

TROISTORRENTS

La médiation par les pairs permet de régler les conflits rapidement et les jeunes médiateurs se sentent valorisés et utiles.

A l'école intercommunale de la vallée d'Iliez (EIVI) à Troistorrents, ce sont les jeunes du cycle d'orientation qui gèrent les conflits entre les élèves. Dans cette cour d'école exiguë et ce bâtiment scolaire se côtoient près de 500 élèves de la 1H à la 11CO, de 4 à 15 ans. La promiscuité est grande et peut générer des frictions entre élèves. La direction a donc choisi d'agir pour mettre en place un climat positif au sein de l'école. «La santé est une préoccupation importante pour nous. Nous avons mené toute une réflexion pour favoriser le bien-être et prévenir la violence. Nous voulions aussi que les élèves soient actifs dans cette démarche», explique Frank Berrut, le directeur de l'établissement. La médiation par les pairs a été proposée par l'une des médiatrices et enseignante du CO de l'EIVI, Corinne Dervey. «Dans mon emploi précédent au CO de Vouvry, j'avais mis en place cette médiation par les pairs. Je m'étais renseignée auprès d'autres écoles qui utilisaient déjà cet outil. J'ai réuni diffé-



La médiation par les pairs aide à :

- Prévenir les violences scolaires
- Instaurer un climat positif dans l'établissement scolaire
- Régler les conflits et apaiser les tensions
- Développer des compétences sociales, citoyennes et civiques chez les jeunes médiateurs

Quand les élèves deviennent des acteurs de la paix à l'école

PAR LYSIANE.FELLAY@LENOUVELLISTE.CH / PHOTOS SHUTTERSTOCK ET DR

médiation par les pairs. Son collègue enseignant et médiateur, Bernard Gaillard, et le conseil de direction sont enthousiastes et le projet démarre à la rentrée scolaire 2015-2016.

Une formation

«Chaque année, nous organisons une demi-journée de présentation. Tous les élèves de 1re année du CO y participent. Nous expliquons en quoi consiste la médiation par les pairs. Dans un deuxième temps, les élèves intéressés s'inscrivent pour suivre une formation. Puis, nous nous rencontrons six fois sur le temps de midi. Nous mangeons ensemble et nous formons les jeunes», explique Corinne Dervey. «A la fin de cette étape, les jeunes choisissent s'ils veulent s'engager ou non», poursuit Bernard

Gaillard. Ensuite, ils entrent en action. L'école compte 20 médiateurs juniors. Concrètement, comment est-ce que ça fonctionne? Les médiateurs interviennent pour accompagner la résolution du conflit, ils aident les protagonistes à trouver des solutions. «Si des élèves sont en conflit et qu'ils le souhaitent, ils demandent une médiation à leur enseignant/e. Nous organisons ensuite une rencontre avec plusieurs jeunes médiateurs. Ils viennent chercher les enfants en classe et les installent dans une autre salle. Chacun pourra donner sa version des faits, son ressenti et ses besoins (voir encadré)», note Corinne Dervey. Après la séance, en général, le calme revient. La méthode permet de désamorcer les conflits rapidement et efficacement, une belle manière de prévenir

la violence. «Nous faisons en sorte de rappeler régulièrement cette offre pour que les élèves pensent à y avoir recours», note Corinne Dervey.

Se sentir utile

Qui sont ces jeunes médiateurs et quelles sont leurs motivations? Nous avons rencontré Amandine et Arthur, 13 ans. «J'avais envie d'aider les autres, de trouver des solutions pour régler leurs problèmes», explique Amandine. «Moi aussi, j'avais envie d'aider les autres. Devenir médiateur m'a permis de prendre confiance en moi», ajoute Arthur. Les deux jeunes se sentent utiles et valorisés par cette fonction et cette responsabilité. C'est aussi une manière de sortir du quotidien et de la routine scolaire... de quoi faire pétiller les yeux d'Amandine.

