

## UN OUTIL DE PRÉVENTION ET RÉOLUTION DE CONFLITS : LE NUAGE

Le nuage est un outil d'intervention pour permettre aux enfants de régler des conflits de manière pacifique et d'associer une émotion à une couleur. Il servira de repère visuel et permettra aux enfants de mettre des mots sur leurs émotions.

Les enfants pourront vivre une véritable intégration et créer un lien d'appartenance au groupe.

Objectif :

- 1- J'apprends à me connaître
- 2- Je suis capable de mettre des mots sur ce que je ressens
- 3- J'exprime mes sentiments
- 4- Je suis capable de m'arrêter
- 5- J'interagis avec les autres de manière pacifique
- 6- Je suis confiant et autonome

| <b>Blanc calme</b>  | <b>Orange énervé</b>                   | <b>Rouge de colère</b>  | <b>Noir de colère (crise)</b>                                     |
|---|--|---|---|
| Nuage blanc comme la ouate, doux, confortable, sécurisant   | Je lève le ton                         | Grosses gouttes de pluie<br>Éclair  | Tonnerre<br>Tornade<br>Grosses gouttes de pluie, déluge           |
| Je parle doucement  | Je veux que ça fonctionne à ma manière | Je cri  | Tape un ami   |
| Je respecte ton tour / mon tour                             | Je parle très fort                     | Je suis tellement énervé que je n'écoute plus ce que mon ami ou l'adulte me dit | Mordre  |
| J'écoute mon ami et je lui dis calmement comment je me sens | Cours à l'intérieur                    | Lance un jouet  | Donne un coup de pied à un ami                                    |
| Je fais des compromis                                       | Grognon                                | Perte de contrôle   | Lance un jouet sur un ami   |
|   | Boudeur                                | Mon moteur va très très vite. (♥)   | Mon moteur va très vite et j'ai de la difficulté à l'arrêter. (♥) |
|   | Non-respect des consignes              |   |   |
|   | Mon moteur bat vite. (♥)               |   |   |

# UN OUTIL DE PRÉVENTION ET RÉOLUTION DE CONFLITS : LE NUAGE

## Étapes des émotions ressenties



**Noir de colère (crise)**

**Rouge de colère**

**Orange énervé**

Blanc calme

## Utiliser le nuage comme outil de prévention

### Première étape : jour 1

Nous invitons la responsable en milieu de garde ou l'éducatrice à intégrer l'outil en racontant l'histoire de **M. Soleil et ses émotions** ou **la transformation de M. Soleil**.

L'histoire est présentée sur des feuilles 8½ X11 que vous pouvez plastifier avec l'image d'un côté et le texte de l'autre côté ce qui permet à l'enfant de suivre l'histoire avec l'image et l'adulte anime avec le texte de son côté.

Avant de raconter histoire au groupe, la responsable en milieu de garde ou l'éducatrice doit se familiariser avec l'histoire, préparer ce qu'elle veut demander ou faire avec les enfants.

La causerie et les questions que l'on pose aux enfants devront se faire de façon dynamique. Nous vous suggérons une série d'images pour en faire des marionnettes qui aideront à l'animation.

La responsable en milieu de garde ou l'éducatrice doit prendre le temps de poser des questions ouvertes (qui, quoi, où, comment, pourquoi ?, etc.) afin de permettre aux enfants de bien comprendre comment le Soleil se sent.

Exemple de questions :

-Donne-moi un exemple quand tu es **noir de colère**, comment te sens-tu?

-Pourquoi es-tu **rouge de colère**, comment tu réagis?

# UN OUTIL DE PRÉVENTION ET RÉOLUTION DE CONFLITS : LE NUAGE

## Deuxième étape : jour 2

Demandez aux enfants d'expliquer l'histoire de M. Soleil et profitez-en pour faire un retour avant de présenter l'affiche du nuage.

Expliquez aux enfants l'association entre les émotions et les couleurs.

Nous allons exposer cette affiche dans le local, à la vue et à la hauteur des enfants.

La responsable en milieu familial ou l'éducatrice se servira de cet outil lorsqu'on parle d'émotions ou lors d'un conflit pour permettre à l'enfant d'associer un comportement à une couleur et à son émotion.

## Troisième étape : 21 jours après

Maintenant que vous connaissez bien la signification des couleurs et que les enfants sont capables de les associer aux émotions, nous allons les aider à identifier leurs propres émotions.

Expliquez de quelle manière on va procéder lors d'un conflit.

Expliquez aux enfants qu'ils ont la possibilité d'aller d'eux-mêmes vers le nuage et se retirer le temps qu'ils ont besoin pour se calmer.

Si l'adulte voit qu'un enfant est orange, rouge ou noir, il va intervenir en demandant à l'enfant de s'asseoir en tenant l'affiche du nuage.

## Mise en application de l'outil.

Après avoir expliqué à l'enfant mon intervention ou mon désaccord, je lui dis où je le situe sur le nuage. Par exemple: « je te sens orange excité ». Je lui dis: « je préfère que tu sois blanc calme » ou « fais attention de ne pas devenir rouge de colère »

Par la suite je préviens l'enfant que s'il choisit de continuer son comportement dérangeant ou non sécuritaire, nous devons vivre un temps d'arrêt en utilisant le nuage. Suite à cette explication et à un avertissement, si l'enfant **choisit** de continuer son comportement dérangeant, la conséquence est d'aller sous le nuage. Je lui montre où je le situe et c'est à ce moment qu'on applique un temps d'arrêt selon le temps que l'enfant prend pour se calmer. Il est important de retourner voir l'enfant dès qu'il s'est calmé pour bien établir la relation entre son état et le blanc calme.

