



*Unir nos forces pour l'avenir des jeunes et de ceux qui les guident*

## METHODE COHEN-EMERIQUE (MCE)

### ANALYSE DES MALENTENDUS ET CONFLITS

#### INTRODUCTION

La méthode MCE (Cohen-Emerique) permet d'analyser les malentendus, conflits ou situations de tension.

Elle repose sur l'exploration des cadres de référence, des valeurs, et des zones sensibles mobilisées chez chacun.

#### LES 7 ETAPES DE LA METHODE MCE

##### 1. LA SITUATION (LES FAITS)

Décrire uniquement ce qui est observable, sans interprétation.

Questions :

- Qu'a-t-on vu ?
- Qu'a-t-on entendu ?
- Quels faits objectifs sont indiscutables ?

##### 2. LES PROTAGONISTES

Identifier toutes les personnes impliquées, directement ou indirectement.

Questions :

- Qui est au cœur de la situation ?
- Qui influence ou observe ?

##### 3. LE CONTEXTE

Replacer la scène dans son environnement.

Questions :

- Qu'est-ce qui a précédé ?
- Quelle était l'ambiance ?
- Quel est l'historique relationnel ?

##### 4. LE VECU (EMOTIONS)

Explorer ce que chacun a ressenti.

Questions :

- Qu'a ressenti l'adulte ?
- Qu'a ressenti le jeune ?
- Quelles émotions ont intensifié la tension ?



*Unir nos forces pour l'avenir des jeunes et de ceux qui les guident*

## **5. LE CADRE DE REFERENCE**

Identifier les valeurs, croyances, normes, attentes, blessures ou habitudes qui influencent la réaction.

Questions :

- Quelles valeurs ont été touchées ?
- Quels besoins ou attentes ont été bousculés ?

## **6. LES VALEURS COMMUNES**

Identifier les points sur lesquels chacun peut se rejoindre.

Questions :

- Quels besoins sont partagés ?
- Quelle valeur commune pourrait apaiser la situation ?

## **7. LES PISTES D'ACTION**

Imaginer des ajustements concrets pour éviter une répétition.

Questions :

- Que pourrais-je faire différemment ?
- Quelle action simple peut améliorer la relation ?

## **OBJECTIFS DE LA METHODE MCE**

- Comprendre le mécanisme du malentendu.
- Mettre à distance l'émotion.
- Identifier ce qui est touché chez soi et l'autre.
- Trouver des leviers d'ajustement.
- Prévenir les répétitions de conflit.

## **CONSEILS POUR L'ANIMATION**

- Toujours ramener aux faits.
- Encourager le non-jugement.
- Ne jamais sauter une étape.
- Protéger la personne qui partage la situation.
- Conclure sur une action concrète et réalisable.