète la réalité selon ses propres perceptions, elles-mêmes influencées par divers facteurs tels que l'éducation, les valeurs, les expériences de vie, les contrariétés, la fatigue, etc. Dans un contexte tel que le milieu scolaire, chaque élève interprète les messages émis autour de lui. Ses réactions verbales, entre autres, sont inévitablement liées à sa perception d'une situation donnée. En prenant conscience de son propre regard sur la situation et en le validant, l'élève sera en mesure de mieux comprendre celle-ci, de même que les sentiments qu'il éprouve. Cette prise de conscience lui permettra d'éviter que la situation ne dégénère ou lui permettra de s'exprimer de façon plus adéquate et moins impulsive. Le maintien d'un climat bienveillant dépend donc, entre autres, de la qualité des messages verbaux émis au quotidien et de la validation de perceptions personnelles qui permet d'éviter les réactions verbales impulsives ou violentes.

### GESTION DES ÉMOTIONS ET COMMUNICATION

Le milieu scolaire, de par sa mission de qualifier, d'instruire et de socialiser, amène l'élève à vivre différentes émotions liées à une multitude de réalités. En effet, les relations d'amitié, la vie en groupe, le rapport aux règles de conduite, les performances scolaires ou autres sont la source de plusieurs émotions, parfois difficiles à gérer. Celles-ci sont parfois exprimées de façon impulsive et peuvent donner lieu à des manifestations de violence, d'intimidation ou d'incivilités verbales, selon la gravité de la réaction. Il est donc primordial, pour le maintien d'un climat sain et bienveillant, d'accorder une attention particulière à une gestion et à une communication des émotions adéquates. Ceci amènera l'élève à reconnaître et à apprivoiser ses émotions, et à prendre un temps d'arrêt pour trouver un moyen sain et pacifique de les gérer. Il pourra alors communiquer efficacement et exprimer de façon juste ce qu'il ressent. D'ailleurs, pour l'élève, apprendre à transposer sa colère, son découragement ou sa peur en paroles le protégera des passages à l'acte agressif<sup>2</sup>

1. Chaire de recherche sur la sécurité et la violence en milieu éducatif, *Portrait de la violence dans les établissements d'enseignement au Québec*, Rapport du groupe de recherche SÉVEQ, juin 2014.

2. Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, « La violence à l'école : ça vaut le coup d'agir ensemble! », volume 1, numéro 7, hiver 2014, [http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site\\_web/documents/dpse/adaptation\\_serv\\_compl/BulletinViolenceEcole\\_Vol1No7Hiver2014\\_.pdf](http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/adaptation_serv_compl/BulletinViolenceEcole_Vol1No7Hiver2014_.pdf)

Une communication adéquate, efficace et maîtrisée permet donc de prévenir non seulement les manifestations de violence verbale dirigée vers l'autre, mais également les manifestations d'incivilités verbales. Elle contribue donc indéniablement au maintien d'un environnement sain et sécuritaire.

### ÉCOUTE ET EMPATHIE

Écouter, bien plus que le simple fait d'entendre, nécessite de bien diriger son attention, de faire un effort conscient d'accueil et de compréhension de ce que l'autre a à nous dire. L'élève à l'écoute et empathique est aussi attentif au message qu'à la personne qui le porte. Il prend conscience des répercussions des différents messages lancés par lui-même et par ses pairs. L'écoute et l'empathie permettent à l'élève de comprendre les avantages de communiquer de façon positive et constructive dans ses relations interpersonnelles au quotidien. Par ailleurs, le fait de se retrouver dans un milieu où les adultes font preuve d'écoute et d'empathie favorise nettement ces apprentissages.

## PRÉSENTATION ET DESCRIPTION DES ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES PROPOSÉES

Des activités pédagogiques destinées respectivement aux adultes, aux élèves du préscolaire 5 ans et du primaire, aux élèves du secondaire et à l'ensemble des membres (élèves et personnel) de l'établissement scolaire vous sont proposées dans le cadre de la semaine thématique. Vous pourrez aussi les utiliser toute l'année. La communication verbale positive est l'affaire de tous, tous les jours! Vous trouverez ci-dessous les modalités et les objectifs de chacune de ces activités.

### ACTIVITÉ POUR LES ADULTES – LA CAUSERIE POSITIVE

### ACTIVITÉS POUR LES ÉLÈVES (préscolaire et 1<sup>er</sup> cycle du primaire – 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles du primaire – 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> cycles du secondaire

### ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES ET LE PERSONNEL DE L'ÉCOLE – INVASIONS POSITIVES

<b>OBJECTIFS</b>	<p>À la fin de l'activité, l'adulte sera en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- de définir les notions de violence verbale, d'incivilité verbale et de communication verbale positive;</li> <li>- de prendre conscience des répercussions de ses propos sur les autres ainsi que sur le climat de la classe et de l'école;</li> <li>- de se responsabiliser quant à l'utilisation de propos positifs au quotidien;</li> <li>- d'associer les objectifs des différentes activités proposées aux élèves avec le thème de la semaine contre l'intimidation et la violence à l'école 2015–2016 : <i>Mes paroles, j'y vois : pour une communication positive à l'école</i>;</li> <li>- d'accompagner les élèves lors des différentes activités pédagogiques sur la communication verbale positive.</li> </ul>	<p>À la fin de l'activité, l'élève sera en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- définir les notions de violence verbale, d'incivilité verbale et de communication verbale positive;</li> <li>- prendre conscience des répercussions qu'ont ses propos sur les autres ainsi que sur le climat de la classe et de l'école;</li> <li>- se responsabiliser quant à l'utilisation de propos positifs au quotidien.</li> </ul>	<p>À la fin de l'activité, les adultes et les élèves seront en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- se mobiliser en vue de favoriser un climat scolaire positif et bienveillant;</li> <li>- s'impliquer collectivement en vue de favoriser le maintien d'un climat positif et bienveillant au sein de l'établissement scolaire.</li> </ul>
<b>PUBLIC VISÉ</b>	Personnel de l'école	Élèves de l'école	Ensemble de l'école (personnel et élèves)
<b>THÈMES TRAITÉS</b>	Violence verbale Incivilité verbale Communication verbale positive	Violence verbale Incivilité verbale Communication verbale positive	Violence verbale Incivilité verbale Communication verbale positive
<b>QUAND ET OÙ</b>	Au début de la Semaine contre l'intimidation et la violence à l'école ou à tout autre moment dans l'année, et de préférence dans une salle permettant de rassembler l'ensemble des membres du personnel scolaire.	Durant la Semaine contre l'intimidation et la violence à l'école, en classe.	Durant la Semaine contre l'intimidation et la violence à l'école (ou à tout autre moment dans l'année), à la suite de l'animation de l'activité pour les adultes <i>La causerie positive</i> , dans toute l'école, sur le site Web de l'école et sur les médias sociaux.