Lors d'un conflit on demande à l'enfant qui est orange énervé de prendre l'affiche du nuage et de s'asseoir pour se calmer.

L'enfant s'il le désire peut utiliser un sablier ou un minuteur et mettre le temps qu'il désire pour se calmer.

## UN OUTIL DE PRÉVENTION ET RÉOLUTION DE CONFLITS : LE NUAGE

### Le retour après la situation

Une fois qu'on constate que l'enfant est calme on peut lui demander s'il est calme et s'il est prêt à nous parler.

Car il est très important d'être tous les deux sur le soleil blanc calme pour avoir le goût de discuter de la situation de manière appropriée.

Le but est que l'enfant reconnaisse ses émotions et que de lui-même il puisse aller chercher l'affiche du nuage et s'asseoir pour se calmer.

Au début ou selon la gravité du geste, je demande à l'enfant la raison pour laquelle il est sous le nuage. De cette façon je peux évaluer rapidement s'il est conscient de ses gestes et s'il est capable d'en voir les conséquences. Ceci me donne la possibilité de reconnaître plus facilement ses besoins et de mieux soutenir l'enfant dans mes interventions. Cela me permet également de penser à moi, de me demander ce qui m'a fait réagir ou dérangée face à la réaction de l'enfant.

On demande à l'enfant ce qui est arrivé, comment il s'est senti?

Et il est primordial de demander à l'enfant de réfléchir et nous dire qu'est-ce qu'il peut faire la prochaine fois qu'il se trouvera dans une situation similaire.

Il serait bon d'évaluer si un retour en groupe est nécessaire. Si c'est le cas il serait préférable de parler avec le « je » pour que le message soit profitable pour tous; Ex : «Je n'aime pas quand on frappe un ami. Je ne me sens pas respectée quand les amis crient dans le local, mais je trouve ça drôle quand les amis crient au parc ou dans la cour ».

## UN OUTIL DE PRÉVENTION ET RÉOLUTION DE CONFLITS : LE NUAGE

### Histoire de Soleil :

Soleil est invité à la fête de son amie Lune. Il met son plus beau pantalon et son plus beau chandail.

Il fabrique aussi un toutou pour son amie Lune. Son amie Lune aime beaucoup les toutous particulièrement les moutons roses.

Il sonne à la porte et son amie Lune lui ouvre la porte.

Il se jette dans ses bras tellement il est heureux de la voir et de voir les autres amis. Il sait qu'il va passer une belle journée.

En effet, il joue à cache-cache, à la chasse au trésor, à 1, 2, 3 soleil. Il chante une souris verte, frère Jacques, à la claire fontaine et il danse. Il a tellement de plaisir.

Et voilà, le gâteau arrive : un immense gâteau avec de la crème, des fraises et des pépites de chocolat, Miam!

Lune souffle les bougies de ses 4 ans. Et c'est le temps d'ouvrir les cadeaux.

Soleil est très excité de donner le toutou qu'il a fabriqué.

Tout le monde se bouscule pour être près de Lune. Soleil n'aime pas se faire pousser. Il essaie de voir les cadeaux, mais ne voit plus rien. Un ami lui pile sur les pieds, ça lui fait mal! Ses joues se gonflent, de la fumée sort de son nez. Soleil se sent devenir un peu **orange**.

Tout à coup dans l'excitation, son ami Arc-en-ciel lui renverse son jus de fruit sur son beau pantalon. C'est son pantalon préféré, il n'est vraiment pas content! Il commence à se déformer; ses joues continuent de se gonfler et deviennent **rouges**, très rouges. Ses joues sont tellement rouges et grosses qu'on ne voit plus Soleil. On dirait un gros nuage rouge.

À ce moment Soleil aperçoit qu'un autre ami a offert un toutou pareil au sien à Lune. Soleil est en colère. Il crie, se jette par terre, bouscule les amis et piétine le toutou qu'il a offert à son amie Lune. Voilà que Soleil devint un énorme nuage **noir**, il n'a plus le contrôle de son corps et de sa tête. Tous les amis sont surpris. Ils ne comprennent rien.

Mais Lune a compris quelque chose. Elle s'approche de son ami et lui dit que ce n'est pas grave si elle a reçu 2 fois le même toutou. Elle dit qu'elle pourra encore mieux dormir et compter encore plus de moutons pour s'endormir. Elle lui dit « ton toutou est unique ; il a un beau joli nœud sur la tête et il a une médaille avec mon nom. Je l'aime mon toutou». Et elle le serre très fort contre son cœur.

Lune a beaucoup de peine que son toutou soit abîmé. C'est à ce moment que Soleil réalise qu'il a fait quelque chose qu'il ne fallait pas.

Il se calme, souffle un bon coup pour faire baisser la température du nuage qui est en lui et redevient soleil, tout blanc, tout éclatant, tout rayonnant de ses rayons de soleil.

Il s'excuse auprès des amis, et donne un gros bec à son ami Lune.

Ensuite il répare le toutou piétiné.

Ah tout de même quelle belle fête !