La médiation fait parfois émerger des situations difficiles qui peuvent être lourdes à porter pour des adolescents. «Nous n'avons pas connu de cas graves jusqu'à présent. Toutefois, les jeunes connaissent leurs limites et savent qu'ils peuvent passer le relais aux adultes. Nous sommes toujours disponibles», explique Bernard Gaillard. D'ailleurs, une jolie relation s'est tissée entre les jeunes et les médiateurs-enseignants. Cette expérience enrichissante a permis aux jeunes

d'acquérir les bases de la communication. «J'espère que ça les aide à mieux comprendre leurs émotions, leurs besoins et à savoir les distinguer des faits. C'est déjà une grande force», souligne Corinne Dervey. Ils ont appris à poser les bonnes questions, à savoir écouter, à ne pas poser de jugement. Quand ils se retrouvent



“Devenir médiateur m'a permis de prendre confiance en moi.”

ARTHUR, ÉLÈVE DE 10CO

dans une situation difficile, ils savent quelle attitude adopter. Nul doute que ces outils leur seront utiles tout au long de leur vie.

Sachez enfin que l'école intercommunale de Troistorrents est actuellement en train de rejoindre le Réseau d'écoles21, qui compte déjà 34 membres. Ce dernier soutient les écoles membres pour qu'elles deviennent des lieux de vie et de travail favorables à la santé.

EN BREF

PRÉVENTION

Et si vous souffriez d'apnée du sommeil?

Lorsque même le café le plus fort ne sert à rien pour chasser la fatigue, c'est peut-être que vous souffrez d'apnée du sommeil. Elle se manifeste par de brefs arrêts respiratoires, la nuit, qui empêchent d'avoir un sommeil réparateur, comme le rappelle la campagne de prévention menée actuellement par la Ligue pulmonaire. Les conséquences sont une fatigue constante, de l'épuisement, des difficultés de concentration. Chez les personnes concernées, cela accroît le risque d'hypertension, d'infarctus, de diabète et d'accident. Un test en ligne est proposé sous: <https://www.lungenliga.ch/index.php?id=40776&L=1>

COURS

Apprendre à vivre avec le cancer



Lorsque le diagnostic du cancer tombe, c'est souvent tout un monde qui s'effondre. Il faut d'abord accuser le coup et, petit à petit, accepter la maladie. Il existe des cours pour apprendre à vivre avec le cancer. Ils sont organisés par l'association AVAC (apprendre à vivre avec le cancer). La prochaine session a lieu du mardi 30 avril au mardi 18 juin de 19 à 21 heures à l'hôpital de Sion. Ces huit soirées (30 avril, 7, 14, 21 et 28 mai, 4, 11 et 18 juin) permettent de mieux comprendre la maladie. Les participants peuvent y trouver des informations, des conseils et du réconfort. C'est aussi un moment où les participants peuvent échanger entre eux. Plus d'informations sur www.avac.ch



“J'avais envie d'aider les autres, de trouver des solutions à leurs problèmes.”

AMANDINE, ÉLÈVE DE 10CO

rentes informations, lu des livres pour élaborer un concept», explique Corinne Dervey. Lorsqu'elle prend le poste de médiatrice à Troistorrents, elle propose de mettre sur pied la

LA MÉDIATION

Comment est-ce que ça fonctionne?

Sur demande des élèves concernés par un conflit, les jeunes médiateurs viennent chercher les enfants en classe. Ils vont dans une salle neutre pour discuter. Tout d'abord, ils posent le cadre de la médiation en expliquant les règles à respecter, comme ne pas se couper la parole. Ensuite, chaque participant donne sa version des faits. A tour de rôle, ils diront aussi ce qu'ils ressentent face à la situation. Enfin, ils exprimeront leurs besoins tout en proposant des solu-

tions pour que le conflit puisse prendre fin. Les élèves doivent se mettre d'accord sur la solution, puis conclure un contrat collectif. Ce dernier sera remis à l'enseignant/e des enfants concernés. Si le conflit devait subsister, le document peut être ressorti pour rappeler aux enfants les engagements qu'ils ont pris. Les médiateurs juniors interviennent toujours par deux ou par trois. Ils ont ensuite une supervision avec les médiateurs adultes de l'établissement.