<b>COMMENT</b>	<p>Une animation, sous forme de causerie menée avec les membres du personnel à l'aide du plan d'animation et des outils (voir le plan d'animation à la page 10) du projet <i>Mes paroles, j'y vois</i> : pour une communication positive à l'école.</p>	<p>Une animation menée devant un groupe d'élèves à l'aide du plan d'animation et des outils (voir les plans d'animation aux pages 16, 20 et 26) du projet <i>Mes paroles, j'y vois</i> : pour une communication positive à l'école.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'affichage de citations en lien avec le thème dans les endroits stratégiques de l'école ainsi que sur le site Web et les réseaux sociaux de l'école.</li> <li>- L'affichage des phylactères (présentant des comportements attendus quant à la communication verbale positive dans l'école) dans les endroits stratégiques de l'école.</li> <li>- Le rassemblement de tous les membres de l'école (personnel et élèves) ou l'interpellation de ceux-ci par interphone et l'animation de cette activité à l'aide du plan d'animation et des outils (voir le plan d'animation à la page 33) du projet <i>Mes paroles, j'y vois</i> : pour une communication positive à l'école.</li> </ul>
<b>TYPES D'ACTIVITÉS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Questionnaire introspectif</li> <li>- Échanges et discussions</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bande dessinée (préscolaire et 1<sup>er</sup> cycle du primaire)</li> <li>- Technique d'impact (2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles du primaire et 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> cycles du secondaire)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Affichage de citations et de phylactères</li> <li>- Rassemblement ou diffusion orale</li> </ul>
<b>ANIMATEUR</b>	<p>Un membre de la direction, un professionnel ou un membre du comité mis sur pied dans le cadre des dispositions de la Loi sur l'instruction publique visant à prévenir et à combattre l'intimidation et la violence à l'école et de celles de la Loi sur l'enseignement privé.</p>	<p>Un enseignant ou un intervenant du milieu scolaire.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un membre de la direction, un professionnel ou un membre du comité mis sur pied dans le cadre des dispositions de la Loi sur l'instruction publique visant à prévenir et à combattre l'intimidation et la violence à l'école et de celles de la Loi sur l'enseignement privé.</li> <li>- Des élèves volontaires</li> </ul>
<b>DURÉE</b>	<p>50 minutes</p>	<p>50 minutes</p>	<p>Quelques minutes par jour pendant la Semaine contre l'intimidation et la violence à l'école et, idéalement, pendant toute l'année scolaire.</p>

## PLAN D'ANIMATION :

# LA CAUSERIE POSITIVE

## ACTIVITÉ POUR LES ADULTES

## OBJECTIFS

À la fin de l'activité, l'adulte sera en mesure de :

- définir les notions de violence verbale, d'incivilité verbale et de communication verbale positive;
- prendre conscience des répercussions qu'ont ses propos sur les autres ainsi que sur le climat de la classe et de l'école;
- se responsabiliser quant à l'utilisation de propos positifs au quotidien;
- associer les objectifs des différentes activités proposées aux élèves avec le thème de la Semaine contre l'intimidation et la violence à l'école 2015–2016 : *Mes paroles, j'y vois : pour une communication positive à l'école*;
- accompagner les élèves lors des différentes activités pédagogiques sur la communication verbale positive.

## MATÉRIEL | [education.gouv.qc.ca/semaineintimidation](http://education.gouv.qc.ca/semaineintimidation)

- Questionnaire introspectif *Ma communication verbale à l'école*, disponible sur le site du ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche.
- Crayons feutres pour chacune des tables.
- Un ou plusieurs phylactères vierges (site du ministère) pour chacune des tables.
- Facultatif : café, thé, sucreries.

### Note à l'animateur :

Pour plus d'information sur les modalités d'animation, voir les pages 8 et 9 du présent guide.

## DÉROULEMENT

### PRÉALABLE

- Installer la salle en favorisant la formation de petites équipes (plusieurs tables).
- Déposer un crayon feutre sur chacune des tables.

### INTRODUCTION

- Inviter les membres du personnel à prendre place.

- Annoncer la structure de l'activité en exposant les trois parties suivantes :
  - **Partie 1** : Réflexion personnelle ;
  - **Partie 2** : Information sur le thème et les concepts de la Semaine contre l'intimidation et la violence à l'école ;
  - **Partie 3** : Échanges, discussions et souhaits.

### PARTIE 1 : RÉFLEXION PERSONNELLE

- Distribuer le questionnaire introspectif *Ma communication verbale à l'école* à chaque participant.
- Mentionner qu'il n'y aura pas d'analyse ou de divulgation des résultats et que les réponses demeureront anonymes.
- Préciser que l'objectif est que chacun prenne conscience de certains aspects de sa communication verbale à l'école.
- Allouer quelques minutes pour que chacun remplisse le questionnaire individuellement.
- Effectuer un retour en demandant aux participants de partager leurs impressions sur l'exercice auquel ils viennent de participer. Faire émerger du groupe :
  - Les stratégies pour assurer une communication positive au quotidien avec ses collègues de travail et avec les élèves ;
  - La prise de conscience qu'ils sont des modèles et qu'ils influencent le climat.

### PARTIE 2 : INFORMATION SUR LE THÈME DE LA COMMUNICATION POSITIVE

- Introduire la semaine thématique en posant les questions suivantes et en s'inspirant des éléments de réponses possibles figurant ci-dessous :

#### QUESTIONS

**Question 1 :**  
Que sont la violence verbale et les incivilités verbales ?

#### ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

- La **violence verbale** se manifeste lorsqu'une personne utilise les paroles pour atteindre l'autre directement ou indirectement par des injures ou des messages méprisants ou humiliants. Elle peut se traduire notamment par des interdictions, du chantage, des insultes ou des menaces et crée une tension chez la personne, voire un sentiment de détresse, ou un état de peur.
- Les **incivilités verbales** se caractérisent par un manque de courtoisie, de politesse ou de respect de l'autre, souvent causé par l'ignorance ou le rejet des règles du savoir-vivre en société.

## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

- Le cumul de ces incivilités peut affecter le climat de l'école, induire une impression de désordre ou un sentiment de non-respect, ou encore générer des conflits.
- C'est pourquoi celles-ci doivent faire l'objet d'interventions éducatives en conformité avec les règles de vie de l'école.

**Question 2 :**

Quelles sont les manifestations de violence verbale et d'incivilités verbales observées dans le milieu de façon générale ?

- Toute forme de violence verbale observée dans le milieu :

**Exemples de violence verbale :**

- Insultes
- Rumeurs
- Menaces
- Insinuations désobligeantes
- Surnoms grossiers

- Toute forme d'incivilité verbale observée dans le milieu :

**Exemples d'incivilités verbales :**

- Sacrer
- Soupirer
- Interrompre la parole
- Réagir verbalement de façon négative à un propos.

**Question 3 :**

Quelles sont les répercussions de la violence verbale et des incivilités verbales ?

- Les répercussions de la violence verbale et des incivilités verbales sont nombreuses et affectent différentes cibles. On note, entre autres, les suivantes :
  - démotivation et désinvestissement des élèves qui subissent de la violence verbale de la part de leurs pairs ou d'un adulte;
  - atteinte à l'estime et à la confiance en soi;
  - irritation et perte de patience des membres du personnel subissant des incivilités verbales et de la violence verbale de la part des élèves;
  - apparition de malentendus, d'incompréhensions ou de conflits en raison d'une mauvaise communication ou même d'une absence de

communication engendrant divers sentiments tels que de la frustration, de la déception ou de la colère;

- bris de relations;
- diminution de la productivité et de la performance des élèves et des adultes;
- détérioration du climat général causée par la banalisation de propos grossiers utilisés fréquemment et négativisme dans les réactions générales verbales des personnes.

#### Question 4 :

Qu'est-ce que la communication verbale positive ?

- La communication verbale positive exclut la violence verbale, que celle-ci soit directe (ex. : injures dirigées envers quelqu'un) ou indirecte (ex. : rumeur à l'égard d'une personne). Elle exclut les incivilités verbales, principalement des réactions spontanées ou non, négatives, dirigées ou non, qui ont des répercussions sur l'environnement social.
- La communication verbale positive se manifeste principalement par le choix de chaque personne d'exprimer verbalement ses émotions et ses opinions de façon respectueuse et adéquate pour limiter les répercussions sur les autres et sur le climat général.
- La communication verbale positive se compose, en somme, de tout ce que l'on peut entendre au quotidien dans une classe, dans un corridor, dans une cour de récréation, dans la salle du personnel, dans les échanges avec les parents et avec d'autres collaborateurs, qui a un effet positif et constructif sur les différents acteurs du milieu et sur le climat général.
- La communication verbale positive s'illustre, entre autres, par l'emploi de mots judicieux, par des encouragements, par l'expression juste de ses émotions sans traces d'accusations et par la volonté de ne pas exprimer d'émotions ou d'opinions négatives, impulsives et violentes.

## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

## Exemples de communication verbale positive :

- Saluer les collègues et les élèves que l'on connaît.
- Souligner verbalement, de façon positive, les bonnes idées des élèves et des collègues.
- Exprimer ses émotions et ses points de vue de façon calme et respectueuse.
- Ne pas soupirer ou sacrer en réaction à un comportement ou aux propos d'un élève ou d'un collègue.

**Question 5 :**

Comment peut-on être attentif à son mode de communication ?

Comment promouvoir une communication verbale positive auprès des élèves ?

Comment les actions contribuent-elles au maintien d'un climat positif et bienveillant ?

- La façon de communiquer a un effet non seulement sur la personne à laquelle on s'adresse et sur le groupe qui en est témoin, mais également sur le climat général.
- Cette communication verbale positive et bienveillante peut se manifester par le déploiement de certaines valeurs telles que la politesse, la courtoisie, le respect des différences, la confiance en l'autre, le souci du bien-être de chacun ou le regard positif sur les autres.
- Il est aussi possible de contribuer au maintien d'un climat positif et bienveillant en soulignant les comportements positifs, les succès ou encore les efforts fournis par les élèves et les collègues.

**PARTIE 3 : ÉCHANGES, DISCUSSIONS ET SOUHAITS**

- Rappeler aux participants quelques-unes des manifestations de violence verbale et d'incivilités verbales nommées précédemment.
- Rappeler également que la communication verbale positive se manifeste par un choix judicieux de mots et d'expressions verbales au quotidien.
- En tenant compte des éléments mentionnés précédemment, demander aux participants d'échanger, de discuter et d'opter pour des comportements précis et constructifs (ex. : remercier, proposer son aide, s'excuser si on bouscule quelqu'un, encourager, féliciter, indiquer un désaccord de façon adéquate, montrer son écoute en reformulant, avoir des propos adaptés à un espace public) dans la communication verbale auxquels ils souhaiteraient que les élèves et les membres du personnel adhèrent et qu'ils adoptent cette année. (Encourager les gens à éviter les interdictions dans la formulation de leurs attentes.)

- Remettre un ou plusieurs phylactères vierges à chacune des tables et demander aux participants d'y inscrire le ou les comportements choisis, soit un comportement par phylactère.
- Informer les participants que durant la semaine thématique, ces phylactères seront affichés dans divers endroits de l'école pour annoncer aux élèves et rappeler aux membres du personnel les comportements positifs attendus dans leur communication verbale que tous souhaiteraient voir se propager dans l'école.
- Préciser aux participants que lors des activités avec les élèves, ceux-ci seront également invités à produire des phylactères avec des comportements souhaités. Ces phylactères pourront aussi être affichés.
- Récupérer les phylactères pour les réutiliser pendant l'activité pour les élèves et le personnel de l'école *Invasions positives* (page 33 du présent guide).
- Conclure en remerciant les membres du personnel de leur participation à l'activité et en les encourageant à être des agents actifs dans la promotion de la communication verbale positive au sein de leur milieu. Être sensible aux besoins de formation ou de soutien qui pourraient émerger de la rencontre.

## PLAN D'ANIMATION :

**LE SAC À MOTS**ACTIVITÉ POUR LE PRÉSCOLAIRE 5 ANS ET LE 1<sup>ER</sup> CYCLE DU PRIMAIRE**OBJECTIFS**

À la fin de l'activité, l'élève sera en mesure de :

- définir les notions de violence verbale, d'incivilité verbale et de communication verbale positive;
- prendre conscience des répercussions de ses propos sur les autres ainsi que sur le climat de la classe et de l'école;
- se responsabiliser quant à l'utilisation de propos positifs et respectueux au quotidien.

**MATÉRIEL** | [education.gouv.qc.ca/semaineintimidation](http://education.gouv.qc.ca/semaineintimidation)

- Bande dessinée disponible en format PDF sur le site du ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche (MEEESR), à imprimer en nombre suffisant pour chaque élève de la classe ou à projeter sur un écran.
- Phylactères vierges (site du ministère).

**Note à l'animateur :**

*Pour plus d'information sur les modalités d'animation, voir les pages 8 et 9 du présent guide.*

**DÉROULEMENT**

- Projeter la bande dessinée sur un écran ou distribuer un exemplaire à chaque élève de la classe.
- Demander à deux élèves volontaires de lire la bande dessinée à voix haute. Si les élèves ne savent pas encore lire, lire vous-même la bande dessinée.
- Poser ensuite les questions suivantes aux élèves, y répondre en s'inspirant du contenu ci-dessous et susciter la discussion.

## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

**Question 1 :**  
Qu'est-ce qui ne va pas chez Lucien ?

- Lucien a mal au dos, car son sac est beaucoup trop lourd.
- Lucien est épuisé, fatigué. Il ne veut plus porter un sac aussi lourd.

**Question 2 :**  
Pourquoi le sac à dos de Lucien est-il aussi lourd ?

- Le sac à dos de Lucien est lourd, car il contient des « mauvais mots » que tout le monde dit plusieurs fois dans une journée.
- Ces mots ne sont pas toujours contre quelqu'un, ils sont aussi les « mauvais mots » que l'on dit à voix haute et qui ne s'adressent pas à quelqu'un en particulier (ex. : *pff, c'est plate cet exercice, beurk, ça pue ici !*).
- Le sac à dos est lourd, car l'ensemble de ces mots a des répercussions sur le bien-être des personnes et sur l'ambiance de la classe, même si on ne le réalise pas toujours (ex. : si les élèves rouspètent chaque fois que l'enseignant propose un exercice, cela peut finir par le décourager; si personne ne vous dit merci lorsque vous prêtez votre matériel, à la longue, vous ne souhaitez plus le partager).

**Question 3 :**  
Est-ce que les mots du sac à dos de Lucien sont positifs ?

- Non. En effet, ces mots représentent de la violence verbale et des incivilités verbales.
- La **violence verbale**, c'est utiliser la parole pour faire mal à quelqu'un, directement, en lui adressant des mots grossiers ou des messages méchants ou, indirectement, en répandant des rumeurs ou des mensonges à son égard.

#### Exemples de violence verbale :

Note : Vous pouvez également reprendre les exemples figurant dans l'annexe de la présente activité.

- *T'es qu'un bébé, tu pleures tout le temps.*
- *Dégage, tu pues.*
- *Elle est nulle, elle sait même pas lire.*

## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

- Les **incivilités verbales** consistent à manquer de politesse ou de respect envers les autres (ex. : remercier, demander la permission, s'excuser). Elles sont souvent des réactions négatives que l'on exprime tout haut, même si on ne les adresse à personne.

#### Exemples d'incivilités verbales :

Note : Vous pouvez également reprendre les exemples figurant dans l'annexe de la présente activité.

- *C'est plate comme exercice.*
- *Oh non, pas encore ! J'haïs ça l'école.*
- *C'est pas juste, c'est toujours lui qu'on choisit pour ceci ou cela.*

#### Question 4 :

Quels sont les autres mots entendus à l'école et qui pourraient se trouver dans le sac à dos de Lucien ?

- Les expressions verbales ou les mots utilisés par les élèves ou par les adultes.

#### Question 5 :

Quelles répercussions ces mots peuvent-ils entraîner ?

- Même si l'on croit que l'on oublie rapidement les mots que l'on entend, certains d'entre eux ont des répercussions sur les personnes et sur le climat de la classe.
- Les répercussions ne sont pas toujours visibles, comme se sentir triste, avoir peur, avoir mal au ventre.
- La violence verbale ou la méchanceté envers un ami peut briser une amitié.
- Les mots négatifs peuvent faire en sorte qu'il est moins agréable d'être en classe ou à l'école, et ce, autant pour les élèves que pour l'enseignant.
- Dans la bande dessinée, Lucien est triste, car son sac est rempli de mots négatifs.

#### Question 6 :

Comment peut-on faire pour se respecter les uns et les autres et favoriser un bon climat au sein de la classe ?

- En utilisant une communication verbale positive.

**Question 7 :**

Qu'est-ce que la communication verbale positive ?

- La communication verbale positive consiste à utiliser des mots positifs et gentils qui respectent les personnes et le groupe auquel on appartient; elle favorise le vivre-ensemble.
- Voici des exemples de comportements qui favorisent une communication verbale positive :
  - être attentif aux mots que l'on utilise pour contribuer au respect de chacun et au bon climat de la classe;
  - exprimer ses opinions, ses sentiments, ses frustrations calmement, respectueusement et sans porter d'accusations;

#### Exemples de communication verbale positive :

- *J'aimerais que tu arrêtes, s'il te plaît.*
- *Je n'aime pas beaucoup cette activité.*
- *Ça me fait de la peine que tu me dises que mon dessin n'est pas beau.*
- s'intéresser à l'autre, poser des questions sur ses intérêts et ses goûts, et le respecter même s'il est différent;
- utiliser des mots positifs dans ses interactions au quotidien;

#### Exemples de propos positifs :

- *Bravo, tu as réussi!*
- *J'aime bien cette activité, c'était amusant!*
- *Je m'excuse de t'avoir bousculé.*
- *Merci de me prêter ton crayon.*
- dire davantage de mots positifs et moins de mots négatifs pour maintenir un climat positif et bienveillant dans la classe et dans l'école.

- Inviter les élèves à dire quelles attitudes ou paroles peuvent contribuer à une communication verbale positive avec quelqu'un dans la classe ou dans l'école. Incrire celles-ci dans des phylactères vierges et conserver ces derniers pour l'activité *Invasions positives* (page 33 du présent guide).
- Conclure l'activité en remerciant les élèves de leur participation et en les encourageant à utiliser des mots positifs durant toute l'année scolaire.

## PLAN D'ANIMATION :

**PLEIN LES BRAS**ACTIVITÉ POUR LES 2<sup>ES</sup> ET 3<sup>ES</sup> CYCLES DU PRIMAIRE**OBJECTIFS**

À la fin de l'activité, l'élève sera en mesure de :

- définir les notions de violence verbale, d'incivilité verbale et de communication verbale positive;
- prendre conscience des répercussions qu'ont ses propos sur les autres ainsi que sur le climat de la classe et de l'école;
- se responsabiliser quant à l'utilisation de propos positifs au quotidien.

**MATÉRIEL** | [education.gouv.qc.ca/semaineintimidation](http://education.gouv.qc.ca/semaineintimidation)

- Neuf objets lourds à la disposition de l'enseignant.
- Neuf énoncés inscrits sur des languettes de papier distinctes (ou sur une même feuille si vous optez pour la variante mentionnée ci-dessous). Il existe une liste d'énoncés distincte pour les élèves des 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles du primaire (annexe *Plein les bras* – 2<sup>e</sup> cycle du primaire; annexe *Plein les bras* – 3<sup>e</sup> cycle du primaire). Elles sont toutes les deux disponibles en format PDF sur le site du ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche.
- Phylactères vierges (site du ministère).

**Note à l'animateur :**

Pour plus d'information sur les modalités d'animation, voir les pages 8 et 9 du présent guide.

**DÉROULEMENT**

- Demander à un élève volontaire de venir à l'avant de la classe.
- Distribuer à neuf autres élèves volontaires une des languettes ainsi qu'un des neufs objets lourds sélectionnés pour l'activité.
- Inviter l'élève ayant l'énoncé numéro 1 à se lever.
- Demander à l'élève posté à l'avant de la classe de rejoindre l'élève debout et de tendre les bras devant lui.
- Faire lire l'énoncé à voix haute par l'élève l'ayant reçu et lui demander de déposer l'objet qu'on lui a remis dans les bras de l'élève qui s'est approché de lui.

- Répéter le même processus pour les huit autres énoncés.
- Inviter l'élève portant les objets à revenir à l'avant de la classe et lui poser la question suivante : *Comment te sens-tu de devoir porter tous ces objets ?*
- Sans insister davantage, recueillir les commentaires de l'élève, récupérer les objets et l'inviter à regagner sa place.
- Remercier tous les volontaires ayant participé à l'activité.
- Poser ensuite les questions suivantes aux élèves, y répondre en s'inspirant du contenu ci-dessous et susciter la discussion.

## VARIANTE

---

- Inviter trois élèves volontaires à venir à l'avant de la classe.
- Demander au premier élève de tendre les bras devant lui.
- Mettre neuf objets lourds à la disposition du deuxième élève et remettre la feuille comportant les neuf énoncés au troisième élève.
- Demander à l'élève qui a la feuille d'énoncés de lire le premier à voix haute.
- Demander au deuxième élève de déposer un objet dans les bras du premier élève.
- Répéter le même processus pour les huit autres énoncés.
- Poser la question suivante au premier élève : *Comment te sens-tu de devoir porter tous ces objets ?*
- Sans insister davantage, recueillir les commentaires de l'élève, récupérer les objets et inviter les trois élèves à regagner leur place.
- Remercier les volontaires ayant participé à l'activité.
- Poser ensuite les questions suivantes aux élèves, y répondre en s'inspirant du contenu ci-dessous et susciter la discussion.



## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

**Question 1 :**

Que représentent les objets ?

- Chaque objet représente un mot blessant, dérangeant ou violent.
- Tous les mots ont un poids, même ceux qui semblent inoffensifs ou anodins. Certains mots sont plus lourds que d'autres.
- La somme de tous ces mots pèse lourd et a des répercussions non seulement sur les autres, mais aussi sur le climat de la classe ou de l'école.
- L'accumulation de tous ces mots blessants, méchants ou impolis peut nuire au sentiment de bien-être dans la classe et à l'école, et ce, tant pour les élèves que pour l'enseignant.

**Question 2 :**

Qu'ont en commun tous ces énoncés ?

- Chacun des énoncés correspond à de la violence verbale ou à des incivilités verbales.

**Question 3 :**

Que sont la violence verbale et les incivilités verbales ?

- La **violence verbale** se manifeste lorsqu'une personne utilise des paroles pour atteindre l'autre directement ou indirectement par des injures ou des messages méprisants ou humiliants. Elle peut se traduire notamment par des interdictions, du chantage, des menaces et des insultes, et crée une tension chez la personne, voire un sentiment de détresse ou un état de peur.
- Les **incivilités verbales** se caractérisent par un manque de courtoisie, de politesse ou de respect de l'autre.
- Ces gestes de violence verbale et ces incivilités verbales peuvent atteindre trois « cibles » :
  - 1- Nos amis, nos connaissances (énoncés 1, 2 et 3 de l'activité à laquelle les élèves viennent de participer).
  - 2- Des personnes avec qui nous avons peu de liens, des inconnus (énoncés 4, 5 et 6).
  - 3- Le climat, l'atmosphère dans le groupe auquel on appartient (énoncés 7, 8 et 9).

## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

**Question 4 :**

Quels sont les autres mots ou expressions verbales entendus à l'école qui représentent de la violence verbale ou des incivilités verbales ?

- Les expressions verbales ou les mots utilisés par les élèves ou par les adultes.

**Question 5 :**

Quelles répercussions ont les mots sur les individus ou sur le climat général ?

- Il est parfois difficile d'imaginer les répercussions que peuvent avoir les mots lorsque nous n'en sommes pas la cible principale. Pourtant, ils peuvent avoir des conséquences bien qu'elles ne soient pas toujours visibles.
- C'est souvent l'ensemble des mots négatifs employés quotidiennement qui a un effet négatif sur les gens et sur le climat général de la classe et de l'école.

**Exemples de répercussions possibles :**

- Diminution de l'estime de soi.
  - Création de conflits.
  - Détérioration des relations interpersonnelles et de la communication.
  - Problèmes de santé physique (ex. : maux de ventre, stress).
  - Diminution du sentiment de bien-être.
  - Sentiment de peur, de confusion, d'insécurité, etc.
- Ces répercussions influencent directement le bien-être de chaque personne dans la classe et dans l'école ainsi que le climat général du milieu scolaire.

**Question 6 :**

Qu'est-ce que la communication verbale positive ?

- La communication verbale positive se manifeste par un ensemble de mots bienveillants empreints de civilité et de respect envers les membres du groupe auquel on appartient; elle favorise le vivre-ensemble.

## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

**Question 7 :**

Comment peut-on contribuer à un climat positif et bienveillant ?

- Chacun peut contribuer au respect mutuel et à la poursuite du déploiement d'un climat positif et bienveillant :
  - en évitant les propos discriminatoires basés sur des préjugés;
  - en étant attentif aux mots qu'il utilise;
  - en choisissant ses mots et ses expressions verbales;
  - en exprimant ses opinions, ses sentiments et ses frustrations calmement, respectueusement et sans porter d'accusations;

**Exemples de communication verbale positive :**

- *J'aimerais bien que tu arrêtes de critiquer ma façon de jouer... Peux-tu me montrer comment tu fais, svp ?*
- *Je suis vraiment déçue de ma note, je pensais faire mieux.*
- *Je suis triste que tu ne m'aies pas choisie dans ton équipe. La prochaine fois peut-être ?*

- en respectant les conditions d'une bonne communication (parler chacun son tour, parler au « je », parler calmement et respectueusement, se placer à l'écart des autres). Cela permet de communiquer en favorisant un échange constructif, prévenant ainsi les tensions et les conflits;
- en s'intéressant aux autres, en leur posant des questions sur leurs champs d'intérêt et leurs goûts, même s'ils sont différents des siens;
- en utilisant des expressions positives dans ses interactions au quotidien;

**Exemples de communication positive :**

- *Cette activité a l'air amusante !*
- *N'abandonne pas ! Cet exercice est difficile, mais tu vas y arriver, tu es capable.*
- *Excuse-moi de t'avoir bousculé.*
- *Merci de ton aide.*

## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

- en étant attentif aux gestes ou aux mots négatifs qu'il utilise spontanément lorsqu'il vit quelque chose de désagréable et en essayant de les éviter (soupirs, jurons, plaintes, « chialage », etc.).
  - Chaque marque de civilité, de politesse ou de courtoisie contribue au vivre-ensemble et a un effet positif sur le climat général.
- 
- Inviter les élèves à dire quelles attitudes et paroles peuvent contribuer à une communication verbale positive avec quelqu'un dans la classe ou à l'école. Les inscrire dans des phylactères vierges et conserver ces phylactères pour l'activité *Invasions positives* (voir la page 33 du présent guide).
  - Conclure l'activité en remerciant les élèves de leur participation et en les encourageant à utiliser une communication verbale positive tout au long de l'année scolaire.

## PLAN D'ANIMATION :

# LE SAC À MAUX

ACTIVITÉ POUR LES 1<sup>ER</sup> ET 2<sup>E</sup> CYCLES DU SECONDAIRE

## OBJECTIFS

À la fin de l'activité, l'élève sera en mesure de :

- définir les notions de violence verbale, d'incivilité verbale et de communication verbale positive;
- prendre conscience des répercussions qu'ont ses propos sur les autres ainsi que sur le climat de la classe et de l'école;
- se responsabiliser quant à l'utilisation de propos positifs au quotidien.

## MATÉRIEL | [education.gouv.qc.ca/semaineintimidation](http://education.gouv.qc.ca/semaineintimidation)

- Un sac à dos vide.
- Neuf objets lourds à la disposition de l'enseignant.
- Neuf énoncés inscrits sur des languettes distinctes (ou sur une même feuille si vous optez pour la variante mentionnée ci-dessous). Il existe une liste d'énoncés distincte pour les élèves du 1<sup>e</sup> et du 2<sup>e</sup> cycle du secondaire (annexe *Le sac à maux* – 1<sup>er</sup> cycle du secondaire, annexe *Le sac à maux* – 2<sup>e</sup> cycle du secondaire). Elles sont toutes les deux disponibles en format PDF sur le site du ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche.
- Phylactères vierges (site du ministère).

### *Note à l'animateur :*

*Pour plus d'information sur les modalités d'animation, voir les pages 8 et 9 du présent guide.*

## DÉROULEMENT

- Demander à un élève volontaire à venir à l'avant de la classe.
- Remettre à l'élève le sac à dos et l'inviter à le porter sur son dos.
- Distribuer à neuf autres élèves volontaires de la classe une des languettes ainsi qu'un des neuf objets lourds sélectionnés pour l'activité.
- Inviter l'élève ayant l'énoncé numéro 1 à se lever.
- Demander à l'élève portant le sac à dos de rejoindre l'élève debout.
- Faire lire l'énoncé à voix haute par l'élève l'ayant reçu et lui demander de déposer l'objet qu'on

lui a remis dans le sac à dos de son camarade.

- Répéter le même processus pour les huit autres énoncés.
- Inviter l'élève portant le sac à dos à revenir à l'avant de la classe et lui poser la question suivante : *Comment te sens-tu de devoir porter ce sac à dos ?*
- Sans insister davantage, recueillir les commentaires de l'élève, récupérer le sac à dos et les objets et l'inviter à regagner sa place.
- Remercier les volontaires ayant participé à l'activité.
- Poser ensuite les questions suivantes aux élèves, y répondre en s'inspirant du contenu ci-dessous et susciter la discussion.

## VARIANTE

---

- Inviter trois élèves volontaires à venir à l'avant de la classe.
- Remettre un sac à dos au premier volontaire et l'inviter à le porter sur son dos.
- Mettre neuf objets lourds à la disposition du second élève et remettre la feuille comportant les neuf énoncés au troisième élève.
- Demander à l'élève qui a la feuille d'énoncés de lire le premier à voix haute.
- Demander au deuxième élève de déposer un objet dans le sac à dos du premier élève.
- Répéter le même processus pour les huit autres énoncés.
- Poser la question suivante au porteur du sac à dos : *Comment te sens-tu de devoir porter ce sac à dos ?*
- Sans insister davantage, recueillir les commentaires de l'élève et récupérer le sac à dos et les objets.
- Remercier les volontaires et les inviter à regagner leur place.
- Poser ensuite les questions suivantes aux élèves, y répondre en s'inspirant du contenu ci-dessous et susciter la discussion.



## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

**Question 1 :**

Que représentent les objets ?  
Que représente le sac à dos ?

- Les objets lourds représentent l'impact, le poids des propos négatifs et violents que nous entendons au quotidien.
- Les objets sont lourds car, bien que les propos puissent paraître anodins ou inoffensifs, ils ont des répercussions importantes sur les gens ou sur le climat général de la classe ou de l'école.
- Le sac à dos représente le climat de la classe et de l'école ainsi que le moral des personnes qui s'y trouvent.
- Le sac à dos est lourd, car l'ensemble des propos négatifs que l'on entend quotidiennement rend le climat général de la classe et de l'école moins agréable et a un effet négatif sur le moral des gens.

**Question 2 :**

Qu'ont en commun tous ces énoncés ?

- Chacun des énoncés correspond à de la violence verbale ou à des incivilités verbales.

**Question 3 :**

Qu'est-ce que la violence verbale et les incivilités verbales ?

- La **violence verbale** se manifeste lorsqu'une personne utilise la parole pour atteindre l'autre directement ou indirectement par des injures ou des messages méprisants ou humiliants. Elle peut se traduire notamment par des interdictions, du chantage, des menaces et des insultes, et crée une tension chez la personne, voire un sentiment de détresse ou un état de peur.
- Les **incivilités verbales** se caractérisent par un manque de courtoisie, de politesse ou de respect de l'autre, souvent causé par l'ignorance ou le rejet des règles du vivre-ensemble.

**Exemples d'incivilités verbales :**

- Se traiter de « con » entre amis.
- Sacrer lorsqu'on reçoit une mauvaise note.
- Couper la parole à quelqu'un.

- Cette violence verbale et ces incivilités verbales peuvent atteindre trois « cibles » :
  - 1- Nos amis, nos connaissances (énoncés 1, 2 et 3 de l'activité à laquelle les élèves viennent de participer).
  - 2- Des personnes avec qui nous avons peu de liens, des inconnus (énoncés 4, 5 et 6).
  - 3- Le climat, l'atmosphère du groupe auquel on appartient (énoncés 7, 8 et 9).
- La violence verbale et les incivilités verbales sont parfois perçues comme faisant partie du langage courant et, par conséquent, trop souvent banalisées.
- L'utilisation de certaines expressions désobligeantes ou grossières devient même un signe d'appartenance à un groupe.
- La banalisation et la tolérance de l'utilisation de propos violents ou représentant des incivilités influencent négativement les individus et le climat de la classe et de l'école.

**Question 4 :**

Quels sont les autres mots ou expressions verbales entendus à l'école qui représentent de la violence verbale ou des incivilités verbales ?

- Les expressions verbales ou les mots utilisés par les élèves ou par les adultes.

**Question 5 :**

Quels sont les répercussions de la violence verbale et des incivilités verbales ?

- Il est parfois difficile d'imaginer les répercussions que peuvent avoir les mots lorsque nous n'en sommes pas la cible principale. Pourtant, ils ont des conséquences bien qu'elles ne soient pas toujours visibles.
- C'est souvent l'accumulation de mots négatifs ou violents utilisés quotidiennement qui a un impact négatif sur les gens et sur le climat général de la classe et de l'école.

**Exemples de répercussions possibles :**

- Diminution de l'estime de soi.
- Création de conflits.

## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

- Détérioration des relations interpersonnelles et de la qualité de la communication.
  - Problèmes de santé physique (ex. : maux de ventre, stress, dépendance à certaines substances illicites).
  - Diminution du sentiment de bien être.
  - Sentiment de peur, de confusion, d'insécurité, etc.
- Ces répercussions influencent directement le bien-être de chaque personne dans la classe et dans l'école ainsi que le climat général du milieu scolaire.

**Question 6 :**

La violence verbale et les incivilités verbales sont-elles normales et acceptables?

- Non, la violence verbale ainsi que les incivilités verbales ne sont ni normales, ni acceptables.
- Les émotions telles que la frustration, la déception, la colère ou encore la tristesse sont normales. Par contre, tous les modes d'expression de ces différents sentiments ne sont pas pour autant acceptables.

**Les exemples suivants sont des attitudes qui manquent de respect et de civilité et qui nuisent au vivre-ensemble :**

**Note :** Vous pouvez également reprendre les exemples figurant dans l'annexe de la présente activité.

- Hurler ou injurier quelqu'un parce qu'on est en colère.
- Faire courir une rumeur sur quelqu'un qui nous a déçus.
- Sacrer en recevant une mauvaise note.
- Critiquer l'enseignant tout bas dans son dos.
- Soupirer lorsqu'un élève pose une question, etc.

**Question 7 :**

Qu'est-ce que la communication positive?

- La communication verbale positive se manifeste par un ensemble de mots bienveillants empreints de civilité et de respect envers les membres du groupe auquel on appartient; elle favorise le vivre-ensemble.

**Question 8 :**

Comment peut-on contribuer à un climat positif et bienveillant ?

- Chacun peut contribuer au respect mutuel et à la poursuite du déploiement d'un climat positif et bienveillant :
  - en évitant ainsi la discrimination basée sur des préjugés ;
  - en étant attentif aux mots qu'il utilise ;
  - en choisissant ses mots et ses expressions ;
  - en exprimant ses opinions, ses sentiments et ses frustrations calmement, respectueusement et sans porter d'accusations ;

**Exemples de communication verbale positive :**

- *Je ne suis pas d'accord avec ton idée, peut-on en discuter ?*
- *Je suis vraiment déçu de ma note, je pensais faire mieux.*

- en respectant les conditions d'une bonne communication (parler au « je », être calme et respectueux, être dans un endroit propice, etc.). Cela permet de communiquer en favorisant un échange constructif, prévenant ainsi les tensions et les conflits ;
- en s'intéressant aux autres, en leur posant des questions sur leurs champs d'intérêt et leurs goûts, et en respectant les différences ;
- en ayant un échange constructif avec autrui, ce qui favorise des relations interpersonnelles saines ;
- en étant attentif aux gestes ou aux mots négatifs qu'il utilise spontanément lorsqu'il vit quelque chose de désagréable et en essayant de les éviter (soupirs, jurons, etc.).

**Par exemple, les attitudes suivantes peuvent contribuer au déploiement d'un climat positif et bienveillant :**

- Participer activement au cours en échangeant ses idées.
- Encourager un élève qui a de la difficulté dans un cours.
- Respecter le droit de parole de l'enseignant et des élèves.
- Saluer les enseignants dans les couloirs.

## QUESTIONS

## ÉLÉMENTS DE RÉPONSES POSSIBLES

- Remercier le personnel de la cafétéria.
  - Remercier les différents membres du personnel qui offrent leur aide.
  
  - Toutes ces marques de civilité, de politesse et de courtoisie contribuent au vivre-ensemble et ont un effet positif sur le climat général.
- 
- Inviter les élèves à dire quelles attitudes et paroles peuvent contribuer à une communication verbale positive avec quelqu'un dans la classe ou à l'école. Inscrire ces attitudes verbales dans des phylactères vierges et conserver ces phylactères pour l'activité *Invasions positives* (voir la page 33 du présent guide).
  - Conclure l'activité en remerciant les élèves de leur participation et en les encourageant à utiliser la communication verbale positive tout au long de l'année scolaire.

## PLAN D'ANIMATION :

**INVASIONS POSITIVES**

ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES ET LE PERSONNEL DE L'ÉCOLE

**OBJECTIFS**

À la fin de l'activité, les élèves et le personnel de l'école seront en mesure de :

- se mobiliser en vue de favoriser un climat scolaire positif et bienveillant;
- s'impliquer collectivement en vue de favoriser la poursuite du déploiement d'un climat positif et bienveillant au sein des établissements scolaires.

**MATÉRIEL** | [education.gouv.qc.ca/semaineintimidation](http://education.gouv.qc.ca/semaineintimidation)

- Citations disponibles sur le site du ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche.
- Phylactères remplis par les membres du personnel scolaire et comprenant des comportements positifs visant à favoriser le déploiement d'un climat positif et bienveillant.
- Phylactères remplis par les élèves.

*Note à l'animateur :*

*Pour plus d'information sur les modalités d'animation, voir les pages 8 et 9 du présent guide.*

**DÉROULEMENT****TOUT AU LONG DE LA SEMAINE THÉMATIQUE**

- Afficher au fur et à mesure les citations choisies ainsi que les phylactères remplis par les élèves et les adultes, à divers endroits dans l'école (ex. : couloirs, secrétariat, cafétéria, toilettes, etc.) ainsi que sur le site Web ou la page *Facebook* de l'école.

**LE JEUDI OU LE VENDREDI DE LA SEMAINE THÉMATIQUE**

- Rassembler l'ensemble des élèves (ou procéder par niveau ou par cycle) dans la cour ou dans le gymnase ou solliciter l'attention de toute l'école par l'interphone.
- Lire certaines des citations affichées durant la semaine ainsi que les phylactères remplis par les adultes et les élèves, afin de souligner les comportements positifs que les membres de l'école et les élèves souhaitent voir se propager dans l'école pour maintenir un climat général satisfaisant pour tous.
- Terminer en encourageant les élèves à être attentifs à leurs propos en vue de propager une communication verbale positive entre eux et envers les adultes.

## BIBLIOGRAPHIE

### OUVRAGES

Beaumont, C. (2010). « La violence en milieu scolaire : S'entendre sur une définition opérationnelle du phénomène », *Vie pédagogique*, vol. 156, p. 9-11.

Bovay M. (2007). *La violence faite à l'école : Apprendre à vivre ensemble*, Québec, Éditions, Septembre, 144 p.

D'Ansembourg, T. (2014). *Cessez d'être gentil, soyez vrai! Être avec les autres en restant soi-même*, Montréal, Éditions de l'Homme.

Institut Pacifique (2015). *Vers le pacifique : La résolution de conflits au primaire – 3<sup>e</sup> cycle*, Montréal, Institut Pacifique.

Institut Pacifique (2013). *Ma culture dans le resPAIX : Outil de prévention de la violence et de promotion des conduites pacifiques dans un contexte interculturel*, Montréal, Institut Pacifique.

Institut Pacifique (2008). *Différents, mais pas indifférents : Outil de prévention de la violence et de promotion des conduites pacifiques*, Montréal, Institut Pacifique.

Institut Pacifique (2002). *Vers le pacifique : La résolution de conflits au primaire – 1<sup>er</sup> cycle et 2<sup>e</sup> cycle*, Montréal, Institut Pacifique.

Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche. *Guide pour soutenir l'intervention du personnel scolaire dans la lutte contre l'intimidation et la violence à l'école*, document de travail à paraître.

Rosenberg, M. B. (2013). *Les mots sont des fenêtres (ou des murs)*, Thonex, Éditions Jouvence, 272 p.

### SITES WEB

**Institut Pacifique**  
[www.institutpacifique.com](http://www.institutpacifique.com)

**Institut de la statistique du Québec**  
[www.stat.gouv.qc.ca](http://www.stat.gouv.qc.ca)

**Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche**  
[education.gouv.qc.ca](http://education.gouv.qc.ca)

## PUBLICATIONS EN LIGNE

Chaire de recherche sur la sécurité et la violence en milieu éducatif. *Portrait de la violence dans les établissements d'enseignement au Québec*, Rapport du groupe de recherche SÉVEQ, juin 2014.

[http://www.violence-ecole.ulaval.ca/fichiers/site\\_chaire\\_cbeaumont/documents/okSeptembre\\_2014\\_-\\_Rapport\\_Seveq\\_Violence\\_Ecole.pdf](http://www.violence-ecole.ulaval.ca/fichiers/site_chaire_cbeaumont/documents/okSeptembre_2014_-_Rapport_Seveq_Violence_Ecole.pdf)

Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche. *La violence à l'école : ça vaut le coup d'agir ensemble*, volume 1, numéro 7, hiver 2014.

[http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site\\_web/documents/dpse/adaptation\\_serv\\_compl/BulletinViolenceEcole\\_Vol1No7Hiver2014\\_.pdf](http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/adaptation_serv_compl/BulletinViolenceEcole_Vol1No7Hiver2014_.pdf